



## **FACULTAD DE PSICOLOGÍA**

TIPOS DE APEGO Y ESTILOS DE AFRONTAMIENTO EN ESTUDIANTES DE  
SECUNDARIA DE UNA INSTITUCIÓN EDUCATIVA PÚBLICA DE LIMA  
METROPOLITANA – 2024

**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 Organizacional

**Autor:**

Alca Guillen, Luis Angel

**Asesor:**

Mendoza Huamán, Vicente E.

ORCID: 0000-0003-1946-6831

**Jurado:**

Valdez Sena, Lucia E.

Portocarrero Ramos, Carlos

Capa Luque, Walter

**Lima - Perú**

**2024**



# TIPOS DE APEGO Y ESTILOS DE AFRONTAMIENTO EN ESTUDIANTES DE SECUNDARIA DE UNA INSTITUCIÓN EDUCATIVA PÚBLICA DE LIMA METROPOLITANA – 2024

## INFORME DE ORIGINALIDAD

21%

INDICE DE SIMILITUD

20%

FUENTES DE INTERNET

4%

PUBLICACIONES

12%

TRABAJOS DEL ESTUDIANTE

## FUENTES PRIMARIAS

1	<a href="https://hdl.handle.net">hdl.handle.net</a> Fuente de Internet	6%
2	<a href="https://repositorio.unfv.edu.pe">repositorio.unfv.edu.pe</a> Fuente de Internet	3%
3	<a href="https://repositorio.autonoma.edu.pe">repositorio.autonoma.edu.pe</a> Fuente de Internet	2%
4	Submitted to Universidad Nacional Federico Villarreal Trabajo del estudiante	2%
5	<a href="https://repositorio.ucv.edu.pe">repositorio.ucv.edu.pe</a> Fuente de Internet	1%
6	<a href="https://repositorio.upch.edu.pe">repositorio.upch.edu.pe</a> Fuente de Internet	1%
7	Submitted to Universidad Femenina del Sagrado Corazón Trabajo del estudiante	1%
8	<a href="https://repositorio.continental.edu.pe">repositorio.continental.edu.pe</a>	



**FACULTAD DE PSICOLOGÍA**

**TIPOS DE APEGO Y ESTILOS DE AFRONTAMIENTO EN ESTUDIANTES DE  
SECUNDARIA DE UNA INSTITUCIÓN EDUCATIVA PÚBLICA DE LIMA  
METROPOLITANA – 2024**

**Línea de investigación:**

**Psicología de los procesos básicos y psicología educativa**

Tesis para optar el Título de Licenciado en Psicología con mención en psicología  
organizacional

**Autor:**

Alca Guillen, Luis Angel

**Asesor:**

Mendoza Huamán, Vicente E.

ORCID: 0000-0003-1946-6831

**Jurado:**

Valdez Sena, Lucia E.

Portocarrero Ramos, Carlos

Capa Luque, Walter

**Lima - Perú**

**2024**

## Pensamientos

“No hay nadie menos afortunado que el hombre a quien la adversidad olvida, pues no tiene oportunidad de ponerse a prueba”

Séneca

“Un viaje de mil millas comienza con el primer paso”

Lao-Tse

### **Dedicatoria**

A mis padres, por su amor incondicional, su apoyo en todo momento a lo largo de mi carrera y por creer siempre en mí. Su aliento fue clave para continuar y finalizar este proceso con éxito.

A mi universidad, por brindarme un espacio de crecimiento. A mis profesores, por sus enseñanzas y conocimientos, que despertaron en mí el deseo de ser mejor, aprender continuamente y seguir avanzando en mi camino profesional.

### **Agradecimiento**

Expreso mi profunda gratitud a mis padres, María y Rogelio, por ser pilares fundamentales en mi desarrollo profesional y brindarme su constante apoyo incondicional.

A Alondra, mi compañera de vida, por creer en mí, por su confianza inquebrantable y por motivarme a superar cada desafío.

A mi alma máter, por ofrecerme el espacio y las herramientas para construir mi camino profesional.

A los docentes que compartieron sus conocimientos y dejaron huella en mí.

Y a mi asesor, el Dr. Vicente Mendoza, por su generosidad al compartir su tiempo y experiencia, acompañándome con disposición en cada etapa de esta investigación.

