



FACULTAD DE PSICOLOGÍA

**AFRONTAMIENTO ADOLESCENTE EN ESTUDIANTES DE UNA INSTITUCIÓN
EDUCATIVA PARTICULAR DE LIMA-METROPOLITANA**

Línea de investigación:

Psicología de los procesos básicos y psicología educativa

Tesis para optar el Título Profesional de Licenciado en Psicología con
mención en Psicología Clínica

Autora:

Navarro López, Kiara Valeria

Asesor:

Mendoza Huamán, Vicente Eugenio
(ORCID: 0000-0003-1946-6831)

Jurado:

Figueroa Gonzales, Julio

Hervias Guerra, Edmundo

Avila Miñan, Mildred

Lima - Perú

2024

AFRONTAMIENTO ADOLESCENTE EN ESTUDIANTES DE UNA INSTITUCIÓN EDUCATIVA PARTICULAR DE LIMA-METROPOLITANA

INFORME DE ORIGINALIDAD

8%

INDICE DE SIMILITUD

9%

FUENTES DE INTERNET

3%

PUBLICACIONES

7%

TRABAJOS DEL ESTUDIANTE

FUENTES PRIMARIAS

1	repositorio.urp.edu.pe Fuente de Internet	1%
2	repositorio.unfv.edu.pe Fuente de Internet	1%
3	bibliotecas.unsa.edu.pe Fuente de Internet	1%
4	edoc.pub Fuente de Internet	1%
5	repositorio.uigv.edu.pe Fuente de Internet	1%
6	qdoc.tips Fuente de Internet	1%
7	vsip.info Fuente de Internet	1%
8	repositorio.upao.edu.pe Fuente de Internet	1%



FACULTAD DE PSICOLOGÍA

**AFRONTAMIENTO ADOLESCENTE EN ESTUDIANTES DE UNA
INSTITUCIÓN EDUCATIVA PARTICULAR DE LIMA-METROPOLITANA**

Línea de Investigación:

Psicología de los procesos básicos y psicología educativa

Tesis para optar el Título Profesional de Licenciada en Psicología con mención en Psicología

Clínica

Autora:

Navarro López, Kiara Valeria

Asesor:

Mendoza Huamán, Vicente Eugenio

(ORCID: 0000-0003-1946-6831)

Jurado:

Figueroa Gonzales, Julio

Hervias Guerra, Edmundo

Avila Miñan, Mildred

Lima - Perú

2024

Dedicatoria

A mi madre Gabriela López, quién confió en mis decisiones y apoyó mis sueños sin dudas.

A mi padre Alberto Navarro, por enseñarme sobre la tranquilidad, la lógica y el criterio para poder utilizarlo en situaciones estresantes.

A mis hermanas Lesly y Génesis quienes me cuidaron y me dieron ánimos para seguir adelante. También a mi hermano Flavio por su cariño y amabilidad.

Finalmente, dedico este trabajo a mi novio Jose quién me inspiró, encaminó y alentó en todo este proceso.

Agradecimientos

A mi asesor, el Dr. Vicente Eugenio Mendoza Huamán, por su constante apoyo, paciencia y tolerancia.

Asimismo, mi total gratitud a mi alma máter, la Universidad Nacional Federico Villarreal, por acogerme durante 6 años y poner en mi camino a excelentes docentes, quienes me han aportado conocimiento, experiencia y valores para desenvolverme con éxito en esta maravillosa carrera que es la psicología.

ÍNDICE

Carátula	i
Dedicatoria	ii
Agradecimientos	iii
Índice	iv
Lista de tablas	vi
Resumen	vii
Abstract	viii
I. Introducción	9
1.1 Descripción y formulación del problema	10
1.2 Antecedentes	12
1.3 Objetivos	17
1.4 Justificación	18
II. Marco teórico	19
2.1 Bases teóricas sobre el tema de investigación	19
2.1.1 Origen del término estrés	19
2.1.2 Definiciones del estrés	20
2.2 Afrontamiento al estrés	21
2.2.1 Definiciones de afrontamiento al estrés	21
2.2.2 Teoría de Lazarus y Folkman	22
2.2.2.1 Funciones del afrontamiento	23
2.2.2.2 Modos y estrategias	23
2.2.2.3 Recursos para el afrontamiento	25
2.2.2.4 Limitaciones en la utilización de los recursos de afrontamiento	26
2.3 Afrontamiento adolescente	26

2.3.1 Teoría de Erica Frydenberg	27
2.3.1.1 Definición	28
2.3.1.2 Estilos y estrategias de afrontamiento	28
2.3.1.3 Edad y género	31
2.3.1.4 Contexto familiar	32
III. Método	34
3.1 Tipo de Investigación	34
3.2 Ámbito temporal y espacial	34
3.3 Variables	34
3.4 Población y muestra	36
3.5 Instrumentos	36
3.6 Procedimientos	37
3.7 Análisis de datos	38
3.8 Consideraciones éticas	38
IV. Resultados	39
V. Discusión de resultados	44
VI. Conclusiones	49
VII. Recomendaciones	50
VIII. Referencias	51
IX. Anexos	57

INDICE DE TABLAS

Tabla 1	Matriz de consistencia de la variable afrontamiento adolescente	35
Tabla 2	Distribución de la población según nivel de instrucción, grado de instrucción y sexo	36
Tabla 3	Validez del modelo por AFC	39
Tabla 4	Cargas del modelo	39
Tabla 5	Confiabilidad de las mediciones	40
Tabla 6	Prevalencia de estrategias empleadas por la muestra	41
Tabla 7	Medidas descriptivas de los estilos empleados por la muestra	42
Tabla 8	Prueba comparativa Kruskal-Wallis para grados de instrucción	43
Tabla 9	Prueba U de Mann Whitney para la comparación de estilos por sexo	43

RESUMEN

Objetivo: Identificar los estilos y estrategias de afrontamiento en estudiantes de una institución educativa particular de Lima-Metropolitana. **Método:** La investigación es de tipo descriptivo de corte transversal, se utilizó la escala de afrontamiento para adolescentes (ACS) adaptada en la población peruana por Canessa (2002). La población estuvo conformada por los 3 últimos grados de nivel secundario de una institución educativa particular, conformado por (151 hombres y 149 mujeres), cuyas edades oscilan entre 14 y 18 años. **Resultados:** Se identificó los estilos predominantes encontrándose el de Huida Intropunitiva con una media (M) de 3.43; mientras que el estilo menos predominante es de Acción positiva y esforzada con una media (M) de 2.43, en cuanto a las estrategias más utilizadas fueron reservarlo para sí 42%, auto inculparse 37.3% y reducción de la tensión 34,3%, mientras que, las menos utilizadas fueron resolver el problema 47%, seguido de buscar apoyo social 46.67%. Con respecto a la comparación por grado de instrucción no se detectaron diferencias significativas por ningún año de estudio. Y en función al sexo, se detectó diferencias significativas en el estilo de Huida Intropunitiva, siendo relativamente mayor en mujeres ($U = 8659$). **Conclusiones:** Se evidencia en cuanto a las estrategias una tendencia a no enfrentar el problema y en los estilos de igual forma, con una tendencia desadaptativa; las comparaciones por grado no indican diferencias; sin embargo, se evidencia una mayor tendencia de las mujeres al uso del estilo menos productivo.

Palabras clave: afrontamiento adolescente, estilos, estrategias

ABSTRACT

Objective: Identify the coping styles and strategies in students of a particular educational institution in Metropolitan Lima. **Method:** The research is descriptive and cross-sectional; the adolescent coping scale (ACS) adapted to the Peruvian population by Canessa (2002) was used. The population was made up of the last 3 secondary school grades of a private educational institution, made up of (151 men and 149 women), whose ages range between 14 and 18 years. **Results:** The predominant styles were identified, finding Intropunitive Escape with a mean (M) of 3.43; while the least predominant style is Positive and Effortful Action with a mean (M) of 2.43, regarding the most used strategies were keeping it to oneself 42%, blaming oneself 37.3% and reducing tension 34.3%, while that, the least used were solving the problem 47%, followed by seeking social support 46.67%. Regarding the comparison by educational level, no significant differences were detected for any year of study. And depending on sex, significant differences were detected in the Intropunitive Escape style, being relatively greater in women ($U = 8659$). **Conclusions:** A tendency to not face the problem is evident in terms of strategies and in the same way in styles, with a maladaptive tendency; Comparisons by grade do not indicate differences; However, there is a greater tendency for women to use the less productive style.

Keywords: adolescent coping, styles, strategies

I. INTRODUCCIÓN

En la actualidad se observan las secuelas que ha dejado la pandemia por covid-19 en nuestro país y quiénes han sido mucho más afectados son los adolescentes; ya que, han presentado diferentes problemáticas en el ámbito académico, social, familiar y personal, teniendo que enfrentarlas, sin el apoyo adecuado y sin los recursos psicosociales.

Es por ello, que la presente investigación está enfocada en analizar qué estrategias y estilos de afrontamiento han adoptado los adolescentes para responder a diversas situaciones estresantes en su cotidianidad.

Asimismo, en la sección I se expondrá el problema de investigación, los antecedentes nacionales e internacionales: además, se mencionará los objetivos, la justificación y las hipótesis. En la sección II se presentará el marco teórico de todo lo que implica el “Afrontamiento adolescente”.

Por otro lado, en la sección III se planteará el método, que incluye tipo de investigación, población y muestra, instrumento utilizado, y el análisis de datos estadísticos.

En la sección IV, se mostrarán los resultados de la investigación, en la sección V se presentará la discusión de resultados, la sección VI analiza conclusiones, la sección VII recomendaciones, en la sección VIII se observará las referencias y finalmente en la sección IX se encontrarán los anexos.

1.1. Descripción y formulación del problema

En el continuo desarrollo de la persona se presentan niveles de exigencia que con los años van siendo cada vez mayores, debido a que vivimos en un mundo que se encuentra en constante cambio, que es mayormente estresante y que solicita una alta adaptabilidad.

En esa línea, Lazarus y Folkman (1986) señalan que el estrés psicosocial se genera cuando el individuo se encuentra frente a un conglomerado de situaciones complicadas, en el cual existe una relación entre estímulos internos o externos que son percibidos como amenaza al bienestar general, produciendo una alta demanda de respuestas de acción.

Así, ante las exigencias del entorno percibido como estresante, se responde con estilos particulares y una serie de estrategias cognitivas, conductuales y emocionales, las cuales conforman el afrontamiento; si este es utilizado de forma positiva, se puede recuperar la armonía, regular el estrés y mantener el bienestar a largo plazo. (Frydenberg, 1997)

Por otro lado, una de las etapas más importantes en el desarrollo del individuo y en el que constantemente hay exposición a eventos estresantes, es la adolescencia, puesto que, implica sobrellevar cambios físicos, cognitivos, sociales, de adaptación y crisis; además, de construir su personalidad, asumir su identidad sexual y desarrollar su proyecto de vida. (Almonte y Montt, 2019)

En este sentido, si los adolescentes no implementan estrategias para solucionar adecuadamente los problemas que se presenten, pueden optar por realizar conductas de riesgo (consumo de drogas) o desarrollar problemas psicológicos, manteniéndolos con un malestar latente; además, las consecuencias de pasar a la etapa adulta bajo esas condiciones, implica limitantes personales, sociales y laborales. (Gonzales et al., 2002)

En contraste con lo anterior mencionado, el marco de la pandemia por covid-19 se configuró como un evento catastrófico para lo cual ningún país se encontraba preparado. A causa de ello, la población adolescente a nivel mundial fue una de las más afectadas, ya que

se vio impedida del correcto desarrollo de habilidades emocionales, aprendizajes académicos, relaciones con sus pares y estuvo expuesta a altos niveles de estrés; esto tuvo como resultado un aumento en el padecimiento de trastornos mentales, representando más del 40% los trastornos de ansiedad y depresión, seguido por trastornos como déficit de atención/hiperactividad, discapacidad intelectual, trastornos conductuales, trastornos de la alimentación, trastorno bipolar y de la personalidad. (Fondo de las Naciones Unidas [UNICEF], 2021)

Asimismo, ante el contexto de pandemia, nuestro país presentó una situación similar; el Ministerio de Salud (MINSa, 2021) señala que el 29.6% de adolescentes entre 12 y 17 años presentaban riesgos de adquirir problemas de salud mental como ansiedad, depresión, trastornos conductuales y atencionales; además, indicó que la mayoría de estudiantes no ha logrado adaptarse a las nuevas modalidades educativas y en consecuencia presentan dificultades académicas.

