

**UNIVERSIDAD CATÓLICA SEDES SAPIENTIAE**  
**FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD**



Resiliencia y afrontamiento en estudiantes de secundaria de una  
Institución Educativa Parroquial de Lima Norte

TESIS PARA OPTAR EL TÍTULO PROFESIONAL DE  
LICENCIADO EN PSICOLOGÍA

**AUTORES**

Deyanira Milagros García Cenepo  
María Lizbeth Mariátegui Santa Cruz

**ASESOR**

Jorge Matheus Romero.

Lima, Perú

2020

RESILIENCIA Y AFRONTAMIENTO EN ESTUDIANTES  
DE SECUNDARIA DE UNA INSTITUCIÓN EDUCATIVA  
PARROQUIAL DE LIMA NORTE

## DEDICATORIA

A nuestros padres, quienes nos apoyan incondicionalmente, por su ejemplo de esfuerzo y perseverancia para conseguir sus objetivos. Gracias a ellos tenemos la motivación para seguir esforzándonos y seguir adelante en este camino.

A nuestros hermanos, quienes siempre tienen una palabra de aliento y nos hacen sentir orgullosos de lo que logramos. Gracias por su paciencia, amor, dedicación y por ser parte de nuestra formación.

A nuestros amigos, por sus consejos, apoyo moral y el amor brindado día a día, son una parte importante de nuestro crecimiento profesional.

## AGRADECIMIENTO

A Dios por darnos las fuerzas necesarias para alcanzar nuestras metas y guiar nuestro camino.

A nuestros maestros por educarnos bajo los principios de la humildad y el amor.

A nuestro asesor Jorge Matheus por la paciencia y dedicación en cada avance que lográbamos. Gracias por despertar el interés y la pasión en nuestra vida profesional.

## Resumen

**Objetivo:** determinar la relación entre resiliencia y afrontamiento en estudiantes de secundaria de una Institución Educativa Parroquial de Lima Norte. **Materiales y Métodos:** estudio correlacional de diseño transversal y enfoque cuantitativo. La muestra estuvo conformada por 144 estudiantes de ambos sexos, que cursan el 3ro, 4to y 5to grado de secundaria, seleccionados mediante un muestreo no probabilístico conveniencia. Las variables principales fueron: Resiliencia y Afrontamiento, medidas a través de la Escala de Resiliencia (ER) de Wagnild y Young (1993) adaptada y analizada psicométricamente por Novella (2002) y la Escala de Afrontamiento para Adolescentes de Frydenberg y Lewis (ACS), adaptado por Canessa (2002). Se utilizó el paquete estadístico STATA 14, para el análisis bivariado se utilizó Chi cuadrado, T-Student y Anova. **Resultados:** la mayoría son del sexo masculino (78.6 %) y de cuarto grado de secundaria (31.9 %), siendo la edad media de 14.49 años. Se evidencia relación significativa entre resiliencia y concentrarse en resolver el problema ( $p=0.000$ ), esforzarse y tener éxito ( $p= 0.000$ ), preocuparse ( $p= 0.000$ ), reducción de la tensión ( $p= 0.035$ ), autoinculparse ( $p= 0.035$ ) ignorar el problema ( $p= 0.000$ ), buscar ayuda profesional ( $p= 0.000$ ), y buscar apoyo espiritual ( $p=0.00$ ). Asimismo, se muestra relación significativa entre resiliencia y el sexo de la persona ( $p=0.005$ ); la edad se relacionó con la estrategia de afrontamiento buscar apoyo espiritual ( $p =0.049$ ). **Conclusiones:** Los varones presentan mayor resiliencia y afrontamiento. Existe una relación significativa entre la resiliencia y las estrategias de afrontamiento.

**Palabras clave:** Resiliencia, afrontamiento, adolescentes.

## Abstract

**Objective:** to determine the relationship between resilience and coping in secondary school students from a Parish Educational Institution in North Lima. **Materials and Methods:** cross-sectional correlational study and quantitative approach. The sample consisted of 144 students of both sexes, who are in the 3rd, 4th and 5th grade of secondary school, selected through a non-probabilistic convenience sampling. The main variables were: Resilience and Coping, measured through the Resilience Scale (ER) of Wagnild and Young (1993) adapted and psychometrically analyzed by Novella (2002) and the Frydenberg and Lewis Coping Scale for Adolescents (ACS), adapted by Canessa (2002). The statistical package STATA 14 was used, for the bivariate analysis Chi square, T-Student and Anova were used. **Results:** most are male (78.6%) and fourth grade of secondary school (31.9%), with a mean age of 14.49 years. There is a significant relationship between resilience and concentrating on solving the problem ( $p = 0.000$ ), striving and being successful ( $p = 0.000$ ), worrying ( $p = 0.000$ ), reducing stress ( $p = 0.035$ ), self-blaming ( $p = 0.035$ ) ignore the problem ( $p = 0.000$ ), seek professional help ( $p = 0.000$ ), and seek spiritual support ( $p = 0.00$ ). Likewise, a significant relationship is shown between resilience and the sex of the person ( $p = 0.005$ ); age was related to the coping strategy seeking spiritual support ( $p = 0.049$ ). **Conclusions:** men show greater resilience and coping. There is a significant relationship between resilience and coping strategies.

**Keywords:** Resilience, coping, adolescents.

## ÍNDICE

RESUMEN	v
ABSTRACT	vi
ÍNDICE	vii
ÍNDICE DE TABLAS	ix
INTRODUCCIÓN	x
CAPÍTULO I EL PROBLEMA DE INVESTIGACIÓN	11
1.1 Situación del problema	11
1.2 Formulación del Problema	12
1.2.1 Problema general	12
1.2.2 Problemas específicos	12
1.3 Justificación del tema de la Investigación	12
1.4 Objetivos de la investigación	13
1.4.1 Objetivo General	13
1.4.2 Objetivos Específicos	13
1.5 Hipótesis	13
CAPÍTULO II MARCO TEÓRICO	15
2.1. Antecedentes del estudio	15
2.1.1 Internacionales	15
2.1.2 Nacionales	16
2.2. Bases teóricas	18
2.2.1 Conceptualización de resiliencia	18
2.2.1.1 Características de las personas resilientes	18
2.2.1.2 Pilares de la resiliencia	18
2.2.1.3 Resiliencia: factores de riesgo y protección	20
2.2.1.4 Resiliencia y adolescencia	20
2.3 Modelo teórico de resiliencia	20
2.3.1 Conceptualización de afrontamiento	21
2.3.1.1 Teoría del afrontamiento del estrés de Lazarus y Folkman	21
2.3.1.2 Estilos de afrontamiento	22
2.3.1.3 Estrategias de afrontamiento	22
2.3.1.4 Afrontamiento y adolescencia	23

CAPÍTULO III MATERIALES Y MÉTODOS	24
3.1 Tipo de estudio y diseño de la investigación	24
3.2 Población y muestra	24
3.2.1 Tamaño de la muestra	24
3.2.2 Selección del muestreo	25
3.2.3 Criterios de inclusión y exclusión	25
3.3 Variables	25
3.3.1 Definición conceptual y operacional	25
3.3.2 Variables sociodemográficas	26
3.4 Plan de recolección de datos e instrumentos	26
3.5 Plan de análisis Procesamiento de datos	29
3.6 Ventajas y limitaciones	29
3.7 Aspectos éticos	29
CAPÍTULO IV: RESULTADOS	31
CAPÍTULO V: DISCUSIÓN	41
5.1 Discusión	41
5.2 Conclusiones	44
5.3 Recomendaciones	45
REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS	46
ANEXOS	
Anexo I- Resiliencia de Wagnild y Young	
Anexo II- Escala de afrontamiento en adolescentes (ACS)	
Anexo III- Ficha de registro de datos sociodemográficos	
Anexo IV- Consentimiento Informado	
Anexo V- Matriz de consistencia	



## ÍNDICE DE TABLAS

	Pág.
<b>Tabla 1:</b> Descripción de las variables principales y sociodemográficas.	31
<b>Tabla 2:</b> Asociación de las Estrategias de afrontamiento y resiliencia.	33
<b>Tabla 3:</b> Relación de niveles de resiliencia con datos sociodemográficos.	34
<b>Tabla 4:</b> Relación entre estrategias de afrontamiento y datos sociodemográficos.	35

## INTRODUCCIÓN

La resiliencia es una variable que ha cobrado en estos últimos años gran relevancia. El término resiliencia se refiere a la capacidad que tiene la persona para superar situaciones adversas, afrontando de manera exitosa experiencias traumáticas (Becoña, 2016). Es decir, a pesar que los adolescentes hayan vivido situaciones de tragedia que parezca imposible de superar, la realidad nos demuestra que pueden lograr una vida equilibrada y optimista. Vinaccia (2007) afirma: “La adolescencia es una etapa del ciclo vital donde hay retos y obstáculos significativos para el adolescente que se ve enfrentado al desarrollo, en primera instancia, de su identidad y a la necesidad de conseguir la independencia de la familia manteniendo al mismo tiempo la conexión y la pertenencia al grupo” (p.140)

Por otro lado, es importante que los adolescentes puedan emplear adecuadamente estrategias de afrontamiento. Es decir, estrategias cognitivas y conductuales para reducir el estrés que deriva de una situación percibida como imposible o difícil de afrontar. La capacidad de afrontar se refiere a enfrentar con eficacia los eventos estresantes, ya sea buscando ayuda u otras alternativas para brindar solución a la situación que perciba como un problema.

En la actualidad la población adolescente presenta diversos problemas de salud pública. Tal como se expone en el documento de Situación de salud de los Adolescentes y Jóvenes en el Perú (2017) realizado por el Ministerio de Salud. Esta población se encuentra en una etapa del ciclo vital donde atraviesan diversos cambios no solo de carácter físico, social, psíquico, sino también el inicio a una independencia donde se determina su personalidad, recorriendo múltiples obstáculos al momento de enfrentarse a su desarrollo, y en la toma de decisiones para su futuro.

Es por ello, que surge el interés por investigar si existe o no relación entre Resiliencia y Afrontamiento en estudiantes de 3ro, 4to y 5to grado de secundaria. Presentando como objetivos identificar los niveles de resiliencia, las estrategias de afrontamiento, la relación de los niveles de resiliencia y los datos sociodemográficos; la relación entre las estrategias de afrontamiento y los datos sociodemográficos.

Por otra parte, el estudio realizado tiene relevancia social; ya que son diversos los problemas que enfrentan los adolescentes tales como: consumo precoz de alcohol u otras drogas, fracaso escolar, maltrato familiar, inestabilidad emocional y aislamiento. Por lo tanto, es significativo analizar las variables resiliencia y afrontamiento, ya que se refieren a la capacidad para resistir, sobreponerse, salir adelante de modo positivo buscando alternativas para solucionar situaciones adversas que generan estrés.

Finalmente, el presente trabajo se encuentra distribuido en cinco capítulos ordenados de la siguiente manera: El primer capítulo se centra en el planteamiento del problema y la justificación. Asimismo, se formulan los objetivos y las hipótesis. El segundo capítulo, presenta el marco teórico con una revisión de literatura internacional y nacional, relacionadas con las variables que son motivo de estudio: Resiliencia y Afrontamiento. El tercer capítulo, está referido a la metodología de trabajo que se utilizará, los instrumentos, la población, las variables de estudio, ventajas y limitaciones, aspectos éticos, entre otros. En el cuarto capítulo, los resultados de la investigación; mientras que, en el último capítulo se realizará la discusión, las conclusiones y recomendaciones, los cuales promueven a realizar nuevos estudios y generar propuestas de intervención eficaces en función de ambas variables.

## **CAPÍTULO I: EL PROBLEMA DE INVESTIGACIÓN**

### **1.1 Situación del problema**

La etapa de la adolescencia es una transición hacia la juventud y vida adulta, que constituye un periodo de gran vulnerabilidad emocional, en donde se producen grandes cambios a nivel biológico, psicológico y social (UNICEF, 2011). El aspecto psicológico es parte importante dentro de los cambios del adolescente puesto que hay cambios en la personalidad, en la búsqueda de su identidad, hay una necesidad de independencia, se dan las primeras manifestaciones de las conductas sexuales con desarrollo de la identidad sexual; y se producen cambios en su estado anímico. A consecuencia de estas manifestaciones construyen una teoría positiva o negativa sobre sí mismos que tendrá una influencia crucial en su vida. Actualmente dentro de los principales problemas psicosociales según refiere López Sánchez (2015) se ha identificado el consumo precoz de alcohol u otras drogas, fracaso escolar, maltrato familiar, inestabilidad emocional y aislamiento.

Como se menciona en el párrafo anterior, en la adolescencia se puede experimentar diversas situaciones que generan estrés o malestar en el adolescente; ya que es un periodo caracterizado por constantes cambios. Por ello, la importancia de fortalecer la resiliencia, tal como mencionan Wagnild y Young (1993), quienes definen a la resiliencia como: “una característica de la personalidad que modera el efecto negativo del estrés y fomenta la adaptación. Ello connota vigor o fibra emocional y se ha empleado para describir a personas que muestran valentía y adaptabilidad ante los infortunios de la vida”.

En este sentido Barcelata (como se citó en Aguirre, 2016) Expone que la resiliencia está muy ligada a los modos de afrontamiento; es decir al uso de recursos cognitivos y del medio ambiente social, que se activan ante situaciones de adversidad, logrando la adecuación y el manejo del estrés. De esta forma, tienen relación con el reconocimiento y regulación de las emociones, control de la situación, necesidad de autoafirmación y búsqueda de pertenencia.

De igual manera, se muestra que ambas variables de estudio juegan un papel relevante. Esta etapa requiere un ajuste continuo, tanto por los cambios internos que atraviesan y por aquellas demandas del exterior que requieren que el adolescente asuma la responsabilidad en la toma de decisiones, orientadas a metas y al desarrollo de su futuro rol adulto. (Morales, 2011, citado en Quintero, et.al., 2015)

Es importante mencionar que el afrontamiento ha cobrado mayor importancia en el campo de la psicología, al haber sido motivo de estudio en adultos, niños, adolescentes y jóvenes. Evidenciando el interés por conocer los estilos de afrontamiento que emplean las personas al confrontar diferentes situaciones problemáticas (Lazarus y Folkman, 1986).

En esta línea, Aguirre (2016) a partir de un estudio sobre resiliencia y estrategias de afrontamiento en estudiantes del nivel secundario de Trujillo, encontró que la resiliencia se relaciona directamente con trece de las dieciocho estrategias de afrontamiento. Teniendo en cuenta que los adolescentes empleaban un nivel de resiliencia predominantemente bajo y en el uso de la mayoría de estrategias de afrontamiento.

Es por ello que se ha considerado importante investigar la relación entre resiliencia y afrontamiento en adolescentes de 3ro, 4to y 5to de secundaria.

## **1.2 Formulación del problema**

### **1.2.1 Problema General**

¿Existe relación entre Resiliencia y Afrontamiento en estudiantes de 3ro, 4to y 5to grado de secundaria de una Institución Educativa Parroquial de Lima Norte?

### **1.2.2 Problema Específico**

¿Cuáles son los niveles de Resiliencia en los estudiantes de 3ero, 4to y 5to grado de secundaria de una Institución Educativa Parroquial de Lima norte?

¿Cuáles son las estrategias de afrontamiento en estudiantes de 3ro, 4to y 5to grado de secundaria en una Institución Educativa Parroquial de Lima Norte?

¿Existe relación significativa entre los niveles de Resiliencia y los datos Sociodemográficos en los estudiantes de 3ro, 4to y 5to grado de secundaria en una Institución Educativa parroquial de Lima Norte?

¿Existe relación significativa entre estrategias de afrontamiento y los datos Sociodemográficos en los estudiantes de 3ro, 4to y 5to grado de secundaria en una Institución Educativa Parroquial de Lima Norte?

## **1.3 Justificación del tema de la Investigación**

Los diversos problemas que enfrentan los jóvenes y adolescentes se encuentra en la realidad problemática existente, es por tal motivo el interés de explorar, analizar y conocer los niveles de resiliencia y escalas de afrontamiento que emplean los estudiantes del 3ro, 4to y 5to grado de secundaria al hacer frente a ellas. Teniendo en cuenta que, en esta etapa del desarrollo del ser humano, el adolescente se ve enfrentado a diversos cambios psicosociales. Como afirma (Callabed, 2007, citado por Vinacia, Quinceno y moreno, 2007) es fundamental que los adolescentes requieren de una capacidad de afrontamiento, es decir, cuente con estrategias conductuales, y cognitivas, en efecto, respuestas para enfrentar situaciones estresantes y lograr un cambio.

El presente estudio tiene relevancia social debido a que actualmente son diversos los problemas que enfrentan los adolescentes: consumo precoz de alcohol u otras drogas, fracaso escolar, maltrato familiar, inestabilidad emocional y aislamiento. Por ello, la importancia de analizar la variable resiliencia, ya que es una de las capacidades para resistir, sobreponerse y salir adelante de modo positivo, a pesar de haber sido expuesto e influenciado a condiciones adversas, por lo tanto, es fundamental que cuente con niveles adecuados de Resiliencia (Prado & Del Águila, 2000, citado en Badaracco, 2013)

En relación al afrontamiento es la correspondencia del sujeto con su medio, comprende aquellos esfuerzos cognitivos y conductuales propios del ser humano para enfrentar o adaptarse a demandas internas y ambientales, es decir, responder a toda situación que se les presenta.

La implicancia práctica consiste en que a partir de la información obtenida se puede incentivar a los psicólogos y educadores, a crear programas de intervención y proponer medidas efectivas para su manejo. Desde el punto de vista teórico aportará información acerca de los niveles de resiliencia y afrontamiento que presentan los estudiantes, contribuyendo a la reducción de la incidencia y promoviendo el desarrollo de las capacidades.

Asimismo, se busca esclarecer la comprensión de la relación entre ambas variables y se podrá proponer posteriormente la realización de un programa de intervención de estrategias que fortalezcan e incrementen los factores protectores y disminuyan la probabilidad que los estudiantes cuenten con escasos niveles de resiliencia y estrategias de afrontamiento.

Por otra parte, tal como menciona Fiorentino (2008) Es importante dicha perspectiva para emplear en diversos campos, ya sea de la salud, educación y prevención, lo cual facilita la elaboración de estrategias para fomentar el desarrollo saludable de adolescentes en situaciones de adversidad, de esta manera al contar con adecuados estilos de afrontamiento y niveles de resiliencia cuentan con la oportunidad de enfrentar problemas con responsabilidad.