## ÍNDICE

RESUMEN	ix
ABSTRACT	x
I. INTRODUCCIÓN .....	11
1.1 Descripción y formulación del problema.....	12
1.2. Antecedentes .....	14
1.2.1 Antecedentes Nacionales .....	14
1.2.2. Antecedentes Internacionales.....	18
1.3.1. Objetivos General .....	20
1.3.2. Objetivos Específicos.....	21
1.4. Justificación .....	21
1.5. Hipótesis .....	22
1.5.1. Hipótesis General.....	22
1.5.2. Hipótesis Especificas .....	23
II. MARCO TEÓRICO.....	24
2.1 Apego .....	24
2.1.1. Etapas del apego .....	24
2.1.2. Tipos de apego según Bowlby y Ainsworth.....	25
2.1.3. Apego en la adolescencia .....	29
2.2. Estilos de Afrontamiento.....	30
2.2.1. Estrés.....	30

2.2.2 Afrontamiento .....	31
2.2.3. Modelo teórico de Frydenberg y Lewis .....	32
2.2.4. Características de los estilos de afrontamiento .....	33
2.2.5. Estilos y estrategias de afrontamiento.....	33
2.2.6. Estilos de afrontamiento en la adolescencia .....	37
III. MÉTODO .....	38
3.1. Tipo de investigación .....	38
3.2. Ámbito temporal y espacial .....	38
3.3. Variables.....	38
3.3.1. Apego .....	38
3.3.2. Estilos de afrontamiento .....	40
3.4. Población y muestra.....	42
3.4.1. Población.....	42
3.4.2. Tipo de muestreo .....	42
3.4.3. Muestra .....	42
3.5. Instrumentos.....	43
3.5.1. Cuestionario (CAMI-R).....	43
3.5.2. Escala de Afrontamiento (ASC) De Frydenberg y Lewis.....	43
3.6. Procedimientos.....	45
3.7. Análisis de datos .....	45
3.8. Aspectos éticos.....	46

IV.	RESULTADOS .....	47
4.1.	Análisis de las propiedades psicométricas .....	47
4.1.1.	Variable 1: Tipos de apego .....	47
4.1.2.	Variable 2: Estilos de afrontamiento .....	49
4.2.	Análisis descriptivo de los tipos de apego .....	52
4.3.	Análisis descriptivos de los estilos de afrontamiento .....	53
4.4.	Análisis comparativo de los estilos de apego según sexo .....	53
4.5.	Análisis comparativo de los estilos de apego según año académico .....	54
4.6.	Análisis comparativo de estilo de afrontamiento según sexo .....	54
4.7.	Análisis comparativo de estilo de afrontamiento grado académico .....	55
4.8.	Análisis exploratorio de las variables de estudio .....	55
4.9.	Constatación de hipótesis .....	56
V.	DISCUSIÓN DE RESULTADOS .....	59
VI.	CONCLUSIONES .....	65
VII.	RECOMENDACIONES .....	66
VIII.	REFERENCIAS .....	67

## ÍNDICE DE TABLAS

Tabla 1 Operacionalización de la variable tipos de apego .....	39
Tabla 2 Operacionalización de la variable estilos de afrontamiento.....	40
Tabla 3 Características de la muestra .....	42
Tabla 4 Análisis factorial confirmatorio .....	47
Tabla 5 Análisis factorial exploratorio .....	47
Tabla 6 Estadísticas de fiabilidad de la escala .....	48
Tabla 7 Prueba de KMO y Bartlett .....	49
Tabla 8 Análisis factorial confirmatorio .....	49
Tabla 9 Cargas de los factores.....	49
Tabla 10 Matriz de rotado .....	51
Tabla 11 Estadísticas de fiabilidad de la escala .....	52
Tabla 12 Distribución de tipos de apego.....	52
Tabla 13 Distribución de estilos de afrontamiento .....	53
Tabla 14 Comparación de los tipos de apego según sexo .....	53
Tabla 15 Comparación de los tipos de apego según grado académico .....	54
Tabla 16 Comparación de los estilos de afrontamiento según sexo.....	54
Tabla 17 Comparación de los estilos de afrontamiento según grado académico.....	55
Tabla 18 Prueba de normalidad de Kolmogorov – Smirnov.....	55
Tabla 19 Relación entre tipos de apego y estilos de afrontamiento .....	56
Tabla 20 Relación entre el apego seguro y estilo resolver el problema