Relacionado a lo anterior, el (Instituto Nacional de Salud Mental Honorio Delgado - Hideyo Noguchi [INSM HD-HN], 2020) enfatiza que a nivel de Lima Metropolitana los adolescentes de 12 a 17 años presentaban estrés relacionados al confinamiento por covid-19, a la muerte de un ser querido, la muerte propia, no regresar al colegio, no volver a jugar o relacionarse con los amigos; también menciona la presencia de trastornos clínicos como: episodio depresivo mayor (28%), trastorno negativista desafiante (24%), ansiedad generalizada (10,8%), trastorno de la conducta (7,9%) y trastorno adaptativo (5,8%).

Con respecto al afrontamiento al estrés, Tito (2021) realiza una investigación para encontrar estilos predominantes en adolescentes escolares de una institución educativa nacional, en esta encuentra que hay mayor tendencia al uso de afrontamiento no productivo tanto en varones como mujeres (24,7%); esto podría explicarse ya que en esta etapa los adolescentes están expuestos a diversas situaciones estresantes como la presión social,

problemas académicos, problemas con la familia y el déficit de habilidades para solución de problemas, etc., lo cual no ayudaría a los adolescentes a ejecutar un afrontamiento adaptativo.

Es así, que se puede visualizar la relevancia sobre el conocimiento del afrontamiento en adolescentes frente a situaciones estresantes que se presentan en las distintas áreas de la vida; además que, al reconocer esta realidad se puede identificar tempranamente el estilo disfuncional y trabajar en su prevención o intervención para un desarrollo óptimo.

Por todo lo expuesto, planteo la siguiente pregunta de investigación: ¿Qué estrategias y estilos afrontamiento utilizan los estudiantes de una institución educativa particular de Lima Metropolitana?

1.2. Antecedentes

1.2.1. Nacionales

García (2016) realizó un estudio en el cual describió las estrategias de afrontamiento mayormente utilizadas por los adolescentes y las analizó en función al sexo. La muestra estuvo conformada por 50 adolescentes (36 mujeres y 14 varones) con edades entre 12 y 17 años, pertenecientes a la ONG Compasión Internacional de Chimbote. Se utilizó la Escala de Afrontamiento para Adolescentes (ACS) de Frydenberg y Lewis (1997). Los resultados de la investigación mostraron que las estrategias de afrontamiento más empleadas por los adolescentes son: reducción de la tensión 70%, autoinculparse 56%, falta de afrontamiento 54%, esforzarse y tener éxito 52%, buscar pertenencia 52%, ignorar el problema 52%, hacerse ilusiones 50% y reservarlo para sí 50%. En cuanto al sexo, las mujeres presentaron mayor porcentaje en las estrategias: falta de afrontamiento 55.6% y autoinculparse 58.3%; asimismo, los varones presentaron mayor porcentaje en las estrategias: acción social 57.1%, buscar apoyo espiritual 57.1%, preocuparse 64.3%, reservarlo para sí 71.4% y buscar pertenencia 78.6%.

Tejada y Torres (2020) realizaron un estudio cuyo objetivo fue determinar las diferencias de estilos de afrontamiento en adolescentes según el sexo. La muestra estuvo

conformada por 247 estudiantes (120 varones y 127 mujeres) con edades entre 14 y 17 años, que pertenecían a 4to y 5to grado de secundaria de cuatro instituciones educativas ubicadas en la ciudad de Cajamarca. Se usó la Escala de Afrontamiento Adolescentes (ACS) de Frydenberg y Lewis (1997) adaptada por Canessa (2002) para Lima-Metropolitana. Los resultados de la investigación mostraron que: en el estilo dirigido al problema existen diferencias estadísticamente significativas moderadas $p < .001$ según el sexo, siendo utilizado con mayor frecuencia por varones; en el estilo no productivo existen diferencias estadísticamente significativas mínimas $p < .020$ según el sexo, siendo utilizado en mayor proporción por mujeres y en cuanto al estilo referencia a otros existen diferencias estadísticamente significativas moderadas $p < .002$ según el sexo, siendo utilizado mayormente por los varones.

Tolentino y Alcántara (2021) llevaron a cabo un estudio que tuvo como objetivo describir los estilos de afrontamiento en adolescentes. La muestra estuvo conformada por 212 estudiantes con edades entre 12 y 17 años, que cursaban entre 1er y 5to grado del nivel secundaria en una institución educativa ubicada en Chimbote. El instrumento utilizado fue la Escala de Afrontamiento Adolescentes (ACS) de Frydenberg y Lewis (1997) adaptada por Canessa (2002) para Lima-Metropolitana. Los resultados de la investigación indicaron que el estilo de afrontamiento más utilizado por los adolescentes fue: estilo no productivo (72.64%), siguiendo estilo resolución del problema (53.07%) y estilo referencia a otros (32.31%).

Salazar (2021) realizó una investigación que tuvo como objetivo identificar las estrategias y estilos de afrontamiento en adolescentes. La muestra estuvo conformada por 321 estudiantes (141 varones y 180 mujeres) con edades entre 12 y 17 años, que pertenecían al 1er y 5to grado de secundaria de 3 instituciones educativas entre privadas y públicas, ubicadas en Lima. El instrumento aplicado fue la Escala de Afrontamiento Adolescentes (ACS) de Frydenberg y Lewis (1997) adaptada por Caycho, Castilla y Shimabukuro (2014). Los resultados de la investigación mostraron que las estrategias más utilizadas por los adolescentes

fueron: focalización del problema (M=23.00), reestructuración cognitiva (M=14.60) y ansiedad (M=14.40); en cuanto al estilo usado en mayor proporción por los adolescentes fue: centrado en el problema (M=59.40).

Ingunza (2018) efectuó una investigación cuyo objetivo fue determinar las estrategias de afrontamiento en adolescentes e identificar diferencias considerando el estilo de afrontamiento, sexo y gestión educativa. La muestra estuvo conformada por 173 estudiantes (53,2% mujeres y 46,8% varones) con edades entre 14 y 20 años, que pertenecían al quinto año de secundaria de dos instituciones educativas (una estatal y otra de la fuerza aérea del Perú), ambas ubicadas en Lima. El instrumento utilizado fue la Escala de Afrontamiento Adolescentes (ACS) de Frydenberg y Lewis (1997) adaptada por Canessa (2002) para Lima-Metropolitana. Los resultados de la investigación indicaron que las estrategias más utilizadas por los adolescentes fueron: acción social (69.9%), apoyo profesional (60.1%), fijarse en lo positivo (49.9%), esforzarse y tener éxito (49.7%), ignorar el problema (46.8%) y no afrontamiento (43.4%). Asimismo, en función al sexo, las estrategias de afrontamiento del estilo “Resolver el problema” no evidenció diferencias estadísticamente significativas; las estrategias de afrontamiento del estilo “Referencia a otros” evidenció diferencias estadísticamente significativas en: apoyo social (.01), acción social (.00) y apoyo espiritual (.05); las estrategias de afrontamiento del estilo “Afrontamiento no productivo” evidenció diferencias estadísticamente significativas en: reducción de la tensión (.00) y reservarlo para sí (.01). En cuanto a la gestión educativa, las estrategias del estilo “Resolver el problema” evidencio ser estadísticamente significativa en: resolver el problema (.007) y diversiones relajantes (.044), a favor de la institución educativa de la Fuerza Aérea del Perú; las estrategias del estilo “Referencia a otros” no evidenció ser estadísticamente significativa al compararla con la gestión educativa; las estrategias del estilo “Afrontamiento no productivo” evidenció

diferencias estadísticamente significativas en: reservarlo para sí (.049), para la institución educativa estatal.

1.2.2. Internacionales

Samaniego (2022) llevó a cabo una investigación con el objetivo de identificar las estrategias de afrontamiento utilizadas por adolescentes. La muestra estuvo conformada por 284 estudiantes (133 varones y 151 mujeres) con edades de 12 a 17 años, cuyos grados iban desde el octavo curso al 3ero de bachillerato, en la Unidad Educativa Bernardo Valdivieso ubicada en Catamayo- Ecuador. El instrumento utilizado fue la Escala de Afrontamiento Adolescentes (ACS) de Frydenberg y Lewis (2000). Los resultados de la investigación señalaron que las estrategias utilizadas con mayor frecuencia son: esforzarse y tener éxito (61,3%) y buscar apoyo espiritual (54,9%), mientras que la estrategia utilizada con poca frecuencia fue preocuparse con un (36,3%).

Morales y Moysén (2015) realizaron una investigación cuyo objetivo fue describir las estrategias de afrontamiento en adolescentes y analizarlas en función al sexo y la edad. La muestra estuvo conformada por 724 estudiantes (311 varones y 413 mujeres) con edades entre 14 y 17 años, que pertenecían al nivel medio superior de 4 escuelas públicas, ubicadas en Valle de Toluca- México. El instrumento utilizado fue la Escala de Afrontamiento Adolescentes (ACS) de Frydenberg y Lewis (2000). Los resultados de la investigación indicaron que las estrategias más utilizadas por los adolescentes son: esforzarse y tener éxito, buscar diversiones relajantes y preocuparse; con respecto a la comparación en función al sexo se halló que las mujeres mayormente usan estrategias centradas en resolver el problema e intervienen las emociones y que en el caso de los varones frecuentemente evaden el problema y son más cautelosos emocionalmente. Finalmente, en función de la edad se encontró que los adolescentes de 16 años emplean estrategias como: no afrontamiento, reducción de la tensión, ignorar el problema, auto-inculparse y buscar diversiones relajantes.

Molina y Muevecela (2016) realizaron un estudio que tuvo como objetivo describir las estrategias de afrontamiento utilizadas mayormente por los adolescentes y analizarlas en función al sexo. La muestra estuvo conformada por 85 estudiantes (44 varones y 41 mujeres) con edades entre 16 y 18 años, que pertenecían al 2do y 3ero de bachillerato en la unidad educativa San José de la Salle, ubicada en Cuenca- Ecuador. El instrumento empleado fue la Escala de Afrontamiento Adolescentes (ACS) de Frydenberg y Lewis (2000). Los resultados indicaron que las estrategias usadas frecuentemente por los adolescentes son: diversión relajante, preocuparse y fijarse en lo positivo. En función al sexo, se halló que los varones utilizan mayormente las estrategias: diversión relajante, distracción física, esforzarse y tener éxito; en el caso de las mujeres la estrategia más utilizada fue: diversión relajante y resolver el problema.

Mendoza (2018) realizó un estudio que tuvo como objetivo describir lo estilos y estrategias de afrontamiento en adolescentes. La muestra estuvo conformada por 635 estudiantes (268 varones y 367 mujeres) con edades de 15 y 16 años, que pertenecían al nivel medio superior de las preparatorias de la UAEM, ubicada en Toluca- México. El instrumento aplicado fue la Escala de Afrontamiento Adolescentes (ACS) de Frydenberg y Lewis (1997) adaptada por Canessa (2002). Los resultados mostraron que las estrategias utilizadas constantemente por los adolescentes son: resolución de problema, buscar diversiones relajantes, buscar pertenencia, preocuparse y esforzarse y tener éxito; asimismo presentaron mayormente el estilo enfocado en resolver el problema.