Es por ello, que es necesario establecer la relación entre resiliencia y afrontamiento. Puesto que, a nivel nacional son escasos los estudios realizados sobre esta problemática en estudiantes.

## **1.4 Objetivos de la investigación**

### **1.4.1 Objetivo General**

Determinar la relación entre resiliencia y afrontamiento en los estudiantes de 3ro, 4to y 5to grado de secundaria en una Institución Educativa Parroquial de Lima Norte.

### **1.4.2 Objetivos Específicos**

- a. Identificar los niveles de resiliencia en los estudiantes de 3ro, 4to y 5to grado de secundaria en una Institución Educativa Parroquial de Lima Norte.
- b. Identificar las estrategias de afrontamiento en los estudiantes de 3ro, 4to y 5to grado de secundaria en una Institución Educativa parroquial de Lima Norte.
- c. Determinar la relación existente entre los niveles de resiliencia y los datos sociodemográficos en los estudiantes de 3ro, 4to y 5to grado de secundaria en una Institución Educativa parroquial de Lima Norte.
- d. Determinar la relación existente entre las estrategias de afrontamiento y los datos sociodemográficos en los estudiantes de 3ro, 4to y 5to grado de secundaria en una Institución Educativa parroquial de Lima Norte.

## **1.5 Hipótesis**

H (+): Existe relación significativa entre la resiliencia y afrontamiento en estudiantes de 3°, 4° y 5° grado de secundaria en una Institución Educativa Parroquial de Lima Norte.

H (0): No existe relación significativa entre la resiliencia y afrontamiento en estudiantes de 3°, 4° y 5° grado de secundaria en una Institución Educativa Parroquial de Lima Norte.

### **Hipótesis Específicas:**

HE (+): Existe relación entre los niveles de resiliencia y datos sociodemográficos en los estudiantes de 3ro, 4to y 5to grado de secundaria en una Institución Educativa parroquial de Lima Norte.

H (0): No existe relación entre los niveles de resiliencia y datos sociodemográficos en los estudiantes de 3ro, 4to y 5to grado de secundaria en una Institución Educativa parroquial de Lima Norte.

H (+): Existe relación entre las estrategias de afrontamiento y datos sociodemográficos en los estudiantes de 3ro, 4to y 5to grado de secundaria en una Institución Educativa parroquial de Lima Norte.

H (0): No existe relación entre las estrategias y datos sociodemográficos en los estudiantes de 3ro, 4to y 5to grado de secundaria en una Institución Educativa Parroquial de Lima Norte.

## **CAPÍTULO II: MARCO TEÓRICO**

### **2.1 Antecedentes del estudio**

#### **2.1.1 Internacionales:**

Allaica (2018) realizó un estudio de “Satisfacción familiar y estrategias de afrontamiento en estudiantes de dos unidades Educativas Adventistas, desde 8vo hasta 3er año de bachillerato en Ambato y Quito, Ecuador, 2017”. Tuvo como objetivo determinar la relación existente entre satisfacción familiar y estrategias de afrontamiento en estudiantes desde 8vo hasta 3er año de bachillerato. Su muestra estuvo conformada por 351 estudiantes de ambos sexos, con edades comprendidas entre 12 a 20 años. El estudio fue de tipo descriptivo correlacional, de diseño no experimental y corte transversal o transicional. Para la recolección de datos se aplicó el cuestionario de satisfacción familiar de Olson y Wilson (1982), y el cuestionario de estrategias de afrontamiento COPE, adaptado por Ruíz (1998) en Perú. Con respecto a los resultados muestran que la satisfacción familiar tiene correlación moderada directa y significativa con las estrategias de afrontamiento.

Lagos (2018) realizó un estudio de “Resiliencia en adolescentes de 12 a 15 años, en situación de trabajo infantil del Centro Histórico de Quito”. Tuvo como objetivo determinar los niveles de resiliencia en adolescentes entre 12 y 15 años de edad, en situación de trabajo infantil del Centro Histórico de Quito y que asisten al Proyecto: Habitantes de Calle de la Unidad Patronato Municipal San José. El estudio realizado fue de tipo descriptiva, con enfoque cuantitativo y diseño no experimental, realizado en una muestra de 20 adolescentes a quienes se les aplicó una ficha psicosocial y la Escala de Resiliencia de Wagnild y Young. Se concluye que los adolescentes que presentaron niveles altos de resiliencia, cuentan con factores estatales, familiares y sociales de protección, que contrarrestan los efectos negativos de la calle y del trabajo infantil precoz.

Castellanos (2017) realizó un estudio de “Resiliencia y maltrato psicológico”. Tuvo como objetivo determinar el nivel de resiliencia en los adolescentes con maltrato psicológico. El estudio realizado fue tipo descriptivo-cuantitativo, se trabajó con 35 niños y adolescentes de 12 a 19 años de edad del juzgado de primera instancia de la niñez y adolescencia del municipio de Coatepeque. El instrumento aplicado demostró el nivel de cada adolescente. Finalmente se demostró que cada adolescente posee niveles de resiliencia alta.

Morales (2017) realiza un estudio que tiene como título “Afrontamiento en los estudiantes de la Unidad Educativa “Juan De Velasco”. Tuvo como objetivo determinar las Estrategias de afrontamiento que tienen los estudiantes del Segundo Año Bachillerato Especialidad Contabilidad paralelo “B” de la Unidad Educativa Juan de Velasco en el periodo Marzo-Julio. La población abarcó un total de 25 estudiantes entre hombres y mujeres a quienes les aplicaron la Escala de Afrontamiento para Adolescentes (ACS). Presentan como resultado que pueden desarrollar y entender las distintas estrategias que se pueden llegar a emplear en la vida diaria.

Rodríguez y Velásquez (2017) realizaron un estudio titulado “Capacidad de Resiliencia Adolescente en estudiantes de 12 a 16 Años Cuenca-Ecuador”. Tuvo como objetivo considerar la capacidad de resiliencia en adolescentes estudiantes de 12 a 16 años. Es una investigación cuantitativa, con alcance descriptivo, el muestreo fue probabilístico con una muestra conformada por 402 adolescentes. Como instrumento emplearon el cuestionario JJ63 que midió el grado de las formas de afrontamiento que utilizan los

adolescentes. Obteniendo como resultado que los adolescentes son moderadamente resilientes independientemente de factores individuales como contextuales.

Molina y Carmona (2016) realizaron un estudio sobre “Estrategias de afrontamiento en estudiantes adolescentes” tuvo como objetivo investigar y describir las estrategias de afrontamiento utilizadas por los estudiantes, las edades oscilan entre 16 y 18 años. Con una muestra de 77 estudiantes de segundo y tercero de bachillerato del Colegio San José de la Salle de la ciudad de Cuenca, sección vespertina. Como instrumento emplearon la Escala de afrontamiento para adolescentes (ACS). Obteniendo como resultado que la estrategia más empleada es buscar diversiones relajantes. Así mismo se demostró que las mujeres usan mayormente las estrategias de afrontamiento referido a los demás.

Segura (2016) realiza un estudio titulado “La adolescencia inicial y la resiliencia en los estudiantes de octavo, noveno y décimo año de la unidad educativa “Juan Benigno Vela” con el fin de determinar y analizar la incidencia de la adolescencia inicial y la resiliencia en los estudiantes de octavo, noveno y décimo año, ciudad de Ambato. Provincia de Tungurahua”. Se aplicó un cuestionario estructurado. Obteniendo como resultado que existe una relación significativa entre la adolescencia inicial y la resiliencia, afectando en la toma de decisiones y en el desarrollo personal de cada adolescente.

### **2.1.2 Nacionales:**

Calderón y Torres (2018) realizaron un estudio titulado “Nivel de resiliencia en adolescentes de secundaria de la Institución Educativa Raúl Porras Barrenechea, Carabayllo - 2018” El objetivo fue determinar el nivel de resiliencia en adolescentes de secundaria. Es una investigación cuantitativa y el diseño es no experimental, descriptivo y de corte transversal. La población estuvo conformada por 749 adolescentes. La técnica de recolección de datos fue la encuesta y el instrumento utilizado fue la escala de resiliencia de Connor Davidson o CD-RISC de 25 ítems. Obteniendo como resultado que el nivel de resiliencia predominante en los adolescentes participantes es el alto.

Avalos (2017) realizó una investigación con el objetivo de determinar una relación entre “Resiliencia y estilos de socialización parental en estudiantes de secundaria de un colegio público de Villa El Salvador”. En una investigación básica, nivel descriptivo correlacional. La muestra estuvo conformada por 423 alumnos entre las edades de 12 y 17 años. Los instrumentos aplicados fueron la Escala de socialización parental de Musitu y García (2001) y la Escala de resiliencia de Wagnild y Young (1993). Teniendo como resultado que los estilos de socialización parental no repercuten en el desarrollo de la resiliencia.

Jordán (2017) realizó una investigación con el objetivo de determinar una relación entre “Resiliencia y rendimiento académico en escolares de 4to. y 5to. De secundaria en sectores vulnerables del distrito de Pueblo Nuevo, Chincha”. Presenta como método de investigación correlacional de diseño hipotético-descriptivo, su muestra fue de 90 estudiantes correspondientes al 4to y 5to grado de secundaria. Los instrumentos utilizados fueron la Escala de Resiliencia (ER) de Wagnild, G. y Young y las actas de evaluación consolidadas de las calificaciones obtenidas por los estudiantes de la muestra en el primer trimestre académico del 2017 para medir el rendimiento académico. Obteniendo como resultado que no se da una relación directa ni significativa entre resiliencia y rendimiento académico, en los estudiantes de 4to y 5to grado de secundaria.



Aguirre (2016) realizó una investigación titulada “Resiliencia y estrategias de afrontamiento en estudiante del nivel secundaria” con el objetivo determinar la relación que existe entre la resiliencia y las estrategias de afrontamiento de los estudiantes del nivel secundario de una Institución Educativa Pública de Trujillo. En una investigación básica, nivel descriptivo correlacional la muestra estuvo conformada por 192 estudiantes de 13 a 18 años. Se les aplicó la Escala de Resiliencia para Adolescentes de Prado y Del Águila (ERA), y la Escala de Afrontamiento para Adolescentes realizada por Frydenberg y Lewis (ACS). La conclusión es que los adolescentes presentan un nivel bajo de resiliencia y en el uso de la mayoría de estrategias de afrontamiento, además, la estrategia de afrontamiento concentrarse en resolver el problema tiene una asociación positiva con las dimensiones de resiliencia.

González y Quiroga (2016) realizaron una investigación con el objetivo de determinar la relación entre “Personalidad y estrategias de afrontamiento en estudiantes de una Institución Educativa Estatal – Monsefú”. Se usó el diseño transversal. La muestra estuvo conformada por 245 alumnos de 4° y 5° grado del nivel secundario, de ambos sexos. Los instrumentos empleados fueron el Cuestionario de Personalidad “Big Five” (BFQ) y la Escala de Afrontamiento para Adolescentes (ACS). Finalmente se obtuvo como resultado que las Estrategias de Afrontamiento en ambos sexos coinciden con las estrategias de Buscar diversiones relajantes y Tener éxito.

Huamaní (2016) realizó una investigación que tuvo como objetivo determinar la relación que existe entre el “Clima social familiar y las estrategias de afrontamiento. Se utilizó el tipo de investigación correlativo descriptivo de diseño no experimental, se llevó a cabo en una muestra de 97 estudiantes. Los instrumentos fueron la Escala de Clima Social Familiar de Moos (FES), y el Cuestionario de Modos de Afrontamiento al Estrés de Carver y colaboradores (COPE). Obtuvieron como resultado que el clima social familiar se relaciona directamente con las estrategias de afrontamiento.

Rojas (2016) realizó una investigación con el objetivo de determinar la relación entre Resiliencia y Afrontamiento del estrés. La investigación es básica, de nivel descriptivo correlacional. La muestra estuvo conformada por 120 estudiantes los instrumentos fueron Afrontamiento del Estrés (CAE) y la Escala de Resiliencia (ERA) para adolescentes. Los resultados afirman que existe una relación significativa entre Resiliencia y el Afrontamiento del estrés.

Palacios y Sánchez (2015) realizaron una investigación con el objetivo de determinar la relación entre “Funcionamiento familiar y resiliencia en alumnos de 2° a 5° de secundaria de una institución educativa pública de Lima-Este”. Presentando como objetivo determinar si existe relación significativa entre funcionamiento familiar y resiliencia en adolescentes. La investigación tiene un alcance correlacional de diseño no experimental y corte transversal, con 143 participantes, sus edades oscilaban entre los 12 y 17 años, de ambos sexos, quienes debían estudiar en una institución pública de Lima Este. Los instrumentos utilizados fueron la Escala de evaluación de cohesión y adaptabilidad familiar (FACES III) de Olson y la Escala de resiliencia (ER) de Wagnild, y Young. Finalmente se concluye que existe una relación débil entre las dimensiones cohesión, adaptabilidad y resiliencia, es decir, que los adolescentes que presentan extrema cercanía emocional y un liderazgo limitado en su familia, también poseen la capacidad para tolerar los obstáculos aun cuando todo parece actuar en su contra.

Campos y Saravia (2013) realizaron una investigación con el objetivo de determinar la relación entre “Nivel de Resiliencia según sexo en estudiantes de 12 a 14 años de edad en la Institución Educativa “Javier Heraud”. El diseño fue descriptivo – correlacional, y el instrumento empleado fue la Escala de Resiliencia de Wagnild y Young. El nivel de resiliencia según sexo predomina, en primer lugar, el nivel medio alto para femenino y, en segundo lugar, el nivel alto para el masculino en adolescentes de 12 a 14 años.

Castro y Morales (2013) realizaron una investigación con el objetivo de determinar la relación entre “Clima social familiar y resiliencia en adolescentes de cuarto año de secundaria en una institución educativa estatal de Chiclayo”. Es una investigación de tipo correlacional. La muestra estuvo conformada por 173 adolescentes. Los instrumentos Escala de Clima Social Familiar (FES), y la Escala de Resiliencia para adolescentes (ERA). La conclusión fue una relación no significativa.

## **2.2 Bases teóricas**

### **2.2.1. Conceptualización de Resiliencia**

El interés por la resiliencia en el campo psicológico es antiguo y a pesar de ello, en la actualidad existen varios conceptos sobre esta variable.

En primer lugar, encontramos la de los autores Wagnild y Young (1993), quienes definen a la resiliencia como: “una característica de la personalidad que modera el efecto negativo del estrés y fomenta la adaptación. Ello connota vigor o fibra emocional y se ha empleado para describir a personas que muestran valentía y adaptabilidad ante los infortunios de la vida”.

Según Llobet (como se citó en Espinoza y Matamala, 2012) refiere que: “la resiliencia es el conjunto de procesos sociales e intrapsíquicos que posibilitan el enfrentamiento exitoso a la adversidad”. Esta aceptación coincide con lo que indican Bañuelos, Hernández, Huitrón y Pérez (como se citó en Segura, 2016) al mencionar que la resiliencia es entendida como la capacidad que va a presentar el ser humano para recuperarse, sobreponerse y adaptarse tras algún acontecimiento adverso, y de esta forma desarrollar su competencia social, académica y vocacional.

Como afirma Henderson, Vera, Carabelo y Vecina (Como se citó en Velásquez y Montgomery, 2009) “En términos comportamentales, la resiliencia comprende competencias individuales de enfrentamiento y fortalecimiento por medio de las experiencias adversas, incluso traumáticas, que la persona sufre”.

#### **2.2.1.1. Características de personas Resilientes**

La Resiliencia se ha empleado para describir diversas cualidades y capacidades con las que cuenta la persona para adaptarse exitosamente ante un ambiente variable. Así mismo, implica la habilidad de recuperarse de eventos negativos en situaciones difíciles. Olsson, Bond, Bumd, Brodick y Sawyer (2003)

López (como se citó en Ascencio, 2015) postula que las personas resilientes se caracterizan por : “salir airosas después de un evento traumático, es decir tienen la capacidad para resolver problemas, poseen autonomía, creatividad, iniciativa, sentido del humor, adecuada autoestima, poseen esperanza, son competentes, poseen control emocional, equilibrio personal, son empáticos, y suelen adaptarse a situaciones difíciles o de riesgo, flexibles, positivos, capacidad de resistencia, autocríticos, optimistas, independientes, capacidad de enfrentar activamente los problemas cotidianos, tomar decisiones, y ser tolerantes”.

#### **2.2.1.2. Pilares de la Resiliencia**

Munist et al (como se citó en Grez, 2007) definen a la persona resiliente como “Aquél que, a pesar de estar dentro de un contexto desfavorable, tiene la capacidad de movilizar factores protectores en pro de la superación de aquella adversidad, permitiéndole crecer y desarrollarse adecuadamente, y llegar a ser un adulto competente”

A su vez, Wolin y Wolin (como se citó en Grez, 2007) señalan algunas características personales de quienes desarrollan la resiliencia. Presentando los siguientes pilares.

- **Introspección.** - Comprende la capacidad de cuestionarse a sí mismo y lograr responder de manera honesta. Es en esta autorreflexión interna que se puede descubrir la adecuada o inadecuada autoestima de la persona. Si en caso la autorreflexión es negativa y el yo es víctima de una constante crítica interna o está oprimido por las exigencias de sus ideales, no podrá darse una respuesta honesta. En este caso los niños resilientes continuamente buscan identificarse con personas alentadoras y de no ser así, lo reconocen. Es por ello, que, ante cualquier situación, el primer paso para vencer un problema es reconocerlo
- **Independencia.** - Se refiere a la capacidad de conservar distancia emocional y física frente a situaciones adversas, sin llegar a aislarse. Asimismo, la independencia permite que la persona logre darse cuenta que lo que él vive no es su culpa sino producto de un suceso externo que es difícil de reconocer y manejar. Ocasionalmente el infante o el joven por desconfianza a perder el cariño de sus padres no aceptan consciente o inconscientemente la realidad que viven, llegando a continuar con la misma situación de abuso y abandono. Solo si este tiene un juicio adecuado, que se basa en una sana autoestima logrará fijar límites con el medio o personas problemáticas.
- **Capacidad de relacionarse.** - Es uno de los pilares más importantes de la resiliencia; ya que es la habilidad para establecer lazos íntimos y agradables con otras personas. Igualmente es un intento de proporcionar la propia necesidad de afecto, con la actitud de brindarse a otros. Un desequilibrio de amor propio, como mostrarse prepotente, sumamente orgulloso y autosuficiente puede dificultar la expresión adecuada de este pilar. Así como también un infante que se crea no digno de recibir afecto evitará a toda costa el contacto. Teniendo como resultado que sus pares notoriamente lo eviten corroborando así su creencia. Favorablemente un resiliente busca a alguien significativo que pueda disminuir su dolor y con el cual relacionarse adecuadamente.
- **Iniciativa.** - Es la capacidad de hacerse cargo de los problemas y de tener sobre ello el control. Asimismo, es una persona resiliente que lleva dentro de sí la fortaleza y el ánimo para salir adelante. Son persistentes que llevan dentro de sí la energía interior para vencer cualquier dificultad que se presente.
- **Humor.** - Capacidad de encontrar el lado cómico en contextos adversos; ya que el humor ayuda a que la persona pueda reírse de sí mismo, no complicarse y ser positivo ante diversas situaciones.
- **Creatividad.** - Capacidad de crear orden, belleza, crear respuestas novedosas, sorprendidas, que a su vez proporcionen la adaptación al contexto y al tiempo. Asimismo, es la habilidad para resolver problemas de manera original.
- **Moralidad.** - Se refiere a saber diferenciar entre lo bueno y lo malo. Asimismo, es el resultado de extender el deseo personal de bienestar a toda la humanidad, al mismo tiempo tener un alto sentido ético y de valores hacia los otros, lo cual, se evidencia desde muy temprana edad, sobre todo a partir de los 10 años. Esto muestra que no basta con haber superado el trauma y destacarse, se necesita de un poco de moral, de sentido humano y ético para ser modelo y ejemplo a los otros.

### **2.2.1.3 Resiliencia: factores de riesgo y protección**

Becoña (2006) al citar a Windle menciona que la resiliencia se ha asociado con los factores de riesgo y protección.

Braverman (2001) define los factores de riesgo como aquellos que incrementan la probabilidad de que la persona experimente un ajuste promedio o tenga resultados negativos en áreas particulares como la salud física, la salud mental, el resultado académico o el ajuste social.

Dentro de algunos factores de riesgo se encuentran los relacionados a las experiencias traumáticas como por ejemplo la muerte de un familiar, situación de pobreza, conflictos intrafamiliares, exposición a la violencia intrafamiliar, abuso de sustancias psicoactivas por parte de alguno de los padres, entre otros.

A diferencia de los factores protectores, los cuales abarcan las características propias de la persona, los hechos o situaciones que aumentan y fortalecen la capacidad de enfrentarse a situaciones adversas disminuyendo la posibilidad de desajustes biopsicosociales o disfunciones.

#### **2.2.1.4 Resiliencia y adolescencia**

Según la publicación en la “Revista de la Sociedad Boliviana de Pediatría”, el nacimiento constituye el inicio de la individualización del ser humano del vientre materno al medio externo, es así que el recién nacido es amparado por la familia y queda bajo su cuidado. La adolescencia es un segundo nacimiento, en el cual la persona nace a la sociedad más amplia, por tanto, comienza una separación y una desigualdad psicosocial en la estructura familiar que lo lleva a dar sentido de algo cuyo significado ha tomado nuevas características en entorno. Estos cambios son producidos rápidamente y pueden generar en el adolescente una crisis constructiva, ya que abarca la tarea de la búsqueda de identidad e incorporación a la sociedad. De igual modo, mientras va transcurriendo las etapas de crecimiento, la familia, la escuela, el sistema comunitario, los espacios de búsqueda e inclusión ofrecen oportunidades tanto de beneficios como también de riesgos, esta dirección de su desarrollo favorece a que pueda aprender hacer frente a una situación adversa.

Los adolescentes han acumulado destrezas y entran velozmente a probarlas con nuevos impulsos, capacidades físicas e instrumentos cognitivos; las respuestas se basan más en la propia comprensión de lo que es una situación de peligro potencial, en la autoeficacia para responder a los riesgos y en la toma de decisiones ante los problemas (Guillén, 2005)

### **2.3. Modelo Teórico de Resiliencia**

Edith Grotberg define la resiliencia como la capacidad del ser humano para hacer frente a las adversidades de la vida, aprender de ellas, superarlas e, inclusive, ser transformado por éstas. Tiene un carácter dinámico que permite trabajar para potenciar y reforzarla. Teniendo en cuenta eso, el modelo de las verbalizaciones de Grotberg se basa en 4 expresiones resilientes y estas son:

a) “Yo tengo” en mi entorno social, se refiere a las personas alrededor en quienes confío y que me quieren incondicionalmente. Personas que me ponen límites para que aprenda a evitar los peligros. Personas que me muestran por medio de su conducta la manera correcta de proceder. Personas que quieren que aprenda a desenvolverme solo. Personas que me ayudan cuando estoy enfermo o en peligro, o cuando necesito aprender.

b) “Yo soy y yo estoy”, hablan de las fortalezas intrapsíquicas y condiciones personales, las cuales se refiere a alguien por quien los otros sienten aprecio, cariño y feliz cuando hago algo bueno para los demás y les demuestro mi afecto. Respetuoso de mí mismo y del prójimo. En cuanto al “estoy” hace referencia a lo dispuesto que estoy para responsabilizarme de mis actos. Seguro que todo saldrá bien.

c) “Yo puedo”, el cual concierne a las habilidades en las relaciones con los otros, se refiere al hablar sobre cosas que me asustan o me inquietan. Buscar la manera de resolver mis problemas. Controlarme cuando tengo ganas de hacer algo peligroso o que no está bien. Buscar el momento apropiado para hablar con alguien o actuar. Encontrar a alguien que me ayude cuando lo necesito.

## 2.3.1 Conceptualización de Afrontamiento

### 2.3.1.1 Teoría del afrontamiento del estrés de Lazarus y Folkman

Lazarus y Folkman (como se citó en Cannesa, 2002) definen el afrontamiento como constantes cambios a nivel cognitivo y conductual, los cuales se desenvuelven para manifestar las necesidades externas e internas, las cuales son consideradas en ocasiones como excedentes o desbordantes de los recursos de la persona.

De igual modo, mencionan que se determina por un conjunto de respuestas emitidas para disminuir de algún modo las cualidades aversivas de un medio estresante, como un intento del individuo para controlar los estresores. En cuanto al tema del estrés que brindó las bases para el estudio del afrontamiento, éste puede ocasionar diversas respuestas en cada persona, el proceso de valoración psicológica se produce de dos formas:

**Valoración primaria:** Es un patrón de respuesta inicial, donde la persona evalúa la situación en base a cuatro modalidades. Las cuales son: valoración de la amenaza, cuando la persona anticipa un tipo de peligro; valoración de desafío, se presenta ante una situación de amenaza, en la que además existe posiblemente una ganancia; evaluación de pérdida, cuando ha habido un daño, deterioro a la estima misma o ha perdido a un ser querido; y valoración de beneficio que no genera reacción de estrés.

**Valoración secundaria:** En el cual se busca establecer las acciones a realizar para enfrentar el estresor y la percepción de las estrategias de afrontamiento. Dando como resultado que la interacción entre la valoración primaria y secundaria determina el grado de estrés, la intensidad y la calidad de la respuesta emocional, he ahí su importancia.

Por otro lado, la clasificación de reacciones de estrés es muy importante; dividiéndose en tres grupos: fisiológicas, emocionales y conductuales. La primera comprende las respuestas neuroendocrinas y las relacionadas con el sistema nervioso autónomo, la segunda abarca las sensaciones subjetivas de malestar emocional y por último se encuentra las estrategias cognitivas ante el estrés, las cuales son: la preocupación, la negación y la pérdida de control.

El modelo transaccional, considera importante la interacción entre el ambiente y la persona, ya que depende de cómo el individuo perciba el factor estresante y le brinde una valoración. Así mismo es de suma importancia la percepción de los recursos que posee para poder afrontarlo; esto dependerá de las capacidades para responder ante situaciones generadores de estrés. (Lazarus y Folkman, 1984, Frydenberg y Lewis, 1993, Sandín, 1995; citado en Canessa, 2002).

Por lo expuesto anteriormente, este tipo de modelo es el que se considera ideal para el estudio del afrontamiento; ya que la persona al interactuar con su ambiente tiene experiencias que le son estresantes, y las respuestas que presente ante dicho estrés constituyen las estrategias de afrontamiento que realizará.

Finalmente, Según Lazarus y Folkman (Como se cita en Sánchez, 1991) mencionan que el afrontamiento comprende los esfuerzos tanto mentales como conductuales, siendo las personas quienes se responsabilizan del control de sus demandas externas e internas, provocadores del estrés y las consecuencias del estado emocional.

### **2.3.1.2 Estilos de Afrontamiento**

Según Vásquez y Crespo (1994) señalan que los estilos de afrontamiento son aquellas habilidades personales para enfrentar diversas situaciones. Asimismo, son las responsables de determinar el uso de algunas estrategias de afrontamiento en diferentes situaciones. Sólo una serie de estilos de afrontamiento se han investigado de modo sistemático.

Entre los estilos de afrontamiento encontramos a las personas evitadoras y confrontativas, algunas presentan una tendencia a evitar las dificultades, mientras otras deciden confrontarlos optando por buscar información o actuando de manera directa ante el problema; sin embargo, ningún estilo es más efectivo que otro.

El estilo evitador es más útil para acontecimientos amenazantes a corto plazo, mientras que el estilo vigilante es más efectivo cuando una situación amenazante se repite o persiste a lo largo del tiempo. El estilo confrontativo es útil; debido a que permite anticipar planes de acción ante algunos riesgos que puedan ocurrir en un futuro. No obstante, los estudios longitudinales indican que, a la larga, el estilo evitativo suele no ser eficaz para manejar situaciones complicadas.

El afrontamiento en adolescentes está basado en dos estilos, los cuales son considerados como productivos o funcionales. El primero se refiere a resolver el problema, el cual quiere decir que involucra asumir o afrontar los conflictos de forma directa. Así mismo hace referencia hacia los otros, es decir, comunicar las inquietudes con las personas de su entorno y buscar apoyo en los mismos. El segundo estilo es el afrontamiento no productivo, conocido también como disfuncional; debido a que las estrategias concernientes a este no admiten hallar una solución a las dificultades, al contrario, se dirigen a la evitación de los problemas. (Frydenberg y Lewis, 1993;1996;1999; citado en Canessa, 2002)

Dichos estilos engloban a las 18 estrategias de afrontamiento, las cuales están categorizadas como aspectos funcionales o disfuncionales. El afrontamiento adaptativo o funcional se refiere a que en este se define el problema, se generan alternativas de solución y se ejecutan las acciones. A diferencia del afrontamiento disfuncional, quien hace mención de la manifestación y el control de los sentimientos, generado ante la situación de afrontar situaciones generadoras de estrés. Ambas categorizaciones dependen del ajuste interno y externo de la persona. Quien valorará la situación y sus opciones de afrontamiento. (Frydenberg, 1997; citado en Canessa, 2002)

### **2.3.1.3 Estrategias de Afrontamiento**

Actualmente existen diversas estrategias de afrontamiento que la persona puede emplear, depende del agente estresor y la situación en la que sucede. Para emplear algunos en buena medida, según Di-Colloredo, Aparicio y Moreno (2007): “las estrategias de afrontamiento son eficaces sólo si contribuyen al bienestar fisiológico, psicológico y social de la persona”. Según Snyder (como se citó en Di- Colloredo, Aparicio y Moreno, 2007) La eficacia de las estrategias de afrontamiento descansa en su habilidad para manejar y reducir el malestar inmediato, así como en sus efectos a largo plazo, en términos de bienestar psicológico y en el estado de salud.

Lazarus y Folkman (1984), dividen estas estrategias en dos grupos, el primero centrado en el problema y el segundo centrado en las emociones. La primera estrategia tiene como función la resolución de problemas. Ello quiere decir que la persona debe manejar

sus necesidades; ya sean internas o externas, la cual lo percibe como amenazador, llegando a producir una inestabilidad en la interrelación del individuo con su entorno. Estas estrategias de afrontamiento enfocadas al problema son similares a las que se emplean para la resolución de este; debido a que están dirigidas a la definición del problema, búsqueda de soluciones al problema, consideración de alternativas propuestas en base a su costo y beneficio; y por último la selección y aplicación de ello.

Di-Colloredo *et al.* (2007) “indica que el afrontamiento dirigido al problema implica un objetivo, un proceso analítico dirigido principalmente al entorno, mientras que en el afrontamiento dirigido a la resolución del problema se incluyen las estrategias que hacen referencia al interior del sujeto”. A su vez las estrategias centradas en el problema se dividen en Afrontamiento Activo y Afrontamiento Demorado. El Afrontamiento Activo está relacionado a los pasos activos para tratar de modificar las situaciones o aminorar sus efectos incrementando sus esfuerzos personales para resolver el problema. Por otro lado, el Afrontamiento Demorado, es la respuesta necesaria y funcional que tiene el individuo, está dirigida a buscar la oportunidad apropiada para actuar de forma no prematura (Lazarus & Folkman, 1986)

El segundo grupo está centrado en las emociones, presentando como principal función la regulación emocional que incluye la voluntad por modificar el malestar y controlar los estados emocionales evocados por el acontecimiento estresante. En definitiva, los objetivos planteados se pueden lograr evitando el ambiente estresante, revaluando los pensamientos del suceso amenazador o enfocándose en aspectos positivos de uno mismo o del entorno.

De igual modo, las estrategias centradas en las emociones incluyen diferentes categorías, las cuales son: El apoyo social emocional, el apoyo en la religión, la reinterpretación positiva y crecimiento, la concentración y desahogo de emociones, la liberación cognitiva, la negación y por último la liberación hacia las drogas.

Es importante considerar que el uso de las dos funciones del afrontamiento, las centradas en el problema y las centradas en las emociones no son excluyentes. Debido a que una misma conducta puede servir para varias funciones. En conclusión, todas las situaciones son potenciales disparadores de las diferentes estrategias de afrontamiento. Existen características de la situación, tales como la intensidad, la gravedad y cronicidad de la situación, lo cual influye en la aplicación de estrategias específicas.

#### **2.3.1.4 Afrontamiento y adolescencia**

Los adolescentes pueden experimentar estrés de cualquier tipo en diversas situaciones. La mayoría de los adolescentes experimentan más estrés cuando perciben una situación como difícil, peligrosa o dolorosa. Ellos no tienen los recursos para enfrentarla o abordarla. Siendo un tema importante estudiar algunas de las fuentes de estrés para los adolescentes.

Actualmente se ha hablado mucho acerca de la importancia de combatir el estrés, convirtiéndose en un tema importante desde hace años. Sobre todo, en poblaciones adolescentes; ya que presentan diversos efectos en las personas. Usualmente se ha realizado mayor abordaje e investigación del afrontamiento con poblaciones adultas; no obstante, últimamente se ha realizado diversos estudios sobre este tema con niños y adolescentes.

Según los estudios ejecutados por Frydenberg, el cual está basado en el modelo de estrés y afrontamiento realizado por Lazarus; el afrontamiento radica en la creencia de las acciones ante el estrés, siendo los recursos que manejamos quienes determinan nuestro proceso de aprendizaje, cómo nos desenvolvemos y nuestra calidad de vida. Por ello, se considera el afrontamiento como competencia psicosocial, el cual incluye estrategias conductuales y cognitivas, siendo utilizadas para buscar alternativas de

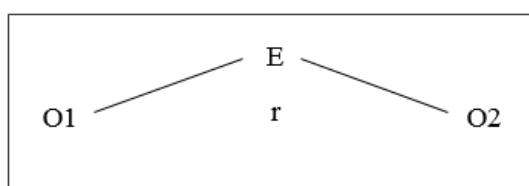
solución ante diversas situaciones de la vida (Frydenberg y Lewis, 1994; 1999, citado en Palomar, 2012).

### CAPÍTULO III: MATERIALES Y MÉTODOS

#### 3.1 Tipo de estudio y diseño de la investigación

El presente estudio corresponde al tipo correlacional. Según Hernández, Fernández y Baptista (2014). Ya que tiene como intención establecer las relaciones entre las variables resiliencia y afrontamiento. Asimismo, cuenta con un diseño no experimental de corte transversal, ya que los datos son recolectados en un determinado momento y lugar, con la finalidad de describir y analizar las variables.

Este estudio lo podemos diagramar de la siguiente manera:



**Dónde:**

O1: Resiliencia.

O2: Afrontamiento.

E: Estudiantes de 3°, 4° y 5° de secundaria de una Institución Educativa Parroquial de Cono Norte.

r: Relación entre resiliencia y afrontamiento en estudiantes de 3°, 4° y 5° de secundaria de una Institución Educativa Parroquial de Cono Norte.

#### 3.2 Población y muestra

La población estuvo constituida por 303 estudiantes que cursan el 3°, 4° y 5° de secundaria, de sexo masculino y femenino que pertenecen a la Institución Educativa Parroquial San Vicente Ferrer, ubicado en Los Olivos, cuyas edades abarcan de los 13 a 18 años de edad.

##### 3.2.1 Tamaño de la muestra

La presente investigación contará con una muestra constituida por el uso de la siguiente fórmula estadística para contar con el número exacto y preciso de estudiantes, teniendo en cuenta el número de la población, con un nivel de confianza del 95 %.

$$n = \frac{Z^2 \cdot P \cdot Q \cdot N}{(N-1) \cdot E^2 + Z^2 \cdot P \cdot Q}$$

**Dónde:**

n: Es el tamaño de la muestra que se va a tomar en cuenta para el trabajo de campo, siendo la variable que se desea determinar.

Z: Equivale a un intervalo de confianza del 95% en la estimación de la muestra, por tanto, el valor Z = 1.96



P y Q: Representan la probabilidad de la población de estar o no incluidas en la muestra. De acuerdo a la doctrina, cuando es desconocida dicha probabilidad por estudios estadísticos, se asume que p y q tienen el valor de 0.5 cada uno.

N: El total de cada población, que en este caso son 303 estudiantes.

E: Representa el error relativo 0.05.

Reemplazando obtenemos:

$$n = \frac{(1.96)^2 (0.5) (1.5) (304)}{(299) (0.05)^2 + (1.96)^2 (0.5) (0.5)} = 170$$

Por lo tanto, la muestra estará constituida por 144 estudiantes de 3°, 4° y 5° de secundaria respectivamente, de una Institución Educativa Parroquial de Cono Norte.

### 3.2.2 Selección del muestreo

En primer lugar, se establecieron los criterios de inclusión y exclusión, ya que estos sirvieron como referencia para la determinación del muestreo, el cual fue no probabilístico (por conveniencia) puesto que la muestra estuvo conformada por los estudiantes que se encontraban presentes en las aulas seleccionadas y que aceptaron participar voluntariamente de la investigación.