Guadarrama et al. (2018) llevaron a cabo una investigación que tuvo como objetivo comparar los estilos y estrategias de afrontamiento en adolescentes en función al sexo. La muestra estuvo conformada por 635 estudiantes (268 varones y 367 mujeres) con edades de 15 y 16 años, que pertenecían al nivel medio superior de una escuela pública, ubicada en Estado de México-México. El instrumento utilizado fue la Escala de Afrontamiento Adolescentes

(ACS) de Frydenberg y Lewis (1993). Los resultados indicaron que el estilo resolver el problema fue el más empleado por ambos sexos y que el estilo no productivo fue más empleado por mujeres. En cuanto a las estrategias se encontró que las mujeres utilizan frecuentemente: preocuparse, falta de afrontamiento, reducción de la tensión, auto-inculparse, reservarlo para sí y buscar apoyo espiritual; mientras que los hombres presentaron mayormente: acción social, buscar apoyo profesional, diversiones relajantes y distracción física.

1.3. Objetivos

- Objetivo general

Identificar las estrategias y estilos de afrontamiento en estudiantes de una institución educativa particular de Lima-Metropolitana.

-Objetivos específicos

Determinar la validez y confiabilidad de la Escala de Afrontamiento en adolescentes de Frydenberg y Lewis (ACS), adaptada por Canessa (2002).

Establecer si existen diferencias entre los estilos de afrontamiento en los estudiantes de una institución educativa particular de Lima Metropolitana, según grado de instrucción.

Establecer si existen diferencias entre los estilos afrontamiento en los estudiantes de una institución educativa particular de Lima Metropolitana, según sexo.

1.4. Justificación

La presente investigación tiene implicancia a nivel teórico para revisar y apoyar la teoría del afrontamiento adolescente de Erica Frydenberg; con la cual se podrá conocer en mayor medida el comportamiento de dicha variable, ofreciendo la posibilidad de una exploración fructífera en el ambiente escolar.

Asimismo, en el nivel metodológico aporta una actualización de la confiabilidad y validez del instrumento, siendo útil para analizar datos en relación de los estilos y estrategias de afrontamiento. Además, sugerirá el cómo estudiar más adecuadamente dicha población.

Finalmente, a nivel práctico será beneficiosa dado que permitirá entender la variable en ese contexto y facilitará resultados que podrán ser utilizados por la institución educativa para reforzar adecuadas estrategias y estilos de afrontamiento en los estudiantes.

II. MARCO TEÓRICO

2.1. Bases teóricas sobre el tema de investigación

Naranjo (2009) señala que, durante los últimos años, el estrés ha cobrado importancia para las investigaciones debido a sus efectos e incidencias en la salud física y mental, como también en el rendimiento académico, laboral y personal.

Asimismo, la (American Psychological Association [APA], 2013) menciona que el estrés puede volverse crónico si llega a ser constante y persistir durante periodos largos de tiempo, lo que lo hace más difícil de superar y conduce al desarrollo de enfermedades cardíacas, de obesidad, depresión y ansiedad.

2.1.1. Origen del término estrés

El término estrés era utilizado aproximadamente en el siglo catorce y expresaba dureza, tensión, pesar, desventura, etc. (Lumsden, 1981)

Asimismo, Hinkle (1977) mencionó el término en el área de la física y explicó su concepto a través de dos palabras: primero *load* que significaba una fuerza fuera del cuerpo (externa) y *stress* estaba relacionado a la fuerza originada en el interior del cuerpo a causa de la acción de una fuerza externa (*load*) que logra distorsionarlo.

En paralelo, el uso de la palabra fue tomando relevancia en la medicina, cuando diversos investigadores lo señalaban como antecedentes de pérdida de la salud. En este sentido, Cannon (1932) señaló que el estrés era una perturbación de la homeostasis antes diversas situaciones como: frío, falta de oxígeno, hipoglucemia, etc.

Por otro lado, Selye (1950) utilizó el término de estrés en un sentido técnico, definiéndolo como un conglomerado de reacciones fisiológicas, ante cualquier estímulo nocivo (del ambiente) y llamo a esta reacción síndrome general de adaptación.

Estas investigaciones en medicina solo daban explicaciones biológicas y físicas, lo que no permitía la comprensión de las diversas características por las cuales las personas reaccionaban de una u otra forma ante una situación amenazante. Es así, que en el campo de la psicología los investigadores empiezan a darle posibles explicaciones desde sus propias experiencias con pacientes y sus estudios experimentales.

Los autores de la teoría psicoanalítica y psicodinámica a través de sus experimentos impulsaron el interés por estudiar los factores sociales y ambientales generadores de estrés. A partir de ese punto, la corriente cognitiva y conductual examina los distintos elementos que intervienen en las reacciones de situaciones estresantes.

Lazarus (1966) plantea una nueva formulación del problema del estrés, en la que para pronosticar la respuesta del individuo era necesario tener en cuenta los procesos psicológicos responsables de las diferencias individuales en la reacción de la situación estresante.

2.1.2. Definiciones del estrés

Las definiciones del estrés fueron variadas a través de los años, debido a las investigaciones en diferentes campos y épocas. Sin embargo, en las últimas décadas, diversos autores en el campo de la psicología han tratado de consensuar una idea con respecto al término estrés.

En este sentido, todo inicia con la investigación de Selye (1936), en la cual define el estrés como un síndrome general de adaptación conformado por una respuesta total del organismo ante cualquier evento estresante.

Posteriormente Glass y Carver (1980), señalan que el estrés es un estado psicológico interno que se puede deducir a través de evaluaciones fisiológicas o conductuales visibles.

Por otro lado, Baum et al. (1981), mencionan que es un proceso por el cual el individuo da respuesta a estímulos ambientales hostiles.

Asimismo, Lazarus y Folkman (1986) elaboran una definición más concreta desde una perspectiva transaccional, definiendo el estrés como “una relación entre el sujeto y el entorno, que es evaluado por el mismo como amenazante o desbordante de sus propios recursos, poniendo en peligro su bienestar” (p. 46).

También existen diferentes perspectivas teóricas en las cuales se comprende el término estrés, desde el campo biológico en el cual enfatizan las respuestas orgánicas del individuo frente a una situación amenazante; desde el enfoque psicosocial en el cual se presta atención a los eventos externos generadores de estrés y desde el enfoque cognitivo en el cual se presenta el estrés cuando hay una evaluación cognitiva por parte del individuo, en la que se hace una valoración de aspectos internos y del ambiente. (Oblitas, 2004)

2.2. Afrontamiento al estrés

El término de afrontamiento se concibe después de muchas investigaciones, en las cuales aparece una nueva interrogante alrededor de la variable estrés; esta sería por qué las personas reaccionan de formas diferentes frente a un mismo evento o suceso estresor. (Vázquez et al., 2000)

2.1.2. Definiciones del afrontamiento al estrés

Una de las definiciones más aceptadas en el campo de la psicología, es la de Lazarus y Folkman (1986) en la cual señalan que “el afrontamiento son aquellos esfuerzos cognitivos y conductuales constantemente cambiantes que se desarrollan para manejar las demandas específicas externas e internas que son evaluadas como excedentes o desbordantes de los recursos del individuo” (p. 164).

Por otro lado, Moos (1993) menciona que el afrontamiento al estrés se da como una respuesta cambiante entre los recursos del individuo y los eventos negativos con el objetivo de recuperar su equilibrio emocional a través de esta transacción.

Asimismo, Castaño y León (2010) refieren que el afrontamiento es un proceso, en el cual se involucran aspectos cognitivos, afectivos y comportamentales de un individuo y estos repercuten en la interacción con una situación estresante.

2.2.2. Teoría de Lazarus y Folkman

Lazarus (1966) propone su teoría sobre el estrés, en la cual un individuo se relaciona con el ambiente y la evaluación cognitiva que haga del mismo, determinará el tipo e intensidad del estrés.

Posteriormente, Lazarus y Folkman (1986) explican que la evaluación cognitiva es considerada como un proceso que es continuo y se da mientras la persona se encuentra en estado de alerta; asimismo, se realiza tres tipos de evaluaciones cognitivas:

- En el caso de la *evaluación primaria* se plantean tres categorías: En la primera se encuentran las evaluaciones irrelevantes en el que la persona no presenta interés por las posibles consecuencias y no pierde ni gana nada en el proceso.
- La segunda son las evaluaciones positivas, en esta el individuo valora las consecuencias del encuentro como satisfactorio y genera emociones placenteras como felicidad, alegría o tranquilidad.
- En la tercera se mencionan las evaluaciones estresantes en las que representa un significado de daño/pérdida, amenaza y desafío. En cuanto al daño/pérdida ya ocurrió un evento en el cual se ha menoscabado física, social o emocionalmente al individuo. En la amenaza, los daños o pérdidas aún no han sucedido, pero se pueden planificar o anticipar. En el desafío existe una evaluación de la fuerza requerida para ganar el enfrentamiento, generando emociones agradables como excitación, regocijo, etc.
- Por otro lado, tenemos a la *evaluación secundaria* en la que se realiza una valoración de lo que se debe o puede hacerse, teniendo en cuenta también la probable efectividad del uso de las estrategias de afrontamiento aplicadas en una situación específica y las

consecuencias de las mismas. Además, las evaluaciones secundarias y primarias se relacionan entre sí estableciendo el grado de estrés, la intensidad y la calidad de la respuesta emocional.

- Finalmente, tenemos a la reevaluación en la que se modifica la evaluación inicial, tras recibir una nueva información del individuo o del entorno.

2.2.2.1. Funciones del afrontamiento. Como se ha explicado en líneas anteriores, el afrontamiento va más allá de la resolución de un problema particular. En este sentido, Lazarus y Folkman (1986) mencionan que “las funciones del afrontamiento no deben confundirse con sus resultados, puesto que la función del afrontamiento tiene que ver con el objetivo que persigue cada estrategia; el resultado del afrontamiento está referido al efecto que cada estrategia tiene; además, existen funciones que pertenecen a diversos contextos específicos” (p. 171).

2.2.2.2. Modos y estrategias. Por otro lado, Folkman y Lazarus (1980) crean una escala de modos de afrontamiento en las cuales se evalúan cogniciones y acciones que se realizan para el manejo de una situación estresante. Siendo así, que identifican dos modos de afrontamiento y diversas estrategias que se explican a continuación:

A. Modo de afrontamiento dirigido al problema. Implica el manejo de eventos internos o ambientales amenazantes, mediante el cambio de situaciones problemáticas o mediante adquisición de nuevas herramientas que permitan reducir el malestar; se encuentra enfocado en la resolución de problemas y dirigido a buscar alternativas que presenten menor costo y mayor beneficio, además de seleccionarlas y aplicarlas. Asimismo, este modo se divide en afrontamiento activo, el cual se refiere a acciones para cambiar los eventos estresantes o reducir sus efectos negativos y el afrontamiento demorado que implica la búsqueda de oportunidades adecuadas para no actuar de forma acelerada. (Lazarus y Folkman, 1986)

Las estrategias que subyacen de este modo según Lazarus y Folkman (1980) son las siguientes:

- La confrontación: Que implica la solución del problema mediante acciones hostiles y riesgosas.
- La resolución planificada de problemas: En la cual se utilizan pensamientos analíticos.