### 3.2.3 Criterios de inclusión y exclusión

#### Inclusión:

- Estudiantes hombres y mujeres con edades entre los 13 y 18 años
- Estudiantes que cursen el 3°, 4° y 5° grado de secundaria.
- Estudiantes que residan en los distritos del Cono Norte.
- Estudiantes que tengan la autorización de sus padres y que deseen participar voluntariamente en el estudio.

#### Exclusión:

- Estudiantes que no cuenten con el consentimiento de sus padres o apoderados y asentimiento.
- Además, se dio como invalido pruebas que estaban en blanco y respondidas incorrectamente.

## 3.3 Variables

### 3.3.1.- Definición conceptual y operacional

#### Variable: Resiliencia

#### Definición conceptual:

La resiliencia es una característica de la personalidad que modera el efecto negativo del estrés y fomenta la adaptación. Ello connota vigor o fibra emocional y se ha utilizado para describir a personas que tienen la capacidad para resistir, tolerar la presión, los obstáculos y pese a ello hacer las cosas correctas, bien hechas, cuando todo parece actuar en nuestra contra (Wagnild y Young 1993).

#### Definición Operacional:

La variable resiliencia es una variable cualitativa politómica con una escala nominal, en nuestro estudio es tratada de forma categórica y numérica. Contiene 5 dimensiones: Ecuanimidad, Sentirse bien solo, Confianza en sí mismo, Perseverancia, y Satisfacción.

Un puntaje de 147- 175 (Mayor resiliencia) ,121-146 (Moderada resiliencia), y un puntaje menor a 121 (Menor resiliencia). Los niveles y rangos se aprecian en el Anexo 1.

**Variable: Afrontamiento.**

**Definición conceptual:**

Consideran el afrontamiento como procesos cognitivos y conductuales consecutivamente cambiantes que se desenvuelven para manejar las demandas externas y/o internas que son evaluadas como desbordantes de los recursos del individuo. (Lazarus y Folkman, 1986; citado en Cannesa, 2002).

**Definición Operacional:**

La variable afrontamiento es de naturaleza cualitativa politómica ordinal y está compuesta por 80 ítems distribuidos en 18 escalas agrupadas en tres estilos básicos de afrontamiento: Estilo 1 dirigido a resolver el problema, estilo 2 referido al afrontamiento no productivo y el estilo 3 relacionado con la referencia a otros. Consta de cinco alternativas de respuesta de escala Likert: A: "Nunca lo hago" (1 punto) B: "Lo hago raras veces" (2 pts.); C: "Lo hago algunas veces" (3 pts.); D: "Lo hago a menudo" (4 pts.) y finalmente, E: "Lo hago con mucha frecuencia" (5 pts.) Según la puntuación obtenida se les ubica en una categoría que muestra la frecuencia del empleo de las estrategias. El cuestionario se puede visualizar en el anexo 2.

**3.3.2 Variables sociodemográficas:**

**Edad:** Variable numérica discreta. Se obtiene mediante el tiempo transcurrido desde la fecha de nacimiento hasta la fecha actual.

**Sexo:** Variable categórica dicotómica, categorizada en: femenino y masculino.

**Grado:** Es una variable cualitativa politómica ordinal que se refiere al grado de estudios donde se encuentra el estudiante (3ero, 4to y 5to).

**Orden de nacimiento:** Variable de tipo cualitativa con una escala ordinal que se refiere al lugar que ocupa el participante dentro de la familia (primero, segundo, tercero, cuarto).

**Tipo de familia:** Es una variable de tipo cualitativa con una escala nominal que se refiere al tipo de personas que conforman la unidad familiar. Se plantearon tres preguntas las cuales fueron cerradas, teniendo como opciones para marcar, sí o no.

**Nacionalidad:** Variable de tipo cualitativa con una escala nominal que se refiere a la condición particular de los participantes nacidos en una nación determinada (extranjero, peruano).

**Lugar de procedencia:** Es una variable categórica politómica nominal, y hace referencia al lugar de procedencia de donde la persona habita en la actualidad.

**Residencia:** Es una variable categórica politómica nominal siendo sus categorías: Los olivos, San Martín de Porres, Independencia, Comas, Puente piedra, Carabayllo y otros.

**3.4 Plan de recolección de datos e instrumentos**

El plan de recolección de datos e instrumentos se realizó mediante las siguientes fases que se detallan a continuación:

**I Fase:** Se realizó una solicitud dirigida a la Dirección de la Institución Educativa Parroquial seleccionada perteneciente al Cono Norte, con la finalidad de solicitar el

permiso correspondiente para dar inicio a la recolección de los datos de los estudiantes de 3ro, 4to y 5to grado de nivel secundaria.

**II Fase:** Se estableció el horario de los días y el momento de aplicación dentro de las aulas en horas pedagógicas disponibles con la finalidad de recolectar la información de los y las estudiantes.

**III Fase:** Se ingresó a las aulas correspondientes días antes de la aplicación de los instrumentos, y entregará a los y las estudiantes de 3ro, 4to y 5to de secundaria la Carta de Consentimiento Informado el cual será firmado por los padres de familia o apoderados, además de señalar la voluntad de cooperación por parte del estudiante. El documento fue entregado en una fecha establecida a las evaluadoras.

**IV Fase:** Los días establecidos de la evaluación de instrumentos, dada la importancia de contar con la aprobación por parte de los estudiantes, al ingresar a las aulas se preguntó si estaban de acuerdo en ser parte de la aplicación de los instrumentos y desarrollarlo, asimismo se explicó la finalidad del presente estudio. A los estudiantes que desearon participar se les entregó la ficha de Participación del Proyecto de Investigación. Se indicó que los test eran confidenciales y por ello no requería que detallen sus nombres y apellidos completos.

**V Fase:** Una vez de contar con el permiso de los padres de familia o apoderados y del estudiante se dio paso a la explicación de las indicaciones correspondientes para cada uno de los test, los cuales son: La escala de Resiliencia (Anexo 3) y La Escala de Afrontamiento para Adolescentes (Anexo 4), cuyo tiempo de duración de ambos instrumentos es de 45 minutos aproximadamente.

**VI Fase:** Posteriormente al proceso de aplicación de las pruebas, se procedió a verificar cada una de las Fichas de Participación del Proyecto de Investigación, donde se excluyó a aquellos estudiantes que no cumplieran los criterios de inclusión.

**VII Fase:** Una vez recolectada la información de la evaluación de ambos test se procedió al vaciado de los datos a un programa estadístico para su respectivo análisis.

**VIII Fase:** Se procedió al análisis de los datos, cuadros y tablas descriptivas e inferenciales (resultados)

#### **Instrumentos:**

##### **Escala de Resiliencia de Wagnild y Young (ER)**

La escala de resiliencia (ER) fue construida por Wagnild y Young en 1988, su adaptación fue en el Perú (Novella 2002). Su objetivo es el grado de resiliencia individual. Está compuesta por 25 ítems, los cuales puntúan en una escala tipo Likert de 7 puntos, donde 1 está en desacuerdo, y un máximo de acuerdo es 7. Los participantes indicarán el grado de conformidad con el ítem, ya que todos los ítems son calificados positivamente; los más altos puntajes serán indicadores de mayor resiliencia, el rango de puntaje varía entre 25 y 175 puntos, siendo su Fiabilidad de 0.89 (Novella, 2002). Cronbach. En cuanto a su estructura es multifactorial debido a que cuenta con cinco dimensiones las cuales son: Satisfacción personal (4 ítems), ecuanimidad (4 ítems), sentirse bien sólo (3 ítems), confianza en sí mismo (7 ítems), perseverancia (7 ítems) y satisfacción personal (4 ítems). En cuanto a su Validez la constituye la correlación ítem-test corregida con el coeficiente Alfa y la normalización de Kayser.

**a) Ecuanimidad:** Denota una perspectiva balanceada de la propia vida y experiencias, tomando las cosas tranquilamente y moderando sus actitudes ante la adversidad.

**b) Perseverancia:** Persistencia ante la adversidad o el desaliento, tener un fuerte deseo del logro y autodisciplina.

**c) Confianza en sí mismo:** Habilidad para creer en sí mismo, en sus capacidades.

**d) Satisfacción personal:** Comprender el significado de la vida y cómo se contribuye a esta.

**e) Sentirse bien sólo:** Nos da el significado de libertad y que somos únicos y muy importantes.

### **Normas de Calificación e Interpretación**

Los 25 ítems puntuados en una escala de formato tipo Likert de 7 puntos donde: 1, es máximo desacuerdo; 7, significa máximo de acuerdo. Los participantes indicarán el grado de conformidad con el ítem; y a todos los que son calificados positivamente de entre 25 a 175 serán puntajes indicadores de mayor resiliencia.

### **Validez y confiabilidad de la Escala de Resiliencia (ER)**

La Escala de Resiliencia se verificó según el criterio de Kayser, en donde se identifican 5 factores. La validez del contenido se da a priori, pues los ítems fueron seleccionados acorde con aquellos que reflejaban las definiciones de resiliencia, a cargo de los investigadores, dos psicometristas y dos enfermeras. Los ítems tienen una redacción positiva. La validez concurrente se da al correlacionar altamente con mediciones bien establecidas de constructos vinculados con la resiliencia como: Depresión, con  $r = -0.36$ , satisfacción de vida,  $r = 0.59$ ; moral,  $r = 0.54$ ; salud,  $r = 0.50$ ; autoestima,  $r = 0.57$ ; y percepción al estrés,  $r = -0.67$ . En cuanto a la validez, se utilizó en esta investigación el análisis factorial para valorar la estructura interna del 11 cuestionario, con la técnica de componentes principales y rotación oblimin, que nos mostró 5 factores que no están correlacionados entre sí.

En el 2004, un grupo de psicólogos Educativos de la UNMS realizaron una nueva adaptación de la Escala de resiliencia, en una muestra de 400 estudiantes de sexo femenino y masculino, de 13 a 18 años de edad cursando e tercer año de secundaria de la UGEL 03, obteniéndose una confiabilidad calculada por el método de la consistencia interna con el coeficiente alfa de Cronbach de 0.83.

### **Escala de Afrontamiento para Adolescentes (ACS) de Frydenberg y Lewis**

Este inventario fue construido por Frydenberg y Lewis, es aplicable a adolescentes de 12 a 18 años de edad, con una duración de 10 a 15 minutos aproximadamente, tiene como finalidad evaluar las estrategias de afrontamiento, asimismo consta de 80 ítems, 79 de tipo cerrado y uno final abierto, que permite evaluar 18 estrategias de afrontamiento diferentes, agrupadas en tres estilos básicos de afrontamiento: dirigido al problema, dirigido a la emoción y afrontamiento improductivo. Los 79 elementos cerrados se puntúan según una escala de tipo Likert de cinco puntos: 1. Nunca lo hago **A**, 2. Lo hago raras veces **B**, 3. Lo hago algunas veces **C**, 4. Lo hago a menudo **D**, 5. Lo hago con mucha frecuencia **E**.

### **Normas de Calificación e Interpretación**

La interpretación de los resultados se obtiene a partir de la suma de las escalas, que puede constar de 5, 4 o 3 ítems, de encontrar un ítem en blanco se le pedirá al adolescente que complete la prueba; en el caso de una negativa, se puntúa con 3, para evitar una menor distorsión de los resultados. Luego, dichas puntuaciones totales son multiplicadas por el coeficiente que se encuentra en la hoja de respuesta, para luego ser expresadas en la hoja de perfil.

## **Validez y confiabilidad de la Escala de Afrontamiento para Adolescentes (ACS) de Frydenberg y Lewis**

Frydenberg y Lewis, reportaron un coeficiente de confiabilidad test-retest superior a 0.32, encontrando estabilidad con los ítems. Para la validez realizaron 3 análisis factoriales a través del método de los componentes principales y la rotación oblicua Oblimin, obteniendo coeficientes de consistencia interna que fluctuaron entre 0.62 y 0.87 para la forma específica, y de 0.54 a 0.84 para su forma general, confirmando así la estabilidad de sus respuestas.

Canessa (2002) realizó la adaptación de la versión española para Perú de la Escala de Afrontamiento para Adolescentes (ACS), evidenció favorable confiabilidad, tanto en nivel ítem – test, existiendo una puntuación mayor a 0.20 en 79 de los 80 ítem. Referente a la consistencia interna el valor alfa mínimo de 0.48 fue en la escala de Buscar diversiones relajantes, 0.52 en Hacerse ilusiones, 0.84 en Distracción física, y 0.76 en Buscar ayuda profesional, las cuales afirman la fiabilidad de las escalas. Con respecto a la validez, se distribuyeron 18 escalas en 6 factores que expusieron el 67.7% de la varianza total.

### **3.5 Plan de análisis e interpretación de la información**

En la presente investigación se empleó el paquete estadístico Stata 14. Se realizó el análisis univariado, a través de frecuencias y porcentajes para las variables categóricas; promedio y desviación estándar para las variables numéricas. Se evaluó la normalidad a través de la prueba estadístico Kolmogorov- Smirnov. Después de saber la distribución de los datos, se realizó el análisis bivariado utilizando la prueba estadística Correlación de Spearman, T- Student, ANOVA, Chi-cuadrado, Kruskal-Wallis y U de Mann Whitney, considerando una significancia estadística menor o igual a 0.05.

### **3.6 Ventajas y limitaciones**

Ventajas:

- Permite analizar la relación entre dos variables.
- El diseño permite realizar el estudio en corto tiempo y a bajo costo.
- Los instrumentos utilizados cuentan con pocos ítems, lo que posibilita su rápida aplicación, además se encuentran adaptados y validados en el país.

Limitaciones:

- Limita la verificación de la relación causa efecto entre las variables.
- Se puede presentar problemas de interpretación debido a la escasa información del marco teórico.
- Las pruebas aplicadas pueden estar sujetas a deseabilidad social.

### **3.7 Aspectos éticos**

#### **Respeto de la confidencialidad y política de la protección de datos**

a) En el presente estudio la aplicación y administración de los test se ejecutó respetando la confidencialidad del participante, manteniendo en incógnita los datos personales completos del mismo en la Ficha de participación (Anexo 2).

b) Al brindar la ficha de consentimiento a los padres de familia o apoderados, así como al dirigirse en los salones de clase a los estudiantes del 3°, 4° y 5° de secundaria, se les

mencionó la finalidad y el uso que se le daría a la información resultante de la aplicación de las pruebas.

c) Para guardar la confidencialidad de los datos brindados por los padres de familia o apoderados y los estudiantes, fueron almacenados en las computadoras de las investigadoras empleando una contraseña personal.

d) Para el vaciado de datos digitales en programas computarizados, se protegió la hoja impidiendo que personas ajenas a la investigación realicen cambios en las pruebas aplicadas.

### **Respeto de la privacidad**

a) Se respetó el derecho de cada uno de los participantes, para brindar la cantidad de información que ellos creían convenientes compartir con las investigadoras del estudio.

b) Se respetó la decisión del participante de dejar la ejecución de la prueba o no compartir algún tipo de información que no desee.

c) Se garantizó que la administración de los test se ejecutaría en los momentos adecuados dentro de lo acordado con el Director de la Institución, así como en los lugares adecuados.

### **No discriminación y libre participación**

a) No se excluyó a los participantes ni existió algún tipo de discriminación hacia uno de ellos relacionados a su género, lugar de residencia, grupo étnico, condición social u origen. Pero si se tomó en cuenta los criterios de inclusión y exclusión presentados en el proyecto de investigación.

b) Las evaluadoras no influenciaron en la elección de respuestas por parte de los participantes, manteniendo siempre una libre participación.

## CAPÍTULO IV: RESULTADOS

### Características del estudio

Respecto a los resultados se evidencia que 78.6% de la muestra son del sexo masculino y tienen un promedio de edad de 14.49. EL 31.9% se encuentra en cuarto grado. Mientras que el 94.1% procede de Lima y reside en el distrito de Los Olivos 62.8%. Por otro lado, el 51.9% considera que tiene un tipo de familia nuclear y el 58.6% reportó tener niveles moderados de resiliencia. La media promedio para las dimensiones de la variable afrontamiento fueron: concentrarse en resolver el problema (66.2), esforzarse y tener éxito (73.3), preocuparse (78.8), no afrontamiento (53.4), reducción de la tensión (45.1), autoinculparse (42.6), buscar diversiones relajantes (61.3), fijarse en lo positivo (61.3), hacerse ilusiones (67.1), buscar pertenencia (66), invertir en amigos íntimos (75.6), ignorar el problema (40.7), distracción física (78.7), reservarse para sí (53.7), acción social (42.6), buscar ayuda profesional (70.3), buscar apoyo social (64.3), y buscar apoyo espiritual (55.2). El resto de los resultados se puede apreciar en la tabla 1.

**Tabla 1. Descripción de las variables principales y sociodemográficas**

	n°	%
<b>Sexo</b>		
Hombre	161	78.62
Mujer	143	47.04
<b>Edad media(D/S)</b>	14.49 / 0 .919	
<b>Grado</b>		
Tercero	55	18.09
Cuarto	97	31.91
Quinto	55	18.09
<b>Procedencia</b>		
Lima	286	94.08
Provincia	12	3.95
Otros	6	1.97
<b>Orden de nacimiento</b>		
Primero	111	36.63
Segundo	118	38.94
Tercero	56	18.48
Cuarto	10	3.3
Quinto	5	1.65
Sexto	2	0.66
<b>Nacionalidad</b>		
Extranjera	6	1.97
Peruana	298	98.03
<b>Residencia</b>		
Los Olivos	191	62.83
San Martín de Porres	90	29.61
Independencia	14	4.61
Comas	3	0.99
Puente Piedra	1	0.33
Carabaylo	4	1.32
Otro	1	0.33

**Tabla 1. Continúa**

	n°	%
<b>Tipo de Familia</b>		
Nuclear	158	51.97
Extensa	85	27.96
Monoparental	61	20.07
<b>Resiliencia</b>		
Mayor	53	17.43
Moderada	178	58.55
Escasa	73	24.01
<b>Afrontamiento</b>		
Concentrarse en resolver el problema	66.19 /	14.1
Esforzarse y tener éxito	73.26 /	12.96
Preocuparse	78.78 /	11.42
No afrontamiento	53.44 /	13.05
Reducción de la tensión	45.13 /	14.35
Autoinculparse	42.61 /	14.08
Buscar diversiones relajantes	61.34 /	20.86
Fijarse en lo positivo	61.34 /	15.22
Hacerse ilusiones	67.05 /	12.89
Buscar pertenencia	66.03 /	15.411
Invertir en amigos íntimos	75.64 /	12.57
Ignorar el problema	40.67 /	14.65
Distracción física	78.72 /	15.53
Reservarse para sí	53.73 /	16.9
Acción social	42.56 /	12.36
Buscar ayuda profesional	70.29 /	13.26
Buscar apoyo social	64.28 /	15.97
Buscar apoyo espiritual	55.24 /	15.85



### Relación entre los niveles de resiliencia y las estrategias de afrontamiento:

Existe una asociación significativa entre niveles de resiliencia y estrategias de afrontamiento: Concentrarse en resolver el problema ( $p= 0.000$ ), esforzarse y tener éxito ( $p= 0.000$ ), preocuparse ( $p= 0.000$ ), reducción de la tensión ( $p= 0.035$ ), autoinculparse ( $p= 0.035$ ) ignorar el problema ( $p= 0.000$ ), buscar ayuda profesional ( $p= 0.000$ ) y buscar apoyo espiritual ( $p=0.00$ ). El promedio para cada dimensión del afrontamiento, aumenta en relación a los niveles de la resiliencia. El resto de los datos se puede observar en la tabla 2.

**Tabla 2. Asociación de las Estrategias de afrontamiento y Resiliencia**

	Resiliencia			P
	Mayor (m/DS)	Moderada (m/DS)	Escasa (m/DS)	
<b>Afrontamiento</b>				
Concentrarse en resolver el problema	71.54/13.80	66.53/13.76	61.75/13.67	0.000
Esforzarse y tener éxito	81.96/11.46	73.12/12.01	67.29/12.86	0.000
Preocuparse	83.85/11.34	79.12/11.36	74.57/10.16	0.000
No afrontamiento	64.81/17.06	61.20/14.34	59.17/15.67	0.119
Reducción de la tensión	41.81/12.32	44.81/14.58	48.33/14.72	0.035
Autoinculparse	41.81/12.32	44.81/14.58	48.33/14.72	0.034
Buscar diversiones relajantes	62.34/22.36	62.80/20.48	57.44/20.41	0.169
Fijarse en lo positivo	62.33/22.35	62.80/20.47	57.43/20.40	0.169
Hacerse ilusiones	52.67/12.54	54.22/12.83	52.10/13.95	0.454
Buscar pertenencia	68.75/13.29	67.12/12.87	65.64/12.64	0.407
Invertir en amigos íntimos	66.86/15.98	66.20/15.69	65.04 /14.42	0.788
Ignorar el problema	80.22/12.31	76.40/12.27	70.46/11.91	0.000
Distracción física	81.09/15.06	79.44/15.79	75.66 /14.55	0.091
Reservarse para sí	50.09/17.91	54.47/16.68	54.59/16.62	0.181
Acción social	42.55/14.30	42.58/11.41	42.53/13.23	0.745
Buscar ayuda profesional	77.45/12.92	70.42 /12.96	65.06/11.65	0.000
Buscar apoyo social	52.83/16.82	55.11/15.52	57.32/15.90	0.287
Buscar apoyo espiritual	77.45/12.92	70.42/12.96	65.07/11.65	0.000

### Relación entre los niveles de resiliencia y datos sociodemográficos:

Con respecto a la relación entre resiliencia y los datos sociodemográficos como: sexo, edad, grado, procedencia, tipo de familia, orden de nacimiento, nacionalidad y residencia, los hallazgos mostraron que no existe relación significativa. Los resultados se muestran en la Tabla 3.

**Tabla 3. Relación de niveles de resiliencia con datos sociodemográficos**

	Resiliencia			P
	Mayor (m/DS)	Moderada (m/DS)	Escasa (m/DS)	
<b>Sexo</b>				0.312
Hombre	29/18.01	99/61.49	33/20.50	
Mujer	24/16.78	79/55.24	40/27.97	
<b>Edad</b>	14.471/0.932	14.477/0.896	14.547/0.972	0.706
<b>Grado</b>				0.599
Tercero	24/15.79	88/57.89	40/26.32	
Cuarto	20/20.62	59/60.82	18/18.56	
Quinto	9/16.36	31/56.36	15/27.27	
<b>Procedencia</b>				0.149
Lima	49/17.13	170/59.44	67/23.43	
Provincia	1/ 8.33	7/58.33	4/33.33	
Otro	3/50.00	1/16.67	2/33.33	
<b>Tipo de familia</b>				0.200
Nuclear	24/15.19	91/57.59	43/27.22	
Extensa	21/24.71	49/57.65	15/17.65	
Monoparental	8/13.11	38/62.30	15/24.59	
<b>Orden de nacimiento</b>				0.470
Primero	16/14.41	71/63.96	24/21.62	
Segundo	26/22.03	62/52.54	30/25.42	
Tercero	7/12.50	36/64.29	13/23.21	
Cuarto	1/10	5/50	4/40	
<b>Nacionalidad</b>				0.104
Extranjera	3/50	2/33.33	1/16.67	
Peruana	50/16.78	176/59.06	72/24.16	
<b>Residencia</b>				0.829
Los Olivos	33/17.28	110/57.59	48/25.13	
San Martín de Porres	17/18.89	53/58.89	20/22.22	
Independencia	3/21.43	8/57.14	3/21.43	
Comas	0/0.00	3/100	0/0.00	
Puente Piedra	0/0.00	0/0.00	1/100	
Carabaylo	0/0.00	3/75	1/25	
Otros	0/0.00	1/100	0/0.00	

### Relación entre las estrategias de afrontamiento y datos sociodemográficos:

Se evidencia asociación significativa entre el sexo y las dimensiones: Reducción de la tensión ( $p= 0.000$ ), autoinculparse ( $p= 0.012$ ), buscar diversiones relajantes ( $p= 0.000$ ), buscar pertenencia ( $p= 0.036$ ), ignorar el problema ( $p= 0.005$ ), distracción física ( $p= 0.000$ ), buscar apoyo espiritual ( $p= 0.000$ ) y no afrontamiento ( $p= 0.015$ ).

También se asoció la edad con las dimensiones: Concentrarse en resolver el problema ( $p= 0.053$ ), donde presenta una correlación negativa débil (Rho.  $-0.111$ ); esforzarse y tener éxito ( $p= 0.038$ ), donde se aprecia una asociación negativa (Rho.  $-0.119$ ); reducción de la tensión ( $p= 0.000$ ), donde presenta una correlación positiva débil (Rho.  $0.211$ ); buscar diversiones relajantes ( $p= 0.023$ ), donde se aprecia una correlación negativa débil (Rho.  $-0.130$ ). Mientras que el grado se asoció con las dimensiones de esforzarse y tener éxito ( $p=0.006$ ), reducción de la tensión ( $p=0.001$ ), autoinculparse ( $p=0.026$ ), buscar apoyo social ( $p=0.008$ ). Por otro lado, el lugar de procedencia se asoció con la dimensión de hacerse ilusiones ( $p=0.017$ ). Existe asociación significativa entre el distrito y las dimensiones concentrarse en resolver el problema ( $p=0.037$ ), buscar pertinencia ( $p=0.014$ ). El resto de los datos se puede apreciar en la tabla 4.

**Tabla 4. Relación entre estrategias de afrontamiento y datos sociodemográficos**

	Concentrarse en resolver el problema		Esforzarse y tener éxito		Preocuparse	
	(m/DS)	P	(m/DS)	P	(m/DS)	P
<b>Sexo</b>		0.125		0.087		0.8170
Hombre	67.42/14.68		74.45/12.66		79.05/11.55	
Mujer	64.95/13.25		71.91/13.20		78.62/11.34	
<b>Edad</b>	Rho-0,1107	0.053	Rho-0,1188	0.038	Rho -0.1223	0.033
<b>Grado</b>		0.292		0.006		0.17
Tercero	67.18/14.43		73.84/12.47		79.18/11.40	
Cuarto	66.26/13.51		75.09/11.97		79.79/11.24	
Quinto	63.70/13.89		68.43/14.90		76.29/11.72	
<b>Procedencia</b>		0.586		0.869		0.637
Lima	66.46/14.02		73.28/12.89		78.97/11.21	
Provincia	62.33/14.91		74/12.47		78/12.70	
Otros	64.66/15.68		70.66/18.87		74.66/19.54	
<b>Orden de nacimiento</b>		0.911		0.592		0.515
Primero	66.73/14.02		73.90/12.78		78.81/11.20	
Segundo	65.76/13.49		74.10/12.83		80.40/11.11	
Tercero	65.35/15.50		71/14.11		76/12.74	
Cuarto	69.6/14.75		72.4/12.28		77.6/10.69	

**Tabla 4. Continuación**

	No afrontamiento		Reducción de la tensión		Autoinculparse	
	(m/DS)	P	(m/DS)	P	(m/DS)	P
<b>Sexo</b>		0.0152		0.000		0.012
Hombre	51.52/12.88		41.56/13.13		44.59/14.26	
Mujer	55.15/13.00		49.14/14.65		40.38/13.59	
<b>Edad</b>	Rho -0.0374	0.5158	Rho 0,2111	0.000	Rho 0,0683	0.2352
<b>Grado</b>		0.9602		0.001		0.0262
Tercero	53.65/12.95		42.47/13.97		41.48/13.70	
Cuarto	53.27/13.00		47.05/13.64		45.72/14.91	
Quinto	53.16/13.61		49.09/15.40		40.27/12.92	
<b>Procedencia</b>		0.2853		0.106		0.5813
Lima	53.37/12.91		44.65/14.04		42.32/13.74	
Provincia	51.33/15.61		51.33/18.82		46.25/12.45	
Otros	61.33/13.77		55.33/15.47		49.16/28.70	
<b>Orden de nacimiento</b>		0.9613		0.119		0.026
Primero	53.83/13.34		43.96/14.85		39.50/13.73	
Segundo	53.55/13.34		43.89/12.62		42.88/13.11	
Tercero	53.07/13.15		49.21/15.99		46.51/16.59	
Cuarto	50.4/11.18		47.2/12.04		49/11.49	
Quinto	53.6/7.26		54.4/20.11		50/7.071	
Sexto	50/2.82		52/11.31		42.5/10.60	
<b>Nacionalidad</b>		0.2148		0.154		0.4777
Extranjera	60 /12.89		54/16.14		46.66/28.22	
Peruana	53.31/13.04		44.95/14.29		42.53/13.73	
<b>Residencia</b>		0.58		0.794		0.41
Los Olivos	53.13/13.76		45.57/14.99		43.11/14.87	
San Martin de Porres	54.66/11.94		45.11/13.42		43.11/13.20	
Independencia	50/12.32		42.85/11.68		37.14/10.13	
Comas	62.66/6.11		36/14.42		40/5	
Puente Piedra	48/0		32/0		35/0	
Carabayllo	51/5.03		42/17.73		35/5.77	
Otro	40/0		48/0		25/0	
<b>Tipo de familia</b>		0.4342		0.496		0.9809
Nuclear	54.27/14.03		45.67/14.52		43.00/15.56	
Extensa	53.08/11.53		45.83/14.65		42.47/12.83	
Monoparental	51.80/12.40		42.75/13.45		41.80/11.69	

**Tabla 4. Continuación**

	Buscar diversiones relajantes		Fijarse en lo positivo		Hacerse ilusiones	
	(m/DS)	P	(m/DS)	P	(m/DS)	P
<b>Sexo</b>		0.000		0.663		0.2834
Hombre	66.13/21.77		61.70/16.16		67.8/13.00	
Mujer	56.14/18.45		60.94/14.14		66.20/12.75	
<b>Edad</b>	Rho -0.1302	0.0232	Rho-0.0703	0.222	Rho-0.1103	0.0546
<b>Grado</b>		0.1164		0.460		0.644
Tercero	63.87/21.75		61.90/15.52		67.57/13.11	
Cuarto	58.52/19.82		59.79/15.54		67.01/12.98	
Quinto	59.81/19.56		62.54/13.80		65.67/12.21	
<b>Procedencia</b>		0.6619		0.881		0.0179
Lima	61.70/21.14		61.29/15.15		67.56/12.57	
Provincia	56.58/16.47		63.33/17.10		57.66/15.29	
Otros	58.33/13.76		60/17.60		61.33/16.52	
<b>Orden de nacimiento</b>		0.3615		0.164		0.1686
Primero	61.17/20.88		62.65/15.93		67.17/14.27	
Segundo	61.63/21.73		61.35/14.78		68.50/11.68	
Tercero	59.62/19.70		57.41/15.13		64.64/13.25	
Cuarto	74.2/15.19		66/9.94		61.6/6.85	
Quinto	58.8/15.33		61/15.16		62.4/6.69	
Sexto	45.5/34.64		57.5/10.60		78/ 8.48	
<b>Nacionalidad</b>		0.853		0.647		0.6478
Extranjera	63/14.68		64.16/16.25		64.66/14.17	
Peruana	61.4/20.97		61.29/15.22		67.1/12.88	
<b>Residencia</b>		0.2962		0.217		0.405
Los Olivos	60.21/21.16		61.33/16.21		65.94/13.94	
San Martin de Porres	65.1/19.04		60.83/13.39		68.48/10.80	
Independencia	52.5/22.93		59.28/10.16		71.14/10.89	
Comas	63/36.37		73.33/7.63		68/6.928	
Puente Piedra	84/0		85/0		84/0	
Carabaylo	63/23.56		71.25/17.5		70/10.58	
Otro	56/0		40/0		60/0	
<b>Tipo de familia</b>		0.9954		0.837		0.1461
Nuclear	61.53/20.69		61.20/15.72		66.98/12.82	
Extensa	61.27/20.46		62.11/14.29		68.89/12.83	
Monoparental	61.39/22.11		60.65/15.36		64.65/12.94	

**Tabla 4. Continuación**

	Buscar pertenencia		Invertir en amigos íntimos		Ignorar el problema	
	(m/DS)	P	(m/DS)	P	(m/DS)	P
<b>Sexo</b>		0.0369		0.846		0.005
Hombre	67.77/15.61		75.77/12.26		42.89/15.70	
Mujer	64.08/14.99		75.49/12.96		38.19/12.98	
<b>Edad</b>	Rho 0.0644	0.2629	Rho -0.0654	0.255	Rho -0.0848	0.1402
<b>Grado</b>		0.2121		0.393		0.2629
Tercero	65.15/15.77		75.55/12.11		41.80/14.34	
Cuarto	68.28/15.06		76.78/13.11		39.02/14.42	
Quinto	64.50/14.82		73.89/12.900		40.45/15.81	
<b>Procedencia</b>		0.7034		0.327		0.3973
Lima	65.87/15.18		75.87/12.45		40.54/14.60	
Provincia	67.66/18.87		73.66/12.11		39.58/13.72	
Otros	70.66/20.65		68.66 /18.83		49.16/18.55	
<b>Orden de nacimiento</b>		0.098		0.074		0.9835
Primero	66.59/15.61		76/12.02		39.95/14.08	
Segundo	65.96/14.81		76.88/11.93		41.05/14.78	
Tercero	62.5/15.66		71.21/14.83		40.62/15.52	
Cuarto	67.6/15.93		77.6 /10.86		42/13.58	
Quinto	73.6/10.80		76/6.324		43/16.04	
Sexto	86 /2.82		86/14.14		50/35.35	
<b>Nacionalidad</b>		0.088		0.746		0.1482
Extranjera	76.66/16.08		74/16.14		50.83/20.10	
Peruana	65.82/15.35		75.67/12.52		40.47/14.49	
<b>Residencia</b>		0.0143		0.950		0.4702
Los Olivos	64.20/15.38		75.66/13.55		40.26/14.73	
San Martin de Porres	70.97/14.86		75.33/10.59		42.88/15.04	
Independencia	62.85/15.08		75.42/12.23		36.07/10.41	
Comas	61.33/12.22		82.66/12.85		36.66/20.20	
Puente Piedra	76/0		76/0		40/0	
Carabaylo	54/10.58		79/12.80		32.5/8.66	
Otro	68/0		68/0		30/0	
<b>Tipo de familia</b>		0.5559		0.375		0.5376
Nuclear	66.32/16.05		76.05/13.24		41.83/15.76	
Extensa	64.61/14.80		76.32/11.73		39.11/12.82	
Monoparental	67.27/14.61		73.63/11.91		39.83/13.99	

**Tabla 4. Continuación**

	Distracción física		Reservarse para sí		Acción social	
	(m/DS)	P	(m/DS)	P	(m/DS)	P
<b>Sexo</b>		0.0001		0.6234		0.9121
Hombre	82.30/14.70		52.98/15.69		42.39/12.18	
Mujer	74.90/15.36		54.58/18.21		42.76/12.60	
<b>Edad</b>	Rho -0.0025	0.9653	Rho 0.1081	0.0598	Rho 0.1319	0.0214
<b>Grado</b>		0.4666		0.0688		0.0636
Tercero	78.75/15.33		51.77/16.65		40.69/11.49	
Cuarto	79.81/16.02		56.23/17.57		44.17/12.94	
Quinto	77.25/14.81		54.72/16.02		44.90/13.03	
<b>Procedencia</b>		0.0949		0.153		0.1912
Lima	79.05/15.49		53.25/16.50		42.34/12.25	
Provincia	79.91/12.47		60.41/20.50		41.66/9.37	
Otros	65.33/13.76		63.33/25.42		55/17.88	
<b>Orden de nacimiento</b>		0.4268		0.0433		0.4745
Primero	79.20/14.31		51.03/17.21		41.03/10.33	
Segundo	78.66/15.71		53.17/16.63		42.54/13.23	
Tercero	76.87/17.27		58.21/16.05		44.19/12.60	
Cuarto	79.1/13.62		54/16.12		41/9.06	
Quinto	93.8/17.56		69/18.50		58/26.36	
Sexto	77/0		55/7.07		50/7.07	
<b>Nacionalidad</b>		0.0429		0.1959		0.0745
Extranjera	66.5/13.09		62.5/24.85		54.17/17.15	
Peruana	79.1/15.40		53.56/16.72		42.33/12.17	
<b>Residencia</b>		0.5047		0.1563		0.5419
Los Olivos	78.06/15.82		53.92/17.00		43.21/12.83	
San Martín de Porres	80.34/15.25		54.44/16.18		42.11/12.29	
Independencia	75/13.00		53.21/20.53		38.57/8.18	
Comas	81.66/8.08		36.66/5.77		33.33/2.88	
Puente Piedra	84/0		30/0		45/0	
Carabaylo	85.75/13.25		55/15.81		41.25/ 4.78	
Otro	98/0		30/0		45/0	
<b>Tipo de familia</b>		0.2205		0.4116		0.9651
Nuclear	79.83/14.13		52.94/16.78		42.62/12.23	
Extensa	75.84/17.67		55.29/16.39		42.70/12.52	
Monoparental	80.32/15.04		53.60/18.05		42.21/12.66	