B. Modo de afrontamiento dirigido a la emoción. Tiene como función principal regular emocionalmente al individuo, modificando el malestar que evoca una situación estresante; para ello se puede evitar la situación, hacer una reevaluación cognitiva del evento o enfatizar los aspectos positivos de sí mismo o del entorno. (Lazarus y Folkman, 1986)

Las estrategias que pertenecen a este modo según el planteamiento de Lazarus y Folkman (1980) se describen a continuación:

- Distanciamiento: Que refiere a minimizar la situación o evitar tenerlo presente.
- El autocontrol: Son los esfuerzos para regular los sentimientos.
- Búsqueda de apoyo social: Es aquella en la que se acude a personas de confianza para obtener ayuda, información o apoyo emocional.
- Aceptación de la responsabilidad: Implica darse cuenta y admitir el papel que uno ha tomado para que el problema se origine o mantenga.
- Evasión- escape: Son cogniciones improductivas o acciones como ingerir medicamentos y drogas que van en función de no enfrentar el problema.
- Reevaluación positiva: Permite crear pensamientos y sentimientos positivos, centrándose en el crecimiento personal.

2.2.2.3. Recursos para el afrontamiento. Lazarus y Folkman (1986) señalan que las personas utilizan diversos recursos para afrontar infinidad de exigencias de la vida. Además,

estos recursos son de naturaleza multidimensional y presentan distintos niveles de abstracción; es por ello que pueden categorizarse de la siguiente manera:

- **Salud y energía.** Este recurso es relevante, puesto que, una persona que tenga estas características tendrá mayor probabilidad a resistir problemas y situaciones altamente estresantes, facilitando el proceso de afrontamiento.
- **Creencias positivas.** En esta categoría, se encuentran creencias que sirven para tener esperanza y ver lo bueno de uno mismo, favoreciendo el afrontamiento en situaciones adversas y su persistencia.
- **Técnicas para la resolución del problema.** Hacen referencia a la habilidad para buscar alternativas, analizar situaciones y seleccionar acciones adecuadas; se tiene en cuenta también que estas habilidades derivan de experiencias, información adquirida y capacidad de autocontrol.
- **Habilidades sociales.** Estas permiten el desarrollo de capacidades de cooperación social y control de interacciones sociales, permitiendo un mejor manejo de problemas cotidianos.
- **Apoyo social.** Permite obtener información útil y desarrollar flexibilidad; además puede prevenir el estrés y sirve como un tipo de soporte.

2.2.2.4. Limitaciones en la utilización de los recursos de afrontamiento. Existen factores que restringen el afrontamiento y se les denomina coactores. Lazarus y Folkman (1986) explican que se dividen en tres áreas:

- **Condicionantes personales:** Se encuentran valores y creencias interiorizadas que permiten al individuo accionar y sentir de determinada forma y también se rige en función a lo que culturalmente es apropiado o no.
- **Condicionantes ambientales:** El entorno puede impedir el uso adecuado de los recursos e incluso anular las estrategias del individuo.

- Grado de amenaza: Si esta es mayor, los modos de afrontamiento dirigidos a la emoción serán primitivos y se verán limitadas las opciones para el afrontamiento dirigido al problema.

2.3. Afrontamiento adolescente

Las investigaciones de Lazarus y Folkman sirvieron como precedente para el desarrollo de nuevas propuestas de evaluación del afrontamiento al estrés. Sin embargo, los esfuerzos realizados para la medición y conceptualización del afrontamiento se llevaron a cabo mayormente en poblaciones adultas, por lo que surgía la necesidad de evaluar estos aspectos en niños y adolescentes. (Ayers et al., 1998)

Al respecto, Hoffman et al. (1992) señalan que las teorías socioemocionales, del desarrollo e incluso cognitivas tomadas en conjunto brindan la base para plantear la hipótesis de diferenciación en los esfuerzos de afrontamiento en la transición a la adolescencia; del mismo modo, sugieren que existe un aumento relacionado con la edad en la eficacia del afrontamiento, a medida que se amplían y refuerzan capacidades personales para gestionar estos esfuerzos dirigidos a objetivos.

Por otro lado, Canessa (2002) menciona que las múltiples investigaciones realizadas no solo se centraron en describir las estrategias de afrontamiento, sino también en conocer las situaciones estresantes más comunes, para tener un panorama claro y profundo sobre el afrontamiento en la adolescencia.

2.3.1. Teoría de Erica Frydenberg

Para el desarrollo de su propia teoría en función al afrontamiento adolescente, Frydenberg se basa en el modelo que realizaron Lazarus y Folkman sobre el afrontamiento al estrés en personas adultas.

En este sentido, Frydenberg (1997) elabora una nueva pauta para la comprensión y evaluación del afrontamiento, en la cual toma mayor importancia la reevaluación del resultado,

debido a que, luego de una situación estresante el individuo estima las consecuencias y los recursos que tiene para poder manejarlo, luego de la respuesta el resultado es revalorado para poder dar otra respuesta; de este modo se determina si las estrategias empleadas se utilizarán nuevamente en el futuro o se descartarán.

También se enfatiza que el afrontamiento no es un comportamiento unidimensional, sino que funciona en varios niveles y se obtiene a través de una amplia gama de percepciones y procesos de pensamiento; asimismo, no existe un afrontamiento bueno o malo, es la situación, el contexto y el juicio del individuo lo que determina la efectividad del mismo. (Frydenberg, 2019)

Por otro lado, cobra importancia la investigación en adolescentes, debido a dos situaciones en particular, la primera por los cambios sujetos a esta etapa de vida, el desarrollo de estrategias conductuales y cognitivas para lograr una transición y adaptación efectivas; y la segunda porque cuando los adolescentes no logran afrontar diversas problemáticas de forma eficaz pueden tener consecuencias negativas en diferentes ámbitos de su vida. (Frydenberg y Lewis, 1993a)

2.3.1.1. Definición. Para explicar el proceso de afrontamiento adolescente Frydenberg y Lewis (1993b) señala que:

Son conjunto de acciones cognitivas y afectivas que surgen en respuesta de una situación en particular. Ellas representan un intento por restaurar el equilibrio o reducir la turbulencia del individuo. Esto puede lograrse resolviendo el problema, es decir, cambiando el estímulo o acomodándose a la preocupación sin necesariamente dar una solución. (p. 255)

Asimismo, la forma en la que los adolescentes afronten sus problemas, nos dará información relevante con la cual se puede explorar lo que sienten, piensan y hacen; también

en esta transición se realizarán ajustes y las conductas que subyacen de estos determinarán en parte su vida adulta y su función dentro de la sociedad. (Frydenberg y Lewis, 1993b)

2.3.1.2. Estilos y estrategias de afrontamiento. En su planteamiento teórico, Frydenberg (1997) describe que los estilos son una predisposición del individuo para afrontar diferentes situaciones de la vida, en las cuales intervienen las experiencias, las creencias, los valores y las metas; mientras que las estrategias son procesos específicos a nivel cognitivo y conductual que se ejecutan en un contexto determinado.

Es así, que a partir de estas definiciones Frydenberg y Lewis (1993b) desarrollan tres estilos de afrontamiento y dieciocho estrategias, que se explican a continuación:

- **Estilo dirigido a resolver el problema:** Son los esfuerzos para abordar las adversidades de manera directa, con una actitud optimista.

En este estilo se encuentran siete estrategias:

- **Concentrarse en resolver el problema:** Se enfoca en la solución de una situación a través del análisis o estudio de diferentes perspectivas.
- **Esforzarse y tener éxito:** Se efectúan conductas en función del compromiso y la dedicación.
- **Invertir en amigos íntimos:** Se refiere al esfuerzo para generar vínculos y tener relaciones personales más íntimas.
- **Buscar pertenencia:** Implica el interés del individuo por las relaciones con los demás y la percepción de los mismos a nivel general.
- **Fijarse en lo positivo:** Se enfatiza en la visión de aspectos positivos del evento que se presente.
- **Buscar diversiones relajantes:** Se caracteriza por la búsqueda de actividades de ocio que generen en la persona bienestar.

- Distracción física: Son actividades donde se emplean esfuerzos físicos, en su mayoría deportes.
- Estilo referencia a otros: Se hace frente al problema acudiendo al apoyo de los amigos, familiares, profesionales o deidades.
En este estilo se encuentran cuatro estrategias:
 - Buscar apoyo social: Implica comunicar el problema a otras personas a las que se considera un apoyo para que le ayuden a buscar soluciones.
 - Acción social: Es la búsqueda de ayuda de otras personas a través de actividades grupales en las que se explica el problema y se comparten posibles soluciones.
 - Buscar apoyo espiritual: Está dirigida a buscar soluciones a través de la oración y la creencia de una divinidad o líder espiritual.
 - Buscar ayuda profesional: Se busca el consejo de profesionales u otras personas sabias.
- Estilo Afrontamiento no productivo: Está relacionado a la incapacidad para resolver problemas con tendencia a la evitación; si bien este estilo no soluciona el problema llega a reducir el malestar general.
En este estilo se encuentran siete estrategias:
 - Preocuparse: Se caracteriza por el temor a los acontecimientos futuros que pongan en juego la felicidad del individuo.
 - Hacerse ilusiones: Se basa en la esperanza o sucesos positivos en los cuales se alcanza el final deseado, sin ejecutar acción.
 - Falta de afrontamiento: El individuo no posee capacidades para enfrentar una situación estresante y puede desarrollar síntomas psicósomáticos.
 - Reducción de la tensión: Se caracteriza por disminuir la tensión a través de la ejecución de conductas de riesgo como el consumo de alcohol o drogas.

- Ignorar el problema: Se centra en negar, evadir o desentenderse del problema o de una situación estresante.
- Auto inculparse: El individuo se atribuye toda la culpa y responsabilidad de los problemas que se presentan en su vida.
- Reservarlo para sí: El individuo huye constantemente y no desea comunicar sus problemas a los demás.

Sin embargo, Pereña y Seisdedos (1996) a partir de la adaptación española del ACS proponen 4 estilos y la agrupación de estrategias en función de ellos; ordenándose de la siguiente manera:

Estilo 1: Acción Positiva y Esforzada

- Concentrarse en resolver el problema
- Esforzarse y tener éxito
- Preocuparse
- Atacar el problema

Estilo 2: Huida Intropunitiva

- No afrontamiento
- Reducción de la tensión
- Autoinculparse

Estilo 3: Acción Positiva Hedonista

- Buscar diversiones relajantes
- Fijarse en lo positivo
- Hacerse ilusiones
- Buscar pertenencia
- Invertir en amigos íntimos
- Ignorar el Problema

- Distracción física
- Estilo 4: Introversión
- Reservarlo para sí
- Acción social
- Buscar ayuda profesional
- Buscar apoyo social

2.3.1.3. Edad y género. Frydenberg (2019) menciona que la escala de afrontamiento adolescente (ACS) le permitió realizar diferentes estudios en población australiana, en los cuales encontraba diferencias en el género de forma consistente tanto en estudios transversales como longitudinales, ya que se encontraba en las niñas una tendencia a usar estrategias de afrontamiento no productivas y los niños más propensos a usar estrategias dirigidas a resolver el problema; asimismo, en cuanto a la edad, explica que entre los catorce y dieciséis años los adolescentes presentaban mayor incapacidad para afrontar situaciones estresantes. Es por estas razones que la autora recomienda que las estrategias de afrontamiento se enseñen años anteriores a la etapa de la adolescencia de forma que se puedan preparar para atravesar ese período desafiante.

2.3.1.4. Contexto familiar. Según Frydenberg (2019) el contexto familiar es el más significativo, porque a través de él se progresa la transición de la niñez a la adolescencia y posteriormente el desarrollo hacia la vida adulta. Es así, que independientemente de la configuración familiar, la relación y la dinámica que tengan los niños o adolescentes con los adultos tendrá un impacto muy relevante en el desarrollo, aprendizaje y la adquisición de las experiencias. Asimismo, la autora plantea algunas características de una familia “ideal” que permitiría el correcto desarrollo de habilidades de afrontamiento:

- Dentro del contexto familiar, la comunicación es positiva y efectiva.