**Tabla 4. Continuación**

	Buscar ayuda profesional		Buscar apoyo social		Buscar apoyo espiritual	
	(m/DS)	P	(m/DS)	P	(m/DS)	P
<b>Sexo</b>		0.7173		0.54		0.000
Hombre	70.06/12.62		54.72/15.22		68.02/15.68	
Mujer	70.62/13.74		55.83/16.57		60.19/15.31	
<b>Edad</b>	Rho -0.0807	0.1603	Rho 0,1571	0.006	Rho -0,113	0.049
<b>Grado</b>		0.3336		0.0087		0.104
Tercero	70.72/12.73				66.18/15.33	
Cuarto	71.13/13.83		57.11/15.62		63.17/16.77	
Quinto	68/13.38		59.36/16.01		61.3/15.90	
<b>Procedencia</b>		0.6286		0.2386		0.965
Lima	70.54/12.92		55.10/15.72		64.36/15.80	
Provincia	67.91/18.39		61.66/16.42		63.33/20.02	
Otros	66.66/16.93		49.16/20.35		65.33/18.70	
<b>Orden de nacimiento</b>		0.2577		0.3685		0.123
Primero	70.94/13.92		53.15/15.20		64.5/16.30	
Segundo	71.73/12.54		56.05/16.06		63.72/15.76	
Tercero	66.07/12.08		57.23/16.09		62.35/15.30	
Cuarto	72.5/15.13		53/18.58		68/14.36	
Quinto	72/16.04		67/18.90		84.8/9.95	
Sexto	70/21.21		52.5/10.60		62/8.48	
<b>Nacionalidad</b>		0.6896		0.669		0.504
Extranjera	72.5/16.04		52.5/18.09		68.66/19.33	
Peruana	70.31/13.18		55.3/15.84		64.25/15.92	
<b>Residencia</b>		0.4417		0.1957		0.112
Los Olivos	69.55/14.18		56.46/16.14		63.03/16.22	
San Martin de Porres	71.27/11.35		53.88/15.33		67.82/ 15.26	
Independencia	71.78/10.11		47.85/11.38		59.14/16.09	
Comas	71.66/10.40		55/5		64/10.58	
Puente Piedra	80/0		45/0		92/ 0	
Carabayllo	82.5/14.43		62.5/24.66		61/11.48	
Otro	60/0		30/0		60/0	
<b>Tipo de familia</b>		0.9374		0.0917		0.4556
Nuclear	70.28/12.68		54.49/15.70		65.06/14.90	
Extensa	70.76/13.17		58.29/16.89		62.49/16.81	
Monoparental	70/14.74		52.95/14.32		65.04/17.47	



## CAPÍTULO V: DISCUSIÓN

### 5.1 Discusión

Existe asociación significativa entre resiliencia y afrontamiento; evidenciando asociación con ocho estrategias, las cuales son: Concentrarse en resolver el problema, esforzarse y tener éxito, preocuparse, reducción de la tensión, autoinculparse, ignorar el problema, buscar ayuda profesional y buscar apoyo espiritual. De los cuales en seis de las ocho estrategias se llega a obtener mayor resiliencia. Nuestro hallazgo difiere en la investigación realizada por Aguirre (2016) quien en su estudio muestra como resultado la relación entre resiliencia y 13 de las 18 estrategias de afrontamiento. Esto quiere decir que a mayor presencia de dichas estrategias incrementa su nivel de resiliencia.

La diferencia de resultados obtenidos entre ambos estudios es muy interesante, ya que solo coincidimos en cinco estrategias que presentan relación con resiliencia, lo cual es un indicador de que los adolescentes no saben cómo afrontar situaciones adversas. No emplean sus recursos personales de manera activa. Esto es un predictor para generar estrés dependiendo del valor que denote el adolescente del problema. Por lo cual, nos cuestionamos, ¿A qué se debe que estudiantes de una institución parroquial presenten menos estrategias relacionadas con la resiliencia?

Los estudiantes que reportaron el promedio más alto de la estrategia concentrarse en resolver el problema presentaron mayores niveles de resiliencia. Por lo tanto, nos indica que los adolescentes buscan alcanzar logros en el transcurso de su vida, utilizando estrategias para abordar diversos problemas teniendo en cuenta diferentes perspectivas para tomar una decisión y plantearse metas. Es así que los alumnos de la institución educativa parroquial presentan las características mencionadas, es decir muestran una adaptación saludable, actitud positiva que le permite adaptarse fácilmente a diversas situaciones y que han desarrollado a lo largo de su vida. De igual modo, Lazarus en su modelo transaccional, explica que depende de la perspectiva que tenga el sujeto sobre la situación estresante y que recursos pueda emplear para buscar soluciones, estableciendo diversas modificaciones que le permitan satisfacer sus necesidades.

Corroborando lo explicado en líneas anteriores el estudio realizado por Cortez (2018) obtiene como resultado que la estrategia utilizada a menudo por los estudiantes de 5to año de secundaria es concentrarse en resolver el problema, lo cual 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.

En relación con la estrategia esforzarse y tener éxito, se obtuvo que los adolescentes emplean mayor resiliencia, lo que es un indicador que presentan disposición, interés para realizar tareas, asistir a clases y conseguir sus objetivos. Estas características mencionadas se observaron en los estudiantes de la institución educativa parroquial, ya que perciben que su medio les provee las condiciones necesarias para cumplir con sus metas, evidenciando un adecuado desempeño académico, tienen una participación activa en clases para absolver sus dudas y poder desempeñarse mejor académicamente, lo cual se reconoció al dialogar con los docentes sobre el rendimiento académico de los adolescentes. Asimismo, un estudio realizado por Morales y Móysen (2015) obtienen que la estrategia es empleada en situaciones estresantes, por ello tienden a utilizar un estilo de resolución de problemas, es decir, emplean sus habilidades para hacer frente a los acontecimientos de su vida.

En relación con la estrategia preocuparse presenta mayor resiliencia. Esta estrategia se caracteriza por mostrar preocupación por la felicidad futura y por los logros. En ocasiones pueden ser abrumadoras e impedir que los adolescentes evalúen y planteen

soluciones a sus problemas experimentando conflictos en sus actividades diarias. Este hallazgo es interesante debido a que los estudiantes de la institución parroquial presentan dicha estrategia con mayor resiliencia, el cual nos indica que es un estilo no productivo de afrontamiento. Debido a lo obtenido es probable que, al responder las preguntas con relación a esta estrategia, los estudiantes no hayan sido sinceros, debido a que el estudiante al presentar mayor preocupación es un indicador para generar mayor estrés y no podría tener mayor resiliencia.

Por otra parte, las estrategias de reducción de la tensión y autoinculparse presentan mayores indicadores con escasa resiliencia. Puesto que evidencia una carencia de estrategias más efectivas presentando relación con dificultades para hacer frente a las situaciones que le demandan el entorno, el cual es un factor de riesgo; ya que el adolescente no asume un rol activo. Las características mencionadas lo presentan los estudiantes de la institución parroquial evidenciando que emplean estrategias no productivas, ya que en ocasiones es probable que no mostraran tolerancia y optimismo. Quizá debido a que perciben demasiada exigencia social en su entorno.

Así mismo, en el estudio realizado por Figueroa, Contini, Lacunza, Levín y Estévez (2005) tuvieron como resultado que los adolescentes que presentan bajo bienestar utilizaron estrategias como falta de afrontamiento, reducción de la tensión y autoinculparse, dichas estrategias no implican empeño por parte del sujeto, sino más bien una evitación del problema y el alivio de la tensión. En efecto, autoinculparse conlleva a sentirse culpable por una situación que genera conflicto, lo que no implica un intento de resolución. Si no todo lo contrario, provocando malestar emocional, pensamientos negativos y enfocándose en lo negativo de la solución

En relación con la estrategia ignorar el problema, el cual se caracteriza por rechazar la existencia de algún conflicto presenta mayor resiliencia. Este hallazgo es curioso debido a que resiliencia significa afrontar y sobreponerse de una situación adversa, lo cual no es coherente. Los adolescentes han encontrado alternativas para crear distancia y enfocarse en otras actividades, no empleando sus recursos de afrontamiento ante dificultades, obstáculos y problemas que puedan surgir en el desarrollo de su etapa. Lo cual, hace inferir que los estudiantes no respondieron con honestidad a las preguntas relacionadas con dicho estilo. Al igual como menciona Beltrán (2014) quien refiere que las personas reconocen las dificultades comprendiendo que los mismos afectan a un área de su vida, pero no por completo, por ende, no asumir el problema expresa no tener alternativas para dar una solución y por lo tanto lo evita realizando otras actividades que enfoquen su atención.

Igualmente, las estrategias buscar ayuda profesional y buscar apoyo espiritual presentan mayor resiliencia, de este modo evidencian que los adolescentes emplean la oración y creen en la ayuda de un líder espiritual, al igual que buscar el apoyo y opinión de maestros u otros consejeros. Estas características mencionadas fueron halladas en los estudiantes de la institución educativa parroquial, el cual es debido a su formación personal, evidenciando que tienen en común recursos saludables para afrontar las situaciones que les generan estrés posiblemente relacionado a la formación que reciben, el cual se define por búsqueda de soporte emocional, búsqueda del lado positivo de las situaciones, aceptación e integrarlos en la religión.

Por otro lado, el promedio más alto de la estrategia no afrontamiento fue obtenido por las mujeres a diferencia de los hombres. Al parecer las mujeres otorgan mayor importancia a los eventos estresantes, al percibirse con menos recursos para afrontar las situaciones desfavorables y buscando evadir la situación. Este descubrimiento es importante, dado que usualmente son las mujeres quienes afrontan las situaciones adversas esperando que suceda lo mejor de forma positiva. Esto lleva a inferir que, si

bien los hombres no están libres de emplear estas estrategias, son las mujeres las que tienden a emplearlas con mayor frecuencia, lo que puede convertirse en un factor de riesgo para su salud mental, deterioro de las relaciones sociales y poca habilidad de solución de problemas.

De la misma forma, el promedio más alto de la estrategia reducción de la tensión fue obtenido por las mujeres. Es una estrategia menos efectiva dirigida al manejo emocional, lo que señalaría que las adolescentes tienden a emplear el uso de estrategias que evitan resolver los problemas como puede ser: llorar, gritar, evadir, consumir alcohol, entre otros. Al igual que los resultados obtenidos por García (2008), muestran que hay un mayor uso de esta estrategia en las mujeres desde la adolescencia temprana a la adolescencia media, que se mantiene igual durante la adolescencia tardía. Además, el resultado obtenido por García, López y Moreno (2008) sostienen que las mujeres usan varias estrategias para reducir la tensión, cuando presentan problemas tienden a compartir sus dificultades con otros, buscan apoyo para resolverlo consultando respecto a cómo procedieron ante un problema semejante, es decir, analizan el problema desde diferentes perspectivas tratando de utilizar todas sus capacidades para obtener la solución. A diferencia de los hombres como lo sostienen Figueroa y colaboradores (2005) quienes emplean distracción física e ignorar el problema.

Por otra parte, el promedio más alto de la estrategia autoinculparse fue reportado por hombres, quienes se perciben como responsables de los problemas que acontecen. Este dato es curioso, puesto que vemos en la actualidad que son los hombres quienes usualmente evaden responsabilidades, son más de buscar diversiones relajantes y distraerse fácilmente a diferencia de las mujeres. Respecto a ello creemos que puede ser debido a su formación religiosa, el cual esté influyendo para usar esta estrategia. Según Canessa (2002) esta estrategia es utilizada por los adolescentes de acuerdo con el nivel de malestar, suelen sentirse responsables por los problemas afectándolos de manera emocional y psicológica.

De la misma forma, se encontró asociación con las estrategias, buscar diversiones relajantes, buscar pertenencia e Ignorar el problema, los cuales presentan mayor promedio en hombres. Dichas estrategias consisten en el interés del sujeto por relacionarse con los demás y la preocupación por lo que los otros piensan de él, se involucran en actividades de la escuela. Sin embargo, en algunas situaciones se desentienden de las situaciones problemáticas. Todo lo mencionado se evidenciaba en los estudiantes de la institución educativa parroquial. Esto confirma la importancia del proceso de socialización del adolescente, a través de la relación con los otros (Pérez y Pajares, 2018). Estos hallazgos coinciden con los autores Gómez, Luengo, Romero, Villar y Sobral (2006) que consideran que los hombres presentan mayor facilidad para despreocuparse e intentar resolver las situaciones por sí mismos ya que cubren expectativas sociales.

De igual manera, se asoció la edad con las estrategias: concentrarse en resolver el problema, donde presenta una correlación negativa débil; esforzarse y tener éxito, donde se aprecia una asociación negativa; reducción de la tensión, donde presenta una correlación positiva débil y buscar diversiones relajantes, donde se considera una correlación negativa débil. De las cuatro estrategias, dos mantienen una correlación negativa débil, una correlación positiva débil y una asociación negativa, lo cual puede ser debido al cambio en las expectativas que perciben los adolescentes; ya que experimentan una transición desde una visión optimista ante los retos sociales y académicos de esta nueva etapa evolutiva; al pesimismo ante el fracaso o bien al no ver satisfechas sus expectativas. Considerando que es una idea principal que sostiene, Frydenberg 1997 (como se citó en Palomar 2012).

En cuanto al grado presentó asociación significativa con las dimensiones de esforzarse y tener éxito, reducción de la tensión, autoinculparse y buscar apoyo social. Siendo los más representativos alumnos de cuarto y quinto grado de secundaria, el cual muestra que a mayor edad adquieren dichas estrategias.

Finalmente, creemos que el desarrollo de las diversas estrategias de afrontamiento durante la adolescencia, parece estar influenciado por los patrones de socialización a los que se ven expuestos desde pequeños. De qué tan satisfechos están con su vida, la forma como se relaciona con su grupo de pares y cómo el adolescente ante situaciones que le generan estrés actúan para establecer el control sobre ello, ya que debe buscar solución y no valorarlo como negativo poniendo en práctica sus recursos personales, brindar solución y afrontar con éxito el problema. De esta manera el adolescente generará mayor resiliencia al sobreponerse ante situaciones que los percibía como amenazantes o imposible de solucionar.

## **5.2 Conclusiones**

Existe una correlación significativa directa entre la conducta resiliente y seis de los modos de afrontamiento: concentrarse en resolver el problema, esforzarse y tener éxito, preocuparse, ignorar el problema, buscar ayuda profesional y buscar ayuda espiritual. Es así que los alumnos de la institución educativa parroquial presentan una adaptación saludable y actitud positiva que les permite adaptarse fácilmente a diversas situaciones. Perciben que su medio les provee las condiciones necesarias para cumplir con sus metas, evidenciando un adecuado desempeño académico y una participación activa en clases. De igual modo, evidencian que los adolescentes emplean la oración y creen en la ayuda de un líder espiritual, al igual que buscan el apoyo y opinión de maestros u otros consejeros.

Por otro lado, los estudiantes de la institución parroquial emplean dos estilos no productivos de afrontamiento que presentan indicadores de mayor resiliencia. Este indicador nos permite inferir que los adolescentes utilizarán modos particulares y diferentes de conductas de resolución ante los conflictos.

Asimismo, existen diferencias en el uso de las estrategias de afrontamiento de acuerdo al sexo de los adolescentes en la muestra estudiada, ambos sexos emplean mayormente estrategias encaminadas a resolver el problema. El sexo es una variable que influye en el uso de las estrategias. Y que son las mujeres quienes buscan más el apoyo, pero también sus estrategias de afrontamiento son más individuales e internas otorgan mayor importancia a los eventos estresantes. Tienden a emplear el uso de estrategias que evitan resolver los problemas como puede ser: llorar, gritar, evadir, consumir alcohol, entre otros. Mientras que los hombres buscan solucionar el problema recurriendo a aspectos externos como una forma de eliminar o disminuir el estrés. Todo ello permite afirmar que los adolescentes hombres cuentan con mayores recursos psicológicos necesarios que les permitan adaptarse al contexto. Este dato es curioso, puesto que vemos en la actualidad son los hombres quienes usualmente evaden responsabilidades y no buscan resolver problemas a diferencia de las mujeres. Respecto a ello creemos que puede ser debido a su formación religiosa que esté influyendo para usar esta estrategia.

De la misma forma, se encontró asociación con las estrategias, buscar diversiones relajantes y buscar pertenencia, las cuales presentan mayor promedio en hombres. Ambas estrategias consisten en el interés del sujeto por relacionarse con los demás. Esto confirma la importancia del proceso de socialización del adolescente, a través de la relación con los otros.

Se propone seguir investigando los factores asociados a ambas variables en esta población, para la implementación de programas de apoyo o soporte en los adolescentes para fortalecer sus habilidades sociales y por ende prevenir conductas de riesgo.

### **5.3 Recomendaciones**

- Promover la participación de los miembros del grupo familiar para trabajar y fortalecer la Resiliencia y el afrontamiento.
- Realizar estudios descriptivos y exploratorios que aborden el estudio de las variables resiliencia y afrontamiento.
- Realizar estudios correlacionales con ambas variables en instituciones educativas Nacionales y Privadas para nuevos hallazgos.
- Capacitar en función de los resultados obtenidos al personal educativo y psicológico para el trabajo con los adolescentes con el uso de la resiliencia y las estrategias de afrontamiento en situaciones problemáticas.
- Incentivar la creación de programas educativos y psicológicos enfocados a la resiliencia y al uso de estrategias de afrontamiento.
- Promover talleres reflexivos, donde puedan asumir actitudes críticas potencializando la capacidad introspectiva de reconocer las fortalezas y habilidades que poseen para afrontar las adversidades que puedan presentarse durante la adolescencia, dando como resultado un mejor nivel de resiliencia y afrontamiento.

## REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Aguirre, M. (2016). *Resiliencia y estrategias de afrontamiento en estudiantes del nivel secundario de una institución educativa pública de Trujillo* (Tesis de Pregrado). Universidad Privada del Norte, Lima, Perú. Recuperado de <https://repositorio.upn.edu.pe/bitstream/handle/11537/10708/Aguirre%20V%c3%a1squez%20Mar%c3%ada%20Soledad.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Allaica, L. (2018). *Satisfacción familiar y estrategias de afrontamiento en estudiantes de dos unidades Educativas Adventistas, desde 8vo hasta 3er año de bachillerato en Ambato y Quito, Ecuador, 2017* (Tesis de Posgrado). Universidad Peruana Unión, Lima, Perú. Recuperado de [https://repositorio.upeu.edu.pe/bitstream/handle/UPEU/1165/Levita\\_Tesis\\_Maestro\\_2018.pdf?sequence=5&isAllowed=y](https://repositorio.upeu.edu.pe/bitstream/handle/UPEU/1165/Levita_Tesis_Maestro_2018.pdf?sequence=5&isAllowed=y)
- Alejandro, C; Di Colloredo, G; Aparicio D.P; y Moreno J. (2007). Descripción de los estilos de afrontamiento en hombres y mujeres ante la situación de desplazamiento. *Psychologia. Avances de la disciplina*, 1 (2), 125 - 156.
- Álvarez, J. (2003) ¿Cómo se define que una persona pertenezca a un determinado nivel socioeconómico? *El Comercio*. Recuperado de [https://archivo.elcomercio.pe/economia/personal/como-se-define-que-persona-pertenezca-determinado-nivel-socioeconomico-noticia-1322839?ref=flujo\\_tags\\_49656&ft=nota\\_1&e=titulo](https://archivo.elcomercio.pe/economia/personal/como-se-define-que-persona-pertenezca-determinado-nivel-socioeconomico-noticia-1322839?ref=flujo_tags_49656&ft=nota_1&e=titulo)
- Asencio, A. (2015). *Resiliencia y estilos de afrontamiento en mujeres con cáncer de mama de un hospital estatal de Chiclayo 2013*. (Tesis de Licenciatura). Universidad Católica Santo Toribio de Mogrovejo, Chiclayo, Perú. Recuperado de [http://tesis.usat.edu.pe/bitstream/20.500.12423/336/1/TL\\_Ascencio\\_Puicon\\_AnaisJackelin.pdf](http://tesis.usat.edu.pe/bitstream/20.500.12423/336/1/TL_Ascencio_Puicon_AnaisJackelin.pdf)
- Avalos, P. (2017). *Resiliencia y estilos de socialización parental en estudiantes de secundaria de un colegio público de Villa El Salvador*. (Tesis de Licenciatura). Universidad Autónoma del Perú, Lima. Recuperado de <http://repositorio.autonoma.edu.pe/bitstream/AUTONOMA/413/1/AVALOS%20GAMERO%20P AOLA.pdf>
- Badaracco, L. (2013). Factores de resiliencia y riesgo suicida en adolescentes en estado de abandono Chiclayo. *Unifé*, 9(1), 35 - 42. Recuperado de: <http://revistas.unife.edu.pe/index.php/tematicapsicologica/article/view/838/750>
- Becoña, E. (2006). Resiliencia: definición, características y utilidad del concepto. *Revista de Psicopatología y Psicología Clínica*, 11(3), 125-146. Doi:<https://doi.org/10.5944/rppc.vol.11.num.3.2006.4024>
- Calderón, M. y Torres, C. (2018). *Nivel de resiliencia en adolescentes de secundaria de la Institución Educativa Raúl Porras Barrenechea, Carabayllo - 2018*. (Tesis de Pregrado). Universidad de Ciencias y Humanidades, Los Olivos. Recuperado de [http://repositorio.uch.edu.pe/bitstream/handle/uch/235/Calderon\\_MDP\\_Torres\\_CR\\_tesis\\_enfermeria\\_2018.pdf?sequence=1&isAllowed=y](http://repositorio.uch.edu.pe/bitstream/handle/uch/235/Calderon_MDP_Torres_CR_tesis_enfermeria_2018.pdf?sequence=1&isAllowed=y)
- Campos, F. y Saravia, Y. M. (2013). *Nivel de Resiliencia según sexo en estudiantes de 12 A 14 años de Edad en la Institución Educativa "Javier Heraud"*. (Tesis de Licenciatura). Universidad de Ciencias y Humanidades, Lima, Perú. Recuperado de [http://repositorio.uch.edu.pe/bitstream/handle/uch/166/Campos\\_FDM\\_Saravia\\_YMY\\_TEFNF\\_2017.pdf?sequence=1&isAllowed=y](http://repositorio.uch.edu.pe/bitstream/handle/uch/166/Campos_FDM_Saravia_YMY_TEFNF_2017.pdf?sequence=1&isAllowed=y)

- Canessa, B. (2002). Adaptación psicométrica de las escalas de Afrontamiento de Frydenberg y Lewis en un grupo de escolares de Lima Metropolitana. *Red de Revistas Científicas de América Latina, el Caribe, España y Portugal*, (5), 191 - 233. Recuperado de <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=1471/147118132008>
- Castellanos, J. (2017). *Resiliencia y maltrato psicológico*. (Tesis de Licenciatura). Universidad Rafael Landívar, Quetzaltenango, Guatemala. Recuperado de <http://recursosbiblio.url.edu.gt/tesiseortiz/2017/05/22/Castellanos-Josselyn.pdf>
- Castro, G. y Morales, A. (2013). *Clima social familiar y resiliencia en adolescentes de cuarto año de secundaria en una institución educativa estatal de Chiclayo*. (Tesis de Licenciatura). Universidad Católica Santo Toribio de Mogrovejo, Chiclayo, Perú. Recuperado de [http://tesis.usat.edu.pe/bitstream/20.500.12423/348/1/TL\\_CastroCruzadoGlory\\_MoralesRoncalAngelica.pdf](http://tesis.usat.edu.pe/bitstream/20.500.12423/348/1/TL_CastroCruzadoGlory_MoralesRoncalAngelica.pdf)
- Centro de información y educación para la prevención del abuso de drogas. (2017). *El problema de las drogas en el Perú*. Recuperado de <http://www.repositorio.cedro.org.pe/bitstream/CEDRO/373/1/EI%20Problema%20de%20las%20Drogas%202017.pdf>
- Cortez, M. (2018). Estrategias de afrontamiento en estudiantes de 5to año de secundaria de una institución educativa particular. *Sciéndo ciencia para el desarrollo*, 21 (3), 355-362. Recuperado de <https://revistas.unitru.edu.pe/index.php/SCIENDO/article/view/2067>
- Di-Colloredo, C., Aparicio Cruz, D., & Moreno, J.(2007). Descripción de los estilos de afrontamiento en hombres y mujeres ante la situación de desplazamiento. *Psychologia. Avances de la disciplina*, 1(2), 125 - 156. Recuperado de <https://www.redalyc.org/pdf/2972/297224996002.pdf>
- Enciclopedia Británica en español (2009) La Familia: Concepto, Tipos y Evolución. Recuperado de [http://cvonline.uaeh.edu.mx/Cursos/BV/S0103/Unidad%204/lec\\_42\\_LaFam\\_ConcTip&Evo.pdf](http://cvonline.uaeh.edu.mx/Cursos/BV/S0103/Unidad%204/lec_42_LaFam_ConcTip&Evo.pdf)
- Espinoza, M. y Matamala, A. (2012). *Resiliencia: una mirada sistemática. Construcción y validación preliminar del test*. (Tesis de Licenciatura). Universidad del Bío Bío, Chillán, Chile. Recuperado de <http://repobib.ubiobio.cl/jspui/bitstream/123456789/1437/1/Espinoza%20Alveal%2C%20Mariana%20Aurora.pdf>
- Figuroa, M., 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. Recuperado de <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=16721108>
- Florentino, M.T. (2008). La construcción de la resiliencia en el mejoramiento de la calidad de vida y la salud. *Suma psicológica*, 15 (1), 95-113. Recuperado de <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=2563822>
- Frydenberg, E. y Lewis, R. (1996). Manual: ACS. Escalas de Afrontamiento para Adolescentes. Madrid. TEA (Orig. 1993)
- García, R., López, J., & Moreno, M. (2008). Estrategias de afrontamiento al estrés según sexo y edad en una muestra de adolescentes uruguayos. *Ciencias Psicológicas*, II (1), 7-25. Recuperado de <https://www.redalyc.org/pdf/4595/459545421002.pdf>
- Glosario de Educación Superior (Sin fecha). Recuperado de [http://dsia.uv.mx/cuestionario911/Material\\_apoyo/Glosario%20911.pdf](http://dsia.uv.mx/cuestionario911/Material_apoyo/Glosario%20911.pdf)

- González, H.T y Quiroga, L.M (2016). *Personalidad y estrategias de afrontamiento en estudiantes de una Institución Educativa Estatal – Monsefú*. (Tesis de Licenciatura). Universidad Señor de Sipán, Lima, Perú. Recuperado de [http://repositorio.uss.edu.pe/bitstream/handle/uss/3196/GONZALES\\_MONTENEGRO\\_HILDA\\_TATHIANA.pdf?sequence=1&isAllowed=y](http://repositorio.uss.edu.pe/bitstream/handle/uss/3196/GONZALES_MONTENEGRO_HILDA_TATHIANA.pdf?sequence=1&isAllowed=y)
- Grez, F. (2007). *Construcción de Resiliencia en adolescentes hijos de madres reclusas de Santiago*. (Tesis para Licenciatura). Universidad Academia de Humanismo Cristiano, Santiago, Chile. Recuperado de <http://bibliotecadigital.academia.cl/bitstream/handle/123456789/2338/tpsico264.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Guillén. R. (2005). Resiliencia en adolescentes. *Revista de la Sociedad Boliviana de Pediatría*, 44 (1), 41-43. Recuperado de <http://www.scielo.org.bo/pdf/rbp/v44n1/v44n1a11.pdf>
- Hernández, Fernández y Baptista. (2014). *Metodología de la Investigación*. (sexta ed). México: MC Graw-Hill. Recuperado de <https://abacoenred.com/wp-content/uploads/2019/02/El-proyecto-de-investigaci%C3%B3n-F.G.-Arias-2012-pdf.pdf>
- Hernández, R., Fernández, C., y Baptista, R. (sin fecha). *Metodología de la investigación* (quinta ed.). México: MC Graw - Hill. Recuperado de [https://www.esup.edu.pe/descargas/dep\\_investigacion/Metodologia%20de%20la%20investigaci%C3%B3n%205ta%20Edici%C3%B3n.pdf](https://www.esup.edu.pe/descargas/dep_investigacion/Metodologia%20de%20la%20investigaci%C3%B3n%205ta%20Edici%C3%B3n.pdf)
- Huamaní, H. (2016). *Clima social familiar y las estrategias de afrontamiento en estudiantes de cuarto y quinto año de secundaria de la Institución Educativa San Francisco de Asís del distrito de Marcapata, Cusco*. Universidad Peruana Unión, Juliaca, Perú. Recuperado de [https://repositorio.upeu.edu.pe/bitstream/handle/UPEU/855/Inocencio\\_Tesis\\_bachiller\\_2016.pdf?sequence=3&isAllowed=y](https://repositorio.upeu.edu.pe/bitstream/handle/UPEU/855/Inocencio_Tesis_bachiller_2016.pdf?sequence=3&isAllowed=y)
- Instituto Nacional De Estadística e Informática-INEI (2015). *Tasa Jóvenes en Lima Metropolitana*, Lima, Perú. Recuperado de: <https://www.inei.gob.pe/estadisticas/indice-tematico/tasaneta-juvenes-lima-7756/#url>.
- Jordán, J. (2017). *Resiliencia y rendimiento académico en escolares de 4to. Y 5to. De secundaria en sectores vulnerables del distrito de Pueblo Nuevo, Chincha*. (Tesis de Maestría). Universidad Autónoma de Ica, Lima, Perú. Recuperado <http://repositorio.autonmadeica.edu.pe/bitstream/autonmadeica/133/1/ARTURO%20JORDAN%20PALOMINO-RENDIMIENTO%20ACADEMICO%20EN%20ESCOLARES.pdf>
- Lagos, S. (2018). *Resiliencia en adolescentes de 12 a 15 años, en situación de trabajo infantil del Centro Histórico de Quito*. (Tesis de Licenciatura). Universidad Central del Ecuador, Quito. Recuperado de <http://www.dspace.uce.edu.ec/bitstream/25000/17515/1/T-UCE-0007-CPS-076.pdf>
- López Sánchez F. (2015). Adolescencia. Necesidades y problemas. Implicaciones para la intervención. *Revista de Formación Continuada de la Sociedad Española de Medicina de la Adolescencia*, 3(2), 1 - 9. Recuperado de [https://www.adolescenciasema.org/wp-content/uploads/2015/06/adolescere-2015-vol3-n2\\_9-17\\_Adolescencia.pdf](https://www.adolescenciasema.org/wp-content/uploads/2015/06/adolescere-2015-vol3-n2_9-17_Adolescencia.pdf)
- Ministerio de salud. (2017). *Documento Técnico: Situación de Salud de los Adolescentes y Jóvenes en el Perú*. (1a ed). Recuperado de <http://bvs.minsa.gob.pe/local/MINSA/4143.pdf>
- Molina, J y Carmona, M. (2016). *Estrategias de afrontamiento en estudiantes adolescentes* (Tesis de Licenciatura). Universidad de Cuenca, Azuay, Ecuador. Recuperado de <http://dspace.ucuenca.edu.ec/bitstream/123456789/24783/1/trabajo%20de%20titulaci%C3%B3n.pdf>



- Morales, B y Moysén, A. (2015). Afrontamiento del estrés en adolescentes estudiantes de nivel medio superior. *Revista Digital de Investigación en Docencia Universitaria*, 9 (1), 9 - 20. Recuperado de <https://revistas.upc.edu.pe/index.php/docencia/article/view/380/377>
- Morales, A. (2017). *Estrategias de afrontamiento que tienen los estudiantes del Segundo Año Bachillerato Especialidad Contabilidad paralelo "B" de la Unidad Educativa Juan de Velasco en el periodo Marzo-Julio 2017*. (Tesis de Licenciatura). Universidad Nacional de Chimborazo, Riobamba, Ecuador. Recuperado de <http://dspace.unach.edu.ec/bitstream/51000/4416/1/UNACH-FCEHT-TG-P.EDUC-2017-000045.pdf>
- Munist, M., Santos, H., Kotliarenco, M., Suárez, E., Infante y F., Groberg, E. (1998). Manual de identificación y promoción de la resiliencia en niños y adolescentes. Recuperado de <https://medbox.org/document/manual-de-identificacion-y-promocion-de-la-resiliencia-en-ninos-y-adolescentes#GO>
- Novella, A. (2002). *Incremento de la resiliencia luego de la aplicación de un programa de psicoterapia breve en madres adolescentes*. (Tesis de Maestría). Universidad Nacional Mayor de San Marcos, Lima, Perú.
- Olsson, C.A., Bond, L., Bums, J.M., Vella Brodrick, D.A. y Sawyer, S.M. (2003). Resiliencia adolescente: un análisis de conceptos. *Revista de la adolescencia*, 26, 1-11.
- Palacios, K. y Sánchez, H. (2015). *Funcionamiento familiar y resiliencia en alumnos de 2º a 5º de secundaria de una institución educativa pública de Lima - Este*. (Tesis de Licenciatura). Universidad Peruana Unión, Lima, Perú. Recuperado de [https://repositorio.upeu.edu.pe/bitstream/handle/UPEU/139/Kimberly\\_Tesis\\_bachiller\\_2016.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://repositorio.upeu.edu.pe/bitstream/handle/UPEU/139/Kimberly_Tesis_bachiller_2016.pdf?sequence=1&isAllowed=y)
- Palomar, R.G. (2012). *Estudios de las estrategias de afrontamiento en adolescentes y su relación con el funcionamiento familiar y el apoyo social*. (Tesis de Doctorado). Universidad de Oviedo. Recuperado de [http://digibuo.uniovi.es/dspace/bitstream/10651/13470/2/TD\\_gloriamarthapalomarrodriguez.pdf](http://digibuo.uniovi.es/dspace/bitstream/10651/13470/2/TD_gloriamarthapalomarrodriguez.pdf)
- Quintero, A. Rocha, M., & Aguilar, A. (enero - diciembre, 2015). La resiliencia en adolescentes de 13 a 15 años y jóvenes de 16 a 18 años privados de la libertad del centro de reclusión Luis A. Rengifo en la ciudad de Ibagué. *Revista de Investigaciones de la Escuela de Ciencias Sociales, Artes y Humanidades – UNAD*, 6,37-45. Recuperado de <http://hemeroteca.unad.edu.co/index.php/desbordes/article/download/1863/2078>
- Real Academia Española.: *Diccionario de la lengua española*, 23.<sup>a</sup> ed. Consultado en <https://www.rae.es/>
- Rodríguez y Velásquez (2017). *Capacidad de resiliencia adolescente en estudiantes de 12 a 16 años*. (Tesis de Licenciatura). Universidad de Cuenca, Ecuador. Recuperado de <http://dspace.ucuenca.edu.ec/bitstream/123456789/27282/4/Trabajo%20de%20Titulaci%3%b3n.pdf>
- Rojas, Y. (2016). *Resiliencia y Afrontamiento del estrés en estudiantes de una Institución Educativa Secundaria de Chiclayo*. (Tesis de Licenciatura). Universidad Señor de Sipán, Lima, Perú. Recuperado de [http://repositorio.uss.edu.pe/bitstream/handle/uss/3241/ROJAS\\_CASTRO\\_YASARI.pdf?sequence=7&isAllowed=y](http://repositorio.uss.edu.pe/bitstream/handle/uss/3241/ROJAS_CASTRO_YASARI.pdf?sequence=7&isAllowed=y)
- Segura, N. (2016). *La adolescencia inicial y la resiliencia en los estudiantes de octavo, noveno y décimo año de la unidad educativa "Juan Benigno Vela"*. (Tesis de Licenciatura). Universidad Técnica de Ambato, Tungurahua, Ecuador. Recuperado de

<https://repositorio.uta.edu.ec/bitstream/123456789/24985/1/TESIS%20MAYRA%20NATTAL%20SEGURA%20MONTERO.pdf>

- Unicef. (2011). La adolescencia una época de oportunidades. *Estado Mundial de la Infancia*. Recuperado de [https://www.unicef.org/spanish/publications/files/SOWC\\_2011\\_Main\\_Report\\_SP\\_02092011.pdf](https://www.unicef.org/spanish/publications/files/SOWC_2011_Main_Report_SP_02092011.pdf)
- Vinaccia, S., & Quiceno, J., & Moreno San Pedro, E. (2007). Resiliencia en adolescentes. *Revista Colombiana de Psicología*, (16), 139-146. Recuperado de <https://revistas.unal.edu.co/index.php/psicologia/article/view/1011/1471>
- Wagnild y Young (1993). Escala De Resiliencia. Recuperado de [http://file:///C:/Users/pc/Downloads/Escala-de-resiliencia-de-Wagnild-y-Young-1993%20\(1\).pdf](http://file:///C:/Users/pc/Downloads/Escala-de-resiliencia-de-Wagnild-y-Young-1993%20(1).pdf)
- Wagnild, G & Young. (1993). Development and psycometric evaluation of the Resilience Scale. *Journal of Nursing Measurement* 1(2), 165-177.