- Los adolescentes reciben un fuerte apoyo de los padres.
- Los adolescentes pueden expresar sus ideas, sentimientos u opiniones.
- Se puede negociar si surgen conflictos.
- Existe cooperación y confianza entre los padres o cuidadores y los adolescentes.
- Los padres o cuidadores pueden expresar sus preocupaciones sobre posibles consecuencias.

En consecuencia, la comunicación será una herramienta para que la familia pueda funcionar saludablemente y los adolescentes pueden tener mayores probabilidades de utilizar estrategias de afrontamiento productivas.

III. MÉTODO

3.1. Tipo de investigación

La presente investigación es de tipo descriptivo, puesto que, busca medir o recoger información a través de un análisis en el cual se describe de forma precisa las características importantes de un fenómeno y las tendencias de una población. (Hernández et al., 2014)

3.2. Ámbito temporal y espacial

La información fue recopilada en los días 13, 14 y 15 de Noviembre del año 2023, en las instalaciones de la institución educativa privada que se encuentra ubicada en el distrito del Rímac en Lima Metropolitana.

3.3. Variables

Afrontamiento adolescente:

Son un conjunto de acciones cognitivas, conductuales y afectivas (traducidas en estilos y estrategias) que surgen en respuesta de una situación en particular. Ellas representan un intento por restaurar el equilibrio o reducir la turbulencia del individuo. (Frydenberg, 1993)

Matriz de operacionalización:

Tabla 1*Matriz de consistencia de la variable afrontamiento adolescente*

Variable	Definición conceptual	Definición operacional	Indicadores	Instrumento	Escala de medición
Afrontamiento adolescente	Son un conjunto de acciones cognitivas, conductuales y afectivas (traducidas en estilos y estrategias) que surgen en respuesta de una situación en particular. Ellas representan un intento por restaurar el equilibrio o reducir la turbulencia del individuo. (Frydenberg, 1993)	-Estilo dirigido a resolver el problema	<ul style="list-style-type: none"> • Concentrarse en resolver el problema. • Esforzarse y tener éxito. • Invertir en amigos íntimos. • Buscar pertenencia. • Fijarse en lo positivo. • Buscar diversiones relajantes. • Distracción física. 	Escala de afrontamiento al estrés para adolescentes Frydenberg y Lewis, 1993. Adaptado en población limeña por Canessa, 2002.	Escala Ordinal
		-Estilo referencia a otros	<ul style="list-style-type: none"> • Buscar apoyo social. • Acción social. • Buscar apoyo espiritual. • Buscar ayuda profesional. 		
		-Estilo afrontamiento no productivo	<ul style="list-style-type: none"> • Preocuparse. • Hacerse ilusiones. • Falta de afrontamiento. • Reducción de la tensión. • Ignorar el problema. • Auto-inculparse. • Reservarlo para sí. 		

3.4. Población y muestra

La población se encuentra conformada por 550 alumnos de primero, segundo, tercero, cuarto y quinto de secundaria, cuyas edades oscilan entre 12 y 18 años, de ambos sexos y que estuvieron matriculados en el año escolar 2023.

El proceso para la obtención de los participantes fue por conveniencia, en el cual se eligió a los 3 últimos grados del nivel secundario, debido a su disponibilidad y participación voluntaria. Conformado así un total de 300 participantes (151 hombres y 149 mujeres), cuyas edades oscilan entre 14 y 18 años. Al respecto, Hernández et al. (2014) señala que “en las muestras no probabilísticas se obtiene un subgrupo de la población en la que la elección de los elementos no depende de la probabilidad, sino de las características de la investigación”. (p.176)

Tabla 2

Distribución de la población según nivel de instrucción, grado de instrucción y sexo

Nivel	Grado	Hombres	Mujeres
Secundaria	3°	52	46
	4°	47	52
	5°	52	51
Total		151	149

3.5. Instrumentos

Se utilizó la escala de afrontamiento para adolescentes (ACS) creada por Frydenberg y Lewis (1993); adaptada en la población peruana por Canessa (2002). Esta escala consta de 80 ítems que se puntúan mediante una escala tipo Likert de cinco puntos (1. No me ocurre nunca o no lo hago, 2. Me ocurre o lo hago raras veces, 3. Me ocurre o lo hago algunas veces, 4. Me ocurre o lo hago a menudo y 5. Me ocurre o lo hago con mucha frecuencia). El instrumento permite evaluar con fiabilidad 18 estrategias de afrontamiento que a su vez están agrupadas en 3 estilos.

Con respecto a las propiedades psicométricas, la versión peruana adaptada por Canessa (2002), menciona que la confiabilidad por consistencia interna indicó que las 18 estrategias presentan valores alfas que fluctúa entre .48 y .74 lo que indica que todos los resultados fueron significativos a una probabilidad mayor .05, concluyendo que es altamente confiable. En cuanto al análisis factorial de ítems en tres etapas mostraron que las medidas previas, como son el Kaiser Meyer-Olkin de adecuación al muestreo y el test de esfericidad de Bartlett, indicaron la pertinencia de realizar el análisis estadístico, ya que es factible obtener resultados relevantes. En la primera etapa el análisis factorial indicó la existencia de seis factores, los cuales permitieron explicar el 50,2 % de la varianza total, el segundo análisis factorial señaló igualmente la existencia de seis factores que han permitido explicar el 50,3% de la varianza total y el tercer análisis factorial señaló la existencia de seis factores, que explicaron el 49.7 de la varianza total, por lo que se concluye que los resultados de los análisis factoriales realizados por partes revelaron que se mantienen las escalas con la inclusión en algunos casos de ítems específicos, lo cual nos indicaría que la prueba tendría validez de constructo.

Los resultados de los análisis psicométricos demuestran que la escala alcanza niveles de validez y confiabilidad aceptables, de lo cual puede concluirse que dicha prueba puede funcionar en nuestro medio y es consistente con la versión española. Sin embargo, por la temporalidad en la que realizó dicha investigación, se procedió a realizar un nuevo análisis que es explicado a mayor detalle en la sección de resultados.

3.6. Procedimientos

La primera acción que se ejecutó, fue contactar al director de la institución educativa, para poder obtener el permiso formal del recojo de información. Se coordinó con él de forma presencial para explicarle el procedimiento de la investigación, luego otorgó el permiso correspondiente para el uso de las instalaciones de la institución.

Posterior a ello brindó algunos días para hacer la consulta a los diferentes grados sobre su participación. Una vez se culminó este proceso se les hizo llegar a los padres de familia a través de los tutores de los grados seleccionados un consentimiento informado, donde se explica el motivo de la investigación y la importancia de sus menores hijos en la misma. Posteriormente, se recogió los consentimientos firmados tanto por los padres como por los alumnos y se procedió a tomar el instrumento en las horas asignadas del curso de tutoría.

3.7. Análisis de datos

El análisis de datos se realizó con el programa Microsoft Excel y el programa Jamovi 2.3.18; a través del cual se creó una base de datos para posteriormente obtener la confiabilidad, validez del instrumento y analizar los objetivos planteados.

3.8. Consideraciones éticas

Se procedió a informar a los padres y/o tutores de familia y a los alumnos sobre el tema de investigación, su finalidad e importancia.

En cuanto a la confidencialidad, se enfatizó al director de la institución educativa, padres y alumnos que ésta es reservada debido a que la prueba es anónima y los resultados se utilizarían con fines de investigación.

IV. RESULTADOS

Para este estudio se consideró realizar una factorización de las 18 estrategias de afrontamiento del ACS, mediante un análisis factorial confirmatorio (AFC) con la estrategia de modelamiento de ecuaciones estructurales (SEM) en la emulación Mplus. El método empleado en el análisis fue el DWLS con estimaciones robustas, del cual se obtuvo una sólida validez de en función de las medidas de ajuste absoluto, comparativo y residual del modelo de 4 factores que comprendieron los estilos de afrontamiento. El resultado del análisis es presentado en la tabla 3.

Tabla 3

Validez del modelo por AFC

X^2	gl	p	GFI	CFI	NNFI	RMSEA	SRMR
262	113	< .001	.992	.938	.925	.066	.073

En la tabla 4 se observa las cargas factoriales del modelo, en función de cada una de las estrategias. Dichas cargas oscilaron entre -.63 y .78, teniendo un aporte de varianza suficiente para explicar cada factor, lo cual evidencia que el cuestionario presenta una adecuada validez de constructo.

Tabla 4

Cargas del modelo

Factor	Estrat.	Estimado	SE	95% I.C.		β	z	p
				Inf.	Sup.			
F1	RP	1.000	0.0000	1.000	1.000	0.784		
	ES	1.060	0.0654	0.932	1.188	0.769	16.21	< .001
	PR	-0.319	0.0681	0.453	-0.186	0.292	-4.68	< .001
F2	NAF	1.000	0.0000	1.000	1.000	0.516		
	RT	1.261	0.1730	0.922	1.599	0.577	7.29	< .001
	CU	1.208	0.1866	0.842	1.574	0.548	6.47	< .001

Tabla 4*Cargas del modelo*

Factor	Estrat.	Estimado	SE	95% I.C.		β	z	p
				Inf.	Sup.			
F3	DR	1.000	0.0000	1.000	1.000	0.435		
	PO	1.432	0.1883	1.062	1.801	0.583	7.60	<.001
	HI	-0.730	0.1806	-	-0.376	-0.292	-4.04	<.001
	PE	0.676	0.1437	0.394	0.957	0.305	4.70	<.001
	AI	1.027	0.149	0.736	1.319	0.515	6.91	<.001
	IP	-0.816	0.150	-	-0.521	-0.394	-5.42	<.001
	FI	0.704	0.143	0.425	0.983	0.330	4.94	<.001
F4	RE	1.000	0.000	1.000	1.000	0.737		
	SO	-0.212	0.095	-	-0.026	-0.161	-2.24	0.025
	AP	-0.401	0.101	-	-0.203	-0.304	-3.98	<.001
	AS	-0.910	0.112	-	-0.691	-0.630	-8.14	<.001

La tabla 5 muestra los hallazgos correspondientes a la confiabilidad por consistencia interna. Se obtiene indicadores del Alpha ordinal que oscilan entre .724 y .883 para cada uno de los factores emergentes del agrupamiento de las estrategias, esto permitió evidenciar la sólida confiabilidad de las mediciones con el modelo de cuatro factores.

Tabla 5*Confiabilidad de las mediciones*

Factor	Nº de elementos	Medida	
		Alpha ordinal	Omega
F1 (Acción Positiva y Esforzada)	15	.735	.742
F2 (Huida Intropunitiva)	14	.724	.725
F3 (Acción Positiva Hedonista)	29	.813	.816
F4 (Introversión)	18	.883	.883

Por otro lado, en la Tabla 6 se observa que las estrategias más predominantes o de una frecuencia más elevada de la representatividad muestral fue la de reservarlo para sí (RE) con un 42%, auto inculparse (CU) con un 37.3% y reducción de la tensión (RT) con un 34,3%. Asimismo, las menos prevalentes fueron resolver el problema (RP) con una representación del 47%, seguido de la estrategia buscar apoyo social (AS) con un 46.67%.