## **ANEXOS**

## Anexo I

### ESCALA DE RESILIENCIA DE WAGNILD Y YOUNG (ER)

INSTRUCCIONES: A continuación, te vamos a presentar unas frases que te permitirán pensar acerca de tu forma de ser. Deseamos que contestes a cada una de las siguientes preguntas con una X en la casilla que mejor represente la frecuencia con la que actúas.

N°	Ítems	En desacuerdo				De acuerdo		
		1	2	3	4	5	6	7
1	Cuando planeo algo lo realizo.	1	2	3	4	5	6	7
2	Generalmente me las arreglo de una manera u otra.	1	2	3	4	5	6	7
3	Dependo más de mí mismo que de otras personas.	1	2	3	4	5	6	7
4	Es importante para mí mantenerme interesado en las cosas.	1	2	3	4	5	6	7
5	Puedo estar solo (a) si tengo que hacerlo.	1	2	3	4	5	6	7
6	Me siento orgulloso (a) de haber logrado cosas en mi vida.	1	2	3	4	5	6	7
7	Usualmente veo las cosas a largo plazo.	1	2	3	4	5	6	7
8	Soy amigo(a) de mí mismo(a).	1	2	3	4	5	6	7
9	Siento que puedo manejar ambas cosas al mismo tiempo.	1	2	3	4	5	6	7
10	Soy decidido(a).	1	2	3	4	5	6	7
11	Rara vez me pregunto cuál es la finalidad de todo.	1	2	3	4	5	6	7
12	Tomo las cosas una por una.	1	2	3	4	5	6	7
13	Puedo enfrentar las dificultades porque las he experimentado anteriormente.	1	2	3	4	5	6	7
14	Tengo autodisciplina.	1	2	3	4	5	6	7
15	Me mantengo interesado en las cosas.	1	2	3	4	5	6	7
16	Por lo general, encuentro algo de qué reírme.	1	2	3	4	5	6	7
17	El creer en mí mismo me permite atravesar tiempos difíciles.	1	2	3	4	5	6	7

18	En una emergencia soy una persona en quien se puede confiar.	1	2	3	4	5	6	7
19	Generalmente puedo ver una situación de varias maneras.	1	2	3	4	5	6	7
20	Algunas veces me obligo a hacer cosas, aunque no quisiera.	1	2	3	4	5	6	7
21	Mi vida tiene significado.	1	2	3	4	5	6	7
22	No me lamento las cosas por las que no puedo hacer nada.	1	2	3	4	5	6	7
23	Cuando estoy en una situación difícil generalmente encuentro una salida.	1	2	3	4	5	6	7
24	Tengo la energía suficiente para hacer lo que debo hacer.	1	2	3	4	5	6	7
25	Acepto que hay personas a las que yo no les agrado.	1	2	3	4	5	6	7

Gracias por tu participación

## ANEXO II.

### Escala de Afrontamiento para Adolescentes (ACS).

**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 hay respuestas correctas o erróneas. No dediques mucho tiempo a cada frase; simplemente responde lo que crees que se ajusta mejor a tu forma de actuar.

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

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 aquellos que tienen peores problemas, para que los míos no parezcan tan graves.	A	B	C	D	E
17	Pido consejo a una persona que tenga más conocimiento que yo.	A	B	C	D	E
18	Encuentro una forma de relajarme, como oír música, leer un libro, tocar un instrumento musical, ver la televisión, etc.	A	B	C	D	E
19	Practico un deporte.	A	B	C	D	E
20	Hablo con otros para apoyarnos mutuamente.	A	B	C	D	E
21	Me dedico a resolver el problema utilizando todas mis capacidades.	A	B	C	D	E
22	Sigo asistiendo a clases.	A	B	C	D	E
23	Me preocupo por buscar mi felicidad.	A	B	C	D	E
24	Llamo a un(a) amigo(a) íntimo(a).	A	B	C	D	E
25	Me preocupo por mis relaciones con los demás.	A	B	C	D	E
26	Espero que un milagro resuelva mis problemas.	A	B	C	D	E
27	Frente a los problemas, simplemente me doy por 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 resuelvan mis problemas.	A	B	C	D	E
34	Me fijo en el aspecto positivo de las cosas y trato de pensar en las cosas buenas.	A	B	C	D	E
35	Busco ayuda o consejo de un profesional para resolver los problemas.	A	B	C	D	E
36	Salgo y me divierto para olvidar mis dificultades.	A	B	C	D	E
37	Realizo ejercicios para mantenerme en forma y con buena salud.	A	B	C	D	E
38	Busco ánimo en otras personas.	A	B	C	D	E
39	Considero otros puntos de vista y trato de tenerlos en cuenta.	A	B	C	D	E
40	Trabajo intensamente (Trabajo duro).	A	B	C	D	E
41	Me preocupo por lo que está pasando.	A	B	C	D	E
42	Empiezo, o si ya existe, mejoro la relación con mi enamorado(a)	A	B	C	D	E
43	Trato de adaptarme a mis amigos.	A	B	C	D	E
44	Espero que el problema se resuelva por sí solo.	A	B	C	D	E
45	Me pongo mal (Me enfermo).	A	B	C	D	E
46	Culpo a los demás de mis problemas.	A	B	C	D	E
47	Me reúno con otras personas para analizar el problema.	A	B	C	D	E
48	Saco el problema de mi mente.	A	B	C	D	E
49	Me siento culpable por los problemas que me ocurren.	A	B	C	D	E
50	Evito que otros se enteren de lo que me preocupa.	A	B	C	D	E
51	Leo la Biblia o un libro sagrado.	A	B	C	D	E
52	Trato de tener una visión positiva de la vida.	A	B	C	D	E
53	Pido ayuda a un profesional.	A	B	C	D	E
54	Me doy tiempo para hacer las cosas que me gustan.	A	B	C	D	E
55	Hago ejercicios físicos para distraerme.	A	B	C	D	E
56	Hablo con otras personas sobre mi problema para que me ayuden a salir de él.	A	B	C	D	E
57	Pienso en lo que estoy haciendo y por qué lo hago.	A	B	C	D	E
58	Busco tener éxito en las cosas que estoy haciendo.	A	B	C	D	E
59	Me preocupo por las cosas que me puedan pasar.	A	B	C	D	E
60	Trato de hacerme amigo(a) íntimo(a) de un chico o de una chica.	A	B	C	D	E
61	Trato de mejorar mi relación personal con los demás.	A	B	C	D	E
62	Sueño despierto que las cosas van a mejorar.	A	B	C	D	E
63	Cuando tengo problemas, no sé cómo enfrentarlos.	A	B	C	D	E
64	Ante los problemas, cambio mis cantidades de lo que como, bebo o duermo.	A	B	C	D	E
65	Me reúno con las personas que tienen el mismo problema que yo.	A	B	C	D	E
66	Cuando tengo problemas, me aislo para poder evitarlos.	A	B	C	D	E
67	Me considero culpable de los problemas que me afectan.	A	B	C	D	E
68	Ante los problemas, evito que otros sepan cómo me siento.	A	B	C	D	E
69	Pido a Dios que cuide de mí.	A	B	C	D	E
70	Me siento contento(a) de cómo van las cosas.	A	B	C	D	E

71	Hablo acerca del problema con personas que tengan más experiencia que yo.	A	B	C	D	E
72	Consigo apoyo de otros, como de mis padres o amigos, para solucionar mis problemas.	A	B	C	D	E
73	Pienso en distintas formas de enfrentarme al problema.	A	B	C	D	E
74	Me dedico a mis tareas en vez de salir.	A	B	C	D	E
75	Me preocupo por el futuro del mundo.	A	B	C	D	E
76	Procuro pasar más tiempo con la persona con quien me gusta salir.	A	B	C	D	E
77	Hago lo que quieren mis amigos.	A	B	C	D	E
78	Me imagino que las cosas van a ir mejor.	A	B	C	D	E
79	Sufro dolores de cabeza o de estómago.	A	B	C	D	E
80	Encuentro una forma de aliviar la tensión; por ejemplo, llorar o gritar o beber o tomar droga.	A	B	C	D	E

Gracias por tu participación



### ANEXO III. Ficha de registro de datos sociodemográficos

#### Ficha Sociodemográfica

**TÍTULO:** “Resiliencia y afrontamiento en estudiantes de 3ro, 4to y 5to grado de secundaria en una Institución Educativa Parroquial de Lima Norte”.

**Sexo** : \_\_\_\_\_

**Edad** : \_\_\_\_\_

**Grado de estudios** : \_\_\_\_\_

**Orden de nacimiento** : \_\_\_\_\_

**Lugar de Procedencia**

**(Lima- Provincia)** : \_\_\_\_\_

**Distrito** : \_\_\_\_\_

¿Vives con ambos padres?                      Sí    No

¿Vives con uno de tus padres?                Sí    No

¿Vives con otros familiares en el hogar?    Sí    No

## ANEXO IV. Consentimiento Informado.

### UNIVERSIDAD CATÓLICA SEDES SAPIENTIAE

#### FACULTAD CIENCIAS DE LA SALUD

#### CARTA DE CONSENTIMIENTO INFORMADO

**Título del proyecto:** “Resiliencia y afrontamiento en estudiantes de 3ro, 4to y 5to grado de secundaria en una Institución Educativa Parroquial de Lima Norte”.

**Estudiante:** García Cenepo Deyanira Milagros - Mariátegui Santa Cruz, María Lizbeth  
**Introducción/Objetivo:** la presente investigación tiene como objetivo determinar si existe una relación entre la resiliencia y afrontamiento.

**Procedimientos:**

Si usted acepta que su hijo (a) pueda participar en el estudio donde realizará junto con sus compañeros(as) del aula, los test, tanto de la Escala de Resiliencia (ER) y Escala de Afrontamiento para adolescentes (ACS). Es importante recalcar que en la resolución de las pruebas no existen respuestas correctas e incorrectas, solo necesitamos que conteste a las preguntas con total sinceridad. El tiempo de aplicación de ambas pruebas será un aproximado de 40 minutos.

**Beneficios:**

Asimismo, en este estudio no se efectuará un pago por la participación y evaluación ya que es de forma voluntaria y gratuita. Por otro lado, los datos que nos proporcione para el estudio serán de carácter confidencial y serán empleados únicamente por las investigadoras del proyecto, para asegurar dicha confidencialidad usted será identificado (a) con un número y no con su nombre.

Los resultados que parten de la investigación podrán ser publicados o difundidos con fines científicos, pero se presentarán de tal manera que no podrá ser identificado(a).

**Participación Voluntaria/Retiro:**

Por otra parte, Usted está en plena libertad de negarse a que su hijo (a) participe del estudio o que el estudiante retire su participación en cualquier momento debido a que es absolutamente voluntaria.

**Datos de contacto:**

Si usted presenta alguna interrogante o comentario con respecto al proyecto de investigación, puede comunicarse con los números de las investigadoras encargadas del estudio, los cuales aparecen al final de la hoja. Asimismo, si tiene preguntas generales relacionadas con sus derechos como participante en un estudio de investigación puede contactar al Comité de Ética de la Universidad Católica Sedes Sapientiae, teléfono 533-0079.

Conforme a lo explicado del estudio, solicitamos la firma en el siguiente documento:  
Yo.....con DNI ..... Habiendo sido informado(a) del programa del proyecto de investigación “: “Resiliencia y afrontamiento en estudiantes de 3ro, 4to y 5to grado de secundaria en una Institución Educativa Parroquial de Lima Norte”. Expreso mi consentimiento para que mi hijo(a) participe en la investigación y se señala la voluntad de cooperación del estudiante.

-----  
Firma del Padre de familia  
o Apoderado  
-----

-----  
Firma del estudiante  
-----

Investigadora  
Nombre: García Cenepo Deyanira  
Milagros.  
Teléfono: 941332861

Investigadora  
Nombre: Mariátegui Santa Cruz, María  
Lizbeth.  
Teléfono: 928070680

**ANEXO V. Matriz de Consistencia.**

**Título:** “Resiliencia y afrontamiento en estudiantes de 3ro, 4to y 5to grado de secundaria en una Institución Educativa Parroquial de Lima Norte”

Problema	Objetivos	Hipótesis	Variables	Indicadores Medidas	Muestra	Diseño
<p>¿Existe relación entre la resiliencia y el afrontamiento en los estudiantes de 3ro, 4to y 5to grado de nivel secundaria en una Institución Educativa Parroquial de Lima Norte?</p>	<p><b>O.G</b> Determinar la relación entre los niveles de resiliencia y afrontamiento en los estudiantes de 3ro, 4to y 5to grado de nivel secundaria en una Institución Educativa Parroquial de Lima Norte.</p>	<p><b>HG:</b> Existe relación entre la resiliencia y afrontamiento en estudiantes de 3ro, 4to y 5to grado de nivel secundaria en una Institución Educativa Parroquial de Lima Norte.</p> <p><b>H.E.1</b></p>	<p>• <b>Resiliencia</b> Según Wagnild y Young (1993): “Define la resiliencia como una característica de la personalidad que modera el efecto negativo del estrés y fomenta la adaptación. Ello connota vigor o fibra emocional y se ha utilizado para describir a personas que muestran valentía y adaptabilidad ante los infortunios de la vida”.</p>	<p><b>Escala de Resiliencia de Wagnild y Young</b> Ecuanimidad. Sentirse bien solo. Confianza en sí mismo. Perseverancia. Satisfacción <b>Calificación</b> <b>1-4:</b> En desacuerdo <b>5-7:</b> De acuerdo <b>Interpretación</b> <b>Puntaje 147- 175:</b> Mayor resiliencia. <b>Puntaje 121-146:</b> Moderada resiliencia.</p>	<p>Estudiantes entre 13 y 18 años de una Institución Educativa Parroquial de Lima Norte. <b>Población:</b> 303 <b>Muestra:</b> 170</p>	<p>El tipo de estudio fue correlacional, ya que pretende determinar la relación entre las variables.</p>

	<p><b>O.E 1</b>          Describir los niveles de resiliencia en los estudiantes de 3ro, 4to y 5to grado de nivel secundaria en una Institución Educativa Parroquial de Lima Norte.</p> <p><b>O.E.2</b>          Identificar las estrategias de afrontamiento en los estudiantes de 3ro, 4to y 5to grado de nivel secundaria en una Institución Educativa parroquial de Lima Norte.</p>	<p>Existe relación entre la resiliencia y afrontamiento en estudiantes del 3er grado de nivel secundaria en una Institución Educativa Parroquial de Lima Norte.</p> <p><b>H.E.2</b>          Existe relación entre la resiliencia y afrontamiento en estudiantes del 4to grado de nivel secundaria en una Institución Educativa Parroquial de Lima Norte.</p>	<p>• Afrontamiento  <b>Según Frydenberg y Lewis (1994):</b> “Un conjunto de acciones cognitivas y afectivas que surgen en respuesta a una preocupación en particular. Ellas representan un intento por restaurar el equilibrio o reducir la turbulencia para el individuo. Esto puede hacerse resolviendo el problema, es decir, cambiando el estímulo, o acomodándose a la preocupación sin necesariamente dar una solución”.</p>	<p><b>Puntaje menor a 121:</b>          Escasa resiliencia.</p> <p><b>Escala de Afrontamiento para Adolescentes (ACS)</b>  <b>Dimensión:</b>          Estilos de afrontamiento dirigido a la resolución de problemas.</p> <p><b>Estrategias</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Buscar diversiones relajantes.</li> <li>• Esforzarse y tener éxito.</li> <li>• Distracción física.</li> <li>• Fijarse en lo positivo.</li> <li>• Concentrarse en resolver el problema</li> </ul> <p><b>Dimensión:</b>          Afrontamiento en relación con los demás.</p> <p><b>Estrategias</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Buscar apoyo espiritual.</li> <li>• Buscar ayuda profesional.</li> <li>• Invertir en amigos íntimos.</li> </ul>		
--	---	---	--	---	--	--

	<p><b>O.E.3</b> Identificar la asociación existente entre los niveles de resiliencia y los datos sociodemográficos en los estudiantes de 3ro, 4to y 5to grado de nivel secundaria en una Institución Educativa parroquial de Lima Norte.</p> <p><b>O.E.4</b> Identificar la asociación existente entre las estrategias de afrontamiento y los datos sociodemográficos en los estudiantes de 3ro, 4to y 5to grado de nivel secundaria en una Institución Educativa parroquial de Lima Norte.</p>	<p><b>H.E.3</b> Existe relación entre la resiliencia y afrontamiento en estudiantes de 5to grado de nivel secundaria en una Institución Educativa Parroquial de Lima Norte.</p>		<ul style="list-style-type: none"> <li>• Buscar apoyo social.</li> <li>• Buscar pertenencia. Acción social.</li> </ul> <p><b>Dimensión:</b> <b>Estrategias</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Afrontamiento</li> <li>• Improductivo</li> <li>• Autoinculparse</li> <li>• Hacerse</li> <li>• Ilusiones</li> <li>• Ignorar el problema</li> <li>• Falta de afrontamiento</li> <li>• Preocuparse Reservarlo para sí</li> <li>• Reducción de la Tensión</li> </ul> <p><b>Alternativas de respuesta:</b> 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".</p>		
--	---	---	--	---	--	--

				<p><b><u>Calificación</u></b> A: 1 punto. B: 2 puntos. C: 3 puntos. D: 4 puntos. E: 5 puntos.</p> <p><b><u>Interpretación</u></b> <b>Puntaje de 20-29:</b> Estrategia no utilizada. <b>Puntaje de 30-49:</b> Se utiliza raras veces. <b>Puntaje de 50-69:</b> Se utiliza algunas veces. <b>Puntaje de 70-89:</b> Se utiliza a menudo. <b>Puntaje de 90-105:</b> Se utiliza con mucha frecuencia.</p>		
--	--	--	--	--	--	--