Tabla 6*Prevalencia de estrategias empleadas por la muestra*

	N	%	RV	%	AV	%	AM	%	MF	%
RP	141	47.00%	24	8.00%	45	15.00%	58	19.33%	32	10.67%
ES	118	39.33%	29	9.67%	25	8.33%	73	24.33%	55	18.33%
AI	97	32.33%	73	24.33%	67	22.33%	53	17.67%	10	3.33%
PE	120	40.00%	68	22.67%	49	16.33%	37	12.33%	26	8.67%
PO	99	33.00%	45	15.00%	55	18.33%	55	18.33%	46	15.33%
DR	109	36.33%	34	11.33%	80	26.67%	46	15.33%	31	10.33%
FI	33	11.00%	80	26.67%	53	17.67%	84	28.00%	50	16.67%
AS	140	46.67%	51	17.00%	39	13.00%	28	9.33%	42	14.00%
AE	110	36.67%	67	22.33%	50	16.67%	41	13.67%	32	10.67%
SO	34	11.33%	80	26.67%	56	18.67%	65	21.67%	65	21.67%
AP	59	19.67%	48	16.00%	64	21.33%	87	29.00%	42	14.00%
RE	35	11.67%	27	9.00%	42	14.00%	70	23.33%	126	42.00%
PR	137	45.67%	44	14.67%	68	22.67%	34	11.33%	17	5.67%
HI	124	41.33%	32	10.67%	52	17.33%	50	16.67%	42	14.00%
NA	37	12.33%	33	11.00%	78	26.00%	65	21.67%	87	29.00%
IP	28	9.33%	24	8.00%	73	24.33%	88	29.33%	87	29.00%
RT	55	18.33%	37	12.33%	46	15.33%	59	19.67%	103	34.33%
CU	50	16.67%	48	16.00%	26	8.67%	64	21.33%	112	37.33%

Nota. **N**= Nunca lo hago, **RV**= Rara vez lo hago, **AV**= A veces lo hago, **AM**= A menudo lo hago, **MF**= Lo hago con mucha frecuencia. Las estrategias presentan las siguientes siglas: Rp=Resolver el problema, Es= Esforzarse y tener éxito, Ai= Invertir en amigos íntimos, Pe= Buscar pertenencia, Po= Fijarse en lo positivo, Dr= Buscar diversiones relajantes, Fi= Distracción física, As= Buscar apoyo social, Ae= Buscar apoyo espiritual, So= Acción social, Ap= Buscar ayuda profesional, Re= Reservarlo para sí, Pr= Preocuparse, Hi= Hacerse ilusiones, Na= No afrontamiento, Ip= Ignorar el problema, Rt= Reducción de la tensión, Cu= Autoinculparse.

En la tabla 7 se observa el empleo de medidas representativas en función de la distribución de puntuaciones promedio y de rango promedio como punto de contraste para identificar los estilos más utilizados por los participantes. En este sentido se halló como el estilo más predominante el de Huida Intropunitiva con una media (M) de 3.43; mientras que el estilo menos predominante es de Acción positiva y esforzada con una media (M) de 2.43. Además, se hizo posible observar que el comportamiento de los datos se caracterizó por presentar una distribución no normal.

Tabla 7

Medidas descriptivas de los estilos empleados por la muestra

	M	Mdn	DE	Mínimo	Máximo	Shapiro-Wilk	
						W	p
Acción positiva y esforzada	2.43	2.33	0.982	1.00	5.00	0.944	< .001
Huida Intropunitiva	3.43	3.67	1.065	1.00	5.00	0.948	< .001
Acción positiva hedonista	2.72	2.71	0.571	1.29	4.29	0.991	0.042
Introversión	3.05	3.00	0.683	1.50	4.50	0.976	< .001

Asimismo, se procedió a realizar la comparación no paramétrica por grado de instrucción utilizando del estadístico de Kruskal-Wallis. Éste reveló que no se detectaron diferencias estadísticamente significativas por ningún año de estudio, manteniéndose similares ($p > .05$), como se muestra en la tabla 8.

Tabla 8*Prueba comparativa Kruskal-Wallis para grados de instrucción*

	χ^2	gl	<i>p</i>
Acción positiva y esforzada	2.4353	2	0.296
Huida Intropunitiva	2.3344	2	0.311
Acción positiva hedonista	1.1288	2	0.569
Introversión	0.0277	2	0.986

En la tabla 9 se muestra la comparativa de los rangos promedio de las puntuaciones por sexo, en la cual se utilizó el estadístico U de Mann Whitney, y se detectó diferencias estadísticamente significativas en el estilo de Huida Intropunitiva, siendo relativamente mayor en mujeres ($U = 8659$, $p < .001$).

Tabla 9*Prueba U de Mann Whitney para la comparación de estilos por sexo*

	Grupo	<i>n</i>	<i>M</i>	<i>Mdn</i>	U	<i>p</i>
Acción positiva y esforzada	Mujer	149	2.39	2.00	10675	.441
	Varón	151	2.46	2.33		
Huida Intropunitiva	Mujer	149	3.64	3.67	8659	< .001
	Varón	151	3.23	3.33		
Acción positiva hedonista	Mujer	149	2.69	2.71	10807	.555
	Varón	151	2.75	2.71		
Introversión	Mujer	149	3.04	3.00	11064	.804
	Varón	151	3.06	3.00		

V. DISCUSIÓN DE RESULTADOS

El presente estudio tuvo como objetivo principal identificar las estrategias y estilos de afrontamiento al estrés en estudiantes de tercero, cuarto y quinto de secundaria de una institución educativa particular de Lima-Metropolitana.

Los resultados indicaron que las estrategias de afrontamiento más utilizadas por los estudiantes fueron las de reservarlo para sí (RE) con un (42%), auto inculparse (CU) con un (37.3%), reducción de la tensión (RT) con un (34.3%) y las menos prevalentes fueron resolver el problema (RP) con un (47%), seguido de la estrategia buscar apoyo social (AS) con un (46.67%), indicando la tendencia de los estudiantes hacia la incapacidad de resolver problemas, a adjudicarse toda la culpa de lo negativo que sucede a su alrededor, desarrollar síntomas psicosomáticos y ejecutar conductas de riesgo como el consumo de alcohol o drogas. Estos resultados difieren con los propuestos por Tolentino y Alcántara (2021) quienes hallaron que las estrategias predominantes fueron preocuparse con (91.98%) y buscar pertenencia con (75.94%) y las menos predominantes diversiones relajantes (58.96%) y distracción física (43.40%), esto mostraría que en esa población de estudiantes existe una tendencia por la preocupación sobre acontecimientos futuros que puedan afectar la felicidad propia, de interesarse por sus relaciones sociales y la percepción que tengan los demás sobre ellos. En este sentido, estas diferencias podrían explicarse debido a que la investigación fue realizada en Chimbote, ubicado en el departamento de Áncash, mientras que la presente investigación se realizó en un distrito de Lima- metropolitana; además la recolección de datos se inició antes de que promulgaran la cuarentena en Lima por covid- 19 y la presente investigación recogió los datos post- pandemia por covid-19. En ese sentido, el (Minsa, 2023) dio a conocer un aumento de casos (170 mil 727) en comparación con el año anterior (2022) en problemas emocionales y de comportamiento en la niñez y adolescencia, indicando que a nivel de salud mental los

adolescentes siguen expuestos a diversas situaciones estresantes y están limitados para enfrentar estos eventos de forma adaptativa.

Siguiendo con el objetivo anterior, los resultados evidenciaron que el estilo mayormente empleado por los estudiantes es el F2: Huida Intropunitiva con una media (*M*) de 3.43; mientras que el estilo menos predominante es el F1: Acción positiva y esforzada con una media (*M*) de 2.43. Este hallazgo concuerda con lo encontrado en la investigación de Valdez (2018) en la cual identificó que uno de los estilos predominantes en los estudiantes fue F2: Autoinculparse y evadir el problema (34,8%), lo que en esta investigación comprende el F2: Huida Intropunitiva y el menos predominante fue F3: acción positiva esforzada (26%); estos resultados demuestran que en ambas investigaciones los estudiantes manifiestan una tendencia a la evitación y a no enfrentar problemas en su cotidianidad. Las similitudes encontradas podrían explicarse debido a que en ambas investigaciones se utilizó la escala de afrontamiento para adolescentes (ACS) adaptada en la población peruana por Canessa (2002) y la muestra también fue semejante, ya que en la presente investigación participaron adolescentes entre 14 y 18 años, mientras que la investigación de Valdez (2018) colaboraron adolescentes entre 12 y 17 años; en este sentido, como lo postula Frydenberg y Lewis (1991) la adolescencia es considerada una etapa del desarrollo caótica y de constantes cambios, que pueden generar estrés y altas exigencias psicosociales, lo cual puede afectar el desarrollo psicológico, influyendo en la confianza en sí mismo, la timidez, la ansiedad, el sentimiento de eficacia, la autoestima y la forma de enfrentar los problemas.

De forma contigua, se desarrolló tres objetivos específicos; el primer objetivo estuvo relacionado al análisis de validez y confiabilidad a la prueba del ACS (Adaptado por Canessa, 2002), en el cual se halló una estructura tetrafactorial sólida (F1: Acción positiva y esforzada, F2: Huida Intropunitiva, F3: Acción positiva hedonista, F4: Introversión) que se ajusta con lo propuesto por la adaptación española de Pereña y Seisdedos (1996), asimismo, respecto a las

cargas factoriales se encontró una oscilación entre $-.63$ y $.78$, dando como resultado una adecuada validez de constructo. Por otro lado, se realizó el análisis de confiabilidad por consistencia interna, obteniéndose indicadores del Alpha ordinal que oscilan entre $.724$ y $.883$, lo que indica una sólida confiabilidad del instrumento; lo cual se adecúa a lo propuesto por Gadermann, Guhn y D. Zumbo (2012) quienes señalan que el alfa ordinal con valores $>.70$ muestran de forma insesgada la confiabilidad teórica para datos ordinales.

Por otro lado, en función al segundo objetivo específico relacionado con las diferencias entre los estilos de afrontamiento, según grado de instrucción, se encontró que no existen diferencias estadísticamente significativas por ningún año de estudio ($p > .05$), lo que indica que 3er, 4to y 5to grado utilizan de forma similar los 4 estilos. Estos resultados, son similares la investigación realizada por Salazar (2021) en la que encuentra que los estilos tienen un tamaño del efecto trivial ($\epsilon^2 = .02, .01, .06$) respectivamente, lo que significa que no existe gran distinción y su tamaño del efecto no es relevante, apoyando la premisa de que la utilización de los estilos en cuestión al grado de estudio no presenta diferencias. Estas características semejantes, podrían ser explicadas porque en la investigación de Salazar (2021) los grados que participaron fueron de 1ero a 5to año y en la presente investigación los grados que colaboraron fueron de 3ero a 5to año; asimismo se trabajó con instituciones educativas privadas en ambos casos. En relación con lo mencionado anteriormente, Papalia, Feldman y Martorell (2012) enfatizan que en la adolescencia el colegio se convierte en una experiencia primordial, puesto que, brinda oportunidades de adquirir información, incorporar nuevas habilidades, de aprender a relacionarse con su entorno (amigos, maestros) y de ampliar la capacidad de enfrentar situaciones nuevas; sin embargo, también los adolescentes pueden no experimentar en el colegio una oportunidad y se ven limitados en la transición del mismo, generando estrés y creencias negativas con respecto a su autoeficacia en lo académico y social.

En función al último objetivo específico que está vinculado a las diferencias de los estilos de afrontamiento, según sexo. Se encontró que en el estilo F2: Huida Intropunitiva existen diferencias estadísticamente significativas, siendo mayor en mujeres ($U = 8659$, $p < .001$), mientras que en los 3 estilos restantes (F1: Acción Positiva y Esforzada, F3: Acción Positiva Hedonista, F4: Introversión) no se halló ninguna diferencia relevante entre ambos sexos. Estos resultados son similares a la investigación realizada por Valdez (2018) quien encontró diferencias significativas ($p < 0.05$) en función al sexo para el estilo F2: Auto inculparse y evadir el problema, lo que en este estudio está presentado como (F2: Huida intropunitiva), obteniendo mayores puntajes para las mujeres. Asimismo, se encuentra semejanza con la investigación realizada por Tejada y Torres (2020) quienes bajo el modelo de 3 estilos, hallaron que en el estilo Afrontamiento no productivo existen diferencias significativas ($p < .020$) con un promedio de 75.3 en Mujeres y 71.6 en Varones, lo que indica que las mujeres son quienes utilizan mayormente este estilo; por otro lado, encontraron que el estilo Dirigido al problema presenta diferencias significativas en función al sexo ($p < .001$), con un promedio mayor en los varones (121.4), que en las mujeres (113.3) y el estilo Referencia a otros presenta diferencias significativas ($p < .002$) con un promedio mayor en los varones (50.8) que en las mujeres (45.9), en este punto de estilos restantes, difiere con la presente investigación. Sin embargo, estas investigaciones incluyendo la presente, comparten la conclusión de que las mujeres tienden a responder al estrés con el estilo menos adaptativo que se caracteriza por no enfrentar los problemas, por desarrollar conductas de riesgo y por auto inculparse. Estas características similares podrían explicarse debido a que en la investigación de Valdez (2018) se utiliza la escala ACS, adaptada por Canessa (2002) y participaron adolescentes de 1ero a 5to de ambos sexos; asimismo, Tejada y Torres (2020), utilizaron la misma escala ACS, adaptado por Canessa (2002) y colaboraron adolescentes de 4to y 5to año de ambos sexos. En este sentido, Frydenberg (2019) postula que, la cultura, el contexto y el

género han sido importantes para entender cómo se desarrolla el afrontamiento, puntualmente las diferencias de género se logran evidenciar tanto en estudios longitudinales como transversales en los cuales se observa una tendencia de las mujeres a usar estrategias no productivas en comparación con los varones; sin embargo, cuando se orienta a los adolescentes a la comprensión de su propio afrontamiento y se evalúa la eficacia de la misma, pueden decidir ampliar o cambiar su repertorio para un afrontamiento más adaptativo, teniendo como resultado el uso de estrategias preferidas por hombres (como buscar recreación física y aceptar los mejores esfuerzos) o preferidas por mujeres (apoyarse en los demás) y esto funcionaría en muchos contextos tanto para hombres como para mujeres.

Finalmente, como se ha mostrado en los resultados y en las diversas investigaciones, en el campo del afrontamiento adolescentes se requiere de más data empírica para determinar las tendencias en nuestro medio y así poder plantear como psicólogos intervenciones eficaces, que ayuden a aumentar la conciencia en los adolescentes sobre que estrategias utiliza y cuales no, ya que es un paso esencial para la comprensión de su propio estilo de afrontamiento.

VI. CONCLUSIONES

6.1. Se identificó las estrategias más utilizadas por los estudiantes de nivel secundario de una institución educativa particular, estas fueron reservarlo para sí (RE) con un 42%, auto inculparse (CU) con un 37.3% y reducción de la tensión (RT) con un 34,3%. Asimismo, las menos utilizadas fueron resolver el problema (RP) con una representación del 47%, seguido de buscar apoyo social (AS) con un 46.67%.

6.2. Se identificó lo estilos predominantes en los estudiantes de nivel secundario de una institución educativa particular, este fue el de Huida Intropunitiva con una media (M) de 3.43; mientras que el estilo menos predominante es de Acción positiva y esforzada con una media (M) de 2.43.

6.3. En función a la validez y confiabilidad, se halló una estructura tetrafactorial sólida (F1: Acción positiva y esforzada, F2: Huida Intropunitiva, F3: Acción positiva hedonista, F4: Introversión) con cargas factoriales que oscilan entre $-.63$ y $.78$, dando como resultado una adecuada validez de constructo; con respecto al análisis de confiabilidad por consistencia interna, se obtuvo indicadores del Alpha ordinal que oscilan entre $.724$ y $.883$, lo que indica una sólida confiabilidad del instrumento.

6.4. En cuanto a la comparación no paramétrica por grado de instrucción no se detectaron diferencias estadísticamente significativas por ningún año de estudio, manteniéndose similares ($p > .05$).

6.5. En cuanto a la comparativa de los rangos promedio de las puntuaciones por sexo, se detectó diferencias estadísticamente significativas en el estilo de Huida Intropunitiva, siendo relativamente mayor en mujeres ($U = 8659, p < .001$).

VII. RECOMENDACIONES

7.1. Desarrollar programas de intervención en las instituciones educativas, que tengan como fin la comprensión de su afrontamiento y el desarrollo de recursos cognitivos, conductuales y emocionales, permitiendo a los adolescentes que presenten estrategias desadaptativas, cambiar su repertorio en pro de su propio bienestar psicológico.

7.2. Realizar en las instituciones educativas talleres sobre el afrontamiento al estrés, con el fin de que los adolescentes puedan aprender sobre la temática e identifiquen el estilo que utilizan de forma frecuente para así evaluar si es funcional para ellos o no y generar el cambio en caso sea requerido.

7.3. Utilizar la escala de afrontamiento para adolescentes (ACS), adaptada por Canessa (2002), dado que se hallaron adecuados niveles validez y confiabilidad.

7.4. Realizar la evaluación del afrontamiento en los grados de 3ero, 4to y 5to de secundaria con lineamientos similares dado que no se hallaron diferencias según este aspecto sociodemográfico en los estudiantes evaluados.

7.5. Brindar información a los adolescentes de ambos sexos, sobre los factores que influyen en varones y mujeres para el uso de determinadas estrategias y estilos, con el fin de que comprendan el ¿por qué? enfrentan los problemas de cierta forma.

VIII. REFERENCIAS

- American Psychological Association. (2013). *Comprendiendo el estrés crónico*.
https://www.apa.org/topics/stress/estres-cronico?fbclid=IwAR2u7snUSPXquu-iFJEtawB2UHZj_GrL8gUp00A-yCDgk28y5B7HN8_FnZU
- Ayers, T., Sandler, I. y Twohey, J. (1998). Conceptualization and measurement of coping in children and adolescents. En T. Ollendick Y R. Prinz (Ed.), *Advances in clinical psychology*, (20, pp. 243-301). Plenum Press.
https://link.springer.com/chapter/10.1007/978-1-4757-9038-2_8
- Baum, A., Singer, J. y Baum, C. (1981). Stress and environment. *Journal of Social Issues*, 37, 4-30.
- Canessa, B. (2002). Adaptación psicométrica de las Escalas de Afrontamiento para Adolescentes de Frydenberg y Lewis en un grupo de escolares de Lima metropolitana. *Persona*, (005), 191-233. <https://doi.org/10.26439/persona2002.n005.876>
- Cannon, W. (1932). *The wisdom of the body*. Norton.
- Carlos Almonte, V. y Elena Mont, S. (2019). *Psicopatología infantil y de la adolescencia*. (3ª ed.). Mediterráneo.
- Castaño, E. y León del Barco, B. (2010). Estrategias de afrontamiento del estrés y estilos de conducta interpersonal. *International Journal of Psychology and Psychological Therapy*, 10(2), 245-257. <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=56017095004>
- Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia (Octubre de 2021). *Estado Mundial de la Infancia 2021: En mi mente promover, proteger y cuidar la salud mental de la infancia*.
https://www.unicef.org/lac/informes/estado-mundial-de-la-infancia-2021-en-mi-mente?fbclid=IwAR13vKzeVyRN3esL_uk72H_k-mukYDRcMAiIMywGo_p8BHhwwfrRQ-_JKD0

- Folkman, S., y Lazarus, R. (1980). An analysis of coping in a middleaged community sample. *Journal of Health and Social Behavior*, 21(3), 219-239. <https://doi.org/10.2307/2136617>
- Frydenberg, E. & Lewis, R. (1991). Adolescent coping: The different ways in which boys and girls cope. *Journal of Adolescence*, 14, 119-133. <https://www.sciencedirect.com/science/article/abs/pii/014019719190025M>
- Frydenberg, E. y Lewis, R. (1993a). Boys play sport and girls turn to others: Age, gender and ethnicity as determinants of coping. *Journal of Adolescence*, 16(3), 253-266. <https://doi.org/10.1006/jado.1993.1024>
- Frydenberg, E. y Lewis, R. (1993b). Manual: *The adolescent coping scale*. Australian Council for Educational Research.
- Frydenberg, E. (1997). *Adolescent Coping: Advances in Theory, Research and Practice*. Routledge.
- Frydenberg, E. (2019). *Adolescent Coping: Promoting Resilience and Well-Being*. Routledge.
- Gadermann, A., Guhn, M. y D.Zumbo, B. (2012). Estimating ordinal reliability for Likert-type and ordinal item response data: A conceptual, empirical, and practical guide. *Practical Assessment, Research & Evaluation*, 17(3), 1-13. https://www.researchgate.net/publication/236605201_Estimating_ordinal_reliability_for_Likerttype_and_ordinal_item_response_data_A_conceptual_empirical_and_practical_guide
- García Ora, J. (2016). *Estrategias de afrontamiento en adolescentes de la ONG Compassion Internacional de Chimbote* [Tesis de licenciatura, Universidad San Pedro]. <http://repositorio.usanpedro.edu.pe/handle/USANPEDRO/13927>
- Glass, D. y Carver, C. (1980). Helplessness and the coronary-prone personality. In J. Garber y M.E.P.Seligman (Ed.), *Human helplessness*. Academic Press.

- Guadarrama Guadarrama, R., Mendoza Carmona, V., Márquez Mendoza, O., Veytia López, M., y Padilla Gutiérrez, I. (2018). Diferencias en la aplicación de estrategias de afrontamiento adolescente entre alumnos hombres y mujeres del nivel medio superior. *Interdisciplinaria*, 35(1), 205-216. <https://www.redalyc.org/journal/180/18058784012/>
- Gutiérrez Ingunza, K. (2018). *Estrategias de afrontamiento en adolescentes de quinto de secundaria de lima metropolitana* [Tesis de licenciatura, Universidad Ricardo Palma]. <https://repositorio.urp.edu.pe/handle/20.500.14138/2462>
- Hernández Sampieri, R., Fernández Collado, C. y Baptista Lucio, M. (2014). *Metodología de la investigación*. (6ª ed.). Mc Graw-Hill.
- Hinkle, L. (1977). The concept of “stress” in the biological and social sciences. In Z.J. Lipowski y P.C. Whybrow (Ed.), *Psychosomatic medicine: Current trends and clinical implications*. Oxford University Press.
- Hoffman, M., Levy Shiff, R. y Sohlberg, S. y Zarizki, J. (1992). The impact of stress and coping: Developmental changes in the transition to adolescence. *Journal of Youth and Adolescence*, 21(4), 451–469. <https://link.springer.com/article/10.1007/BF01537897>
- Instituto Nacional de Salud Mental Honorio Delgado Hideyo – Noguchi. (2021). Estudio Epidemiológico de Salud Mental en Niños y Adolescentes en Lima Metropolitana en el Contexto de la COVID-19, Informe General. https://www.insm.gob.pe/investigacion/archivos/estudios/_notes/EESM_Ninos_y_Adolescentes_en_LM_ContextoCOVID19-2020.pdf
- Lazarus, R. y Folkman, S. (1986). *Estrés y procesos cognitivos*. (2ª ed.). Martínez Rocca.
- Lazarus, R. (1966). *Psychological stress and the coping process*. McGraw- Hill.
- Lumsden, D. (1981). Is the concept of “stress” of any use, anymore?. In D. Randall (Ed.), *Contributions to primary prevention in mental health: working papers*. Toronto National Office of the Canadian Mental Health Association.

- Mendoza Carmona, V. (2018). *Estilos y estrategias de afrontamiento en adolescentes de nivel Medio superior de la UAEM* [Tesis de licenciatura, Universidad Autónoma del Estado de México]. <http://ri.uaemex.mx/handle/20.500.11799/95233>
- Ministerio de Salud. (30 de septiembre de 2021). *El 29.6% de adolescentes entre los 12 y 17 años presenta riesgo de padecer algún problema de salud mental o emocional*. https://www.gob.pe/institucion/minsa/noticias/536664-minsa-el-29-6-de-adolescentes-entre-los-12-y-17-anos-presenta-riesgo-de-padecer-algun-problema-de-salud-mental-o-emocional?fbclid=IwAR0k_I6x7qEy9nyDRxBzbgxMvHU_rqw2VT8KfSD9NcxLZ5II3RE6ab-yAM
- Ministerio de Salud. (10 de octubre de 2023). *Día Mundial de la Salud Mental: más de 1 333 000 casos atendidos por trastornos y problemas psicosociales*. <https://www.gob.pe/institucion/minsa/noticias/847052-dia-mundial-de-la-salud-mental-mas-de-1-333-000-casos-atendidos-por-trastornos-y-problemas-psicosociales>
- Molina Molina, J. y Muevecela Carmona, D. (2016). *Estrategias de afrontamiento en estudiantes adolescentes* [Tesis de licenciatura, Universidad de Cuenca]. <http://dspace.ucuenca.edu.ec/handle/123456789/24783>
- Moos, R. (1993). *Coping Responses Inventory. CRIA- Adult form. Professional Manual*. Odessa.
- Morales Salinas, B., y Moysén Chimal, A. (2015). *Afrontamiento del estrés en adolescentes estudiantes de nivel medio superior*. *Revista digital de investigación en docencia universitaria*, 9(1), 9-20. <https://doi.org/10.19083/ridu.9.380>
- Moreno Tolentino, M. y Olivos Alcántara, L. (2021). *Estilos de Afrontamiento en Adolescentes de una Institución Educativa de Nuevo Chimote* [Tesis de licenciatura, Universidad César Vallejo]. <https://repositorio.ucv.edu.pe/handle/20.500.12692/65790>

- Naranjo Pereira, M. (2009). Una revisión teórica sobre el estrés y algunos aspectos relevantes de éste en el ámbito educativo. *Revista Educación*, 33(2), 171-190. <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=44012058011>
- Oblitas, L. (2004). *Manual de psicología clínica y de la salud hospitalaria*. (2ª ed.). Psicom.
- Papalia, D., Feldman, R. y Martorell, G. (2012). *Desarrollo Humano*. (12 ed.) Mc Graw Hill.
- Pereña, J. y Seisdedos, N. (1996). *Adaptación española Adolescent Coping Scale*. TEA Ediciones.
- Remedios Gonzales, B., Inmaculada Montoya, C., María Casullo, M., y Jordi Bernabeú, V. (2002). Relación entre estilos y estrategias de afrontamiento y bienestar psicológico en adolescentes. *Psicothema*, 14(2), 363-368. <https://www.psicothema.com/pii?pii=733>
- Salazar Alca, K. (2021). *Estrategias de afrontamiento al estrés en adolescentes escolares: un estudio comparativo* [Tesis de licenciatura, Universidad Privada del Norte]. <https://repositorio.upn.edu.pe/handle/11537/27518>
- Samaniego Sisalima, S. (2022). “*Estrategias de afrontamiento en adolescentes de 12 a 17 años*” [Tesis de licenciatura, Universidad del Azuay]. <https://dspace.uazuay.edu.ec/handle/datos/11526>
- Selye, H. (1950). *The pshysiology and pathology of exposure to stress*. Acta.
- Selye, H. (1936). Thymus and adrenals in the response of the organism to injuries and intoxications. *British Journal of Experimental Psychology*, 17, 234-348.
- Tejada Anduaga, A. y Torres Castañeda, S. (2020). *Estilos de afrontamiento en adolescentes de cuatro instituciones educativas de nivel secundario según el sexo en la ciudad de Cajamarca* [Tesis de licenciatura, Universidad Privada del Norte]. <https://repositorio.upn.edu.pe/handle/11537/24663>
- Valdez, M. (2018). *Estilos de afrontamiento al estrés en adolescentes con buena y mala percepción del clima social familiar en una institución educativa pública de lima sur*

[Tesis de licenciatura, Universidad Autónoma del Perú].

<https://repositorio.autonoma.edu.pe/handle/20.500.13067/658>

Vázquez Valverde, C., Crespo López, M. y Ring, J. (2000). Estrategias de afrontamiento. En A. Bulbena Vilarrasa, G. Barrios, y P. Fernandez de Larrinoa (Ed.), *Medición Clínica en Psiquiatría y Psicología* (pp. 425-446). Masson.

Veloso Besio, C., Caqueo Arancibia, W., Caqueo Urízar, A., Muñoz Sanchez, Z., y Villegas Abarzúa, F. (2010). Estrategias de afrontamiento en adolescentes. *Revista Scielo*, 22(1), 23-34. <https://doi.org/10.1590/S1984-02922010000100003>

IX. ANEXOS**Anexo A)****INSTRUMENTO ACS**

EDAD:

SEXO:

GRADO DE INSTRUCCIÓN:

AÑO:

Instrucciones

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

Nunca lo hago A

Lo hago raras veces B

Lo hago algunas veces C

Lo hago a menudo D

Lo hago con mucha frecuencia E

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

1. Hablo con otros para saber lo que ellos harían

si tuviesen el mismo problema

A B ~~C~~ D E

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

A B C D E

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

A B C D E

3. Sigo con mis tareas como es debido

A B C D E

4. Me preocupo por mi futuro

A B C D E

5. Me reúno con mis amigos más cercanos

A B C D E

6. Trato de dar una buena impresión en las personas que me importan

A B C D E

7. Espero que me ocurra lo mejor

A B C D E

8. Como no puedo hacer nada para resolver el problema, no hago nada

A B C D E

9. Me pongo a llorar y/o gritar

A B C D E

10. Organizo una acción en relación con mi problema

A B C D E

11. Escribo una carta a una persona que siento que me puede ayudar con mi problema

A B C D E

12. Ignoro el problema

A B C D E

13. Ante los problemas, tiendo a criticarme

A B C D E

14. Guardo mis sentimientos para mí solo(a)

A B C D E

15. Dejo que Dios me ayude con mis problemas

A B C D E

16. Pienso en aquellos que tienen peores problemas, para que los míos no parezcan tan graves

A B C D E

17. Pido consejo a una persona que tenga más conocimiento que yo

A B C D E

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

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

Anexo B)

Tabla N° 9
Baremo del rango percentilar del ACS Lima de los varones (N = 636)

RP	E1As	E2Rp	E3Es	E4Pr	E5Ai	E6Pe	E7Hi	E8Na	E9Rt	E10So	E11lp	E12Cu	E13Re	E14Ae	E15Po	E16Ap	E17Dr	E18Fi
99	96	100	100	100	100	92	92	76	76	72	83	95	95	93	100	100	105	105
95	84	92	92	96	92	88	84	60	60	60	70	80	85	80	90	80	105	105
90	77	88	84	92	88	84	76	56	52	56	60	75	77	75	85	70	98	105
85	76	84	84	92	84	80	72	52	48	48	55	75	75	70	80	65	98	98
80	72	80	80	88	80	76	68	48	44	48	55	70	70	70	75	60	91	91
75	68	80	76	84	80	76	68	48	44	44	50	65	65	65	75	60	91	91
70	68	76	76	84	76	72	64	44	40	44	50	65	65	60	75	55	84	84
65	64	76	76	80	72	72	64	44	36	40	45	60	65	60	70	50	84	77
60	60	72	72	80	69	72	60	40	36	40	45	60	60	60	70	50	84	77
55	60	72	72	76	68	68	60	40	32	40	45	55	60	55	65	45	77	70
50	56	68	68	76	64	68	60	38	32	36	40	55	55	53	65	45	77	70
45	56	68	68	76	64	64	56	36	32	36	40	53	55	50	60	40	77	63
40	52	68	64	72	60	64	56	36	28	32	39	50	50	50	60	40	70	63
35	52	64	64	72	56	60	52	32	28	32	35	50	50	45	60	40	70	56
30	48	64	64	68	52	60	52	32	28	32	35	45	50	45	55	35	70	56
25	44	60	60	64	52	56	48	28	24	28	35	45	45	40	55	35	70	49
20	44	56	60	64	48	56	48	28	24	28	30	40	45	37	50	30	63	49
15	40	56	56	60	44	52	44	24	24	28	30	40	40	35	48	30	63	42
10	36	52	52	56	36	48	40	24	20	24	25	35	35	30	45	25	56	35
5	32	44	48	52	32	40	36	20	20	20	20	30	30	25	40	20	49	28
M	57.55	69.18	69.25	75.22	63.96	65.6	58.72	38.93	34.91	38.22	42.71	54.96	56.49	52.82	63.94	46.73	76.68	68.5
DE	15.84	14.74	12.71	13.78	19.73	13.83	13.9	12.62	12.52	11.77	14.12	16.26	16.15	17.13	15.53	18.39	16.56	24.35

Tabla N° 10
Baremo del rango percentilar del ACS Lima de las mujeres (N = 600)

RP	E1As	E2Rp	E3Es	E4Pr	E5Ai	E6Pe	E7Hi	E8Na	E9Rt	E10So	E11lp	E12Cu	E13Re	E14Ae	E15Po	E16Ap	E17Dr	E18Fi
99	100	100	96	100	100	92	92	76	84	76	80	100	95	90	100	90	105	105
95	88	92	92	96	92	88	84	68	72	64	65	85	85	85	85	80	98	105
90	84	88	84	92	88	84	76	64	64	60	55	80	75	80	80	70	98	91
85	80	84	83	92	88	80	76	56	60	56	54	75	74	75	80	65	91	84
80	80	80	80	88	84	80	72	52	56	52	50	70	70	75	75	60	91	77
75	76	80	76	88	80	76	68	52	52	52	45	65	65	70	75	55	84	70
70	76	76	76	84	76	76	68	48	52	48	45	65	65	70	70	55	84	63
65	72	76	72	84	76	72	64	48	48	48	45	60	60	65	70	50	84	63
60	68	72	72	80	72	72	64	44	44	44	40	60	60	65	65	50	77	56
55	68	72	72	80	72	68	60	44	44	44	40	55	55	60	65	45	77	56
50	64	68	68	76	68	68	60	44	40	40	40	55	55	60	65	45	77	49
45	60	68	68	76	64	64	56	40	40	40	35	55	50	55	60	40	70	49
40	60	64	64	72	64	64	56	40	36	40	35	50	50	55	60	40	70	42
35	56	64	64	72	60	60	56	36	36	36	35	50	50	50	60	40	70	42
30	52	60	64	68	56	60	52	36	32	36	30	45	45	50	55	35	70	42
25	52	60	60	68	52	56	52	36	32	32	30	45	45	45	55	35	63	35
20	48	56	60	64	48	56	48	32	32	32	30	40	40	45	50	30	63	28
15	44	52	56	60	44	52	44	32	28	28	25	40	40	40	50	30	56	28
10	40	48	52	60	40	44	44	28	24	28	25	35	35	35	45	25	49	21
5	36	40	48	52	36	40	36	24	24	24	20	30	30	30	40	20	42	21
M	63.48	68.77	68.95	76.43	66.17	66.02	59.81	43.83	43.57	42.25	39.83	56.52	55.23	58.25	63.69	46.28	74.11	54.1
DE	16.66	14.78	12.34	14	18.23	14.63	13.66	13.38	15.46	12.55	13.14	16.61	16.36	16.74	14.51	16.67	16.38	24.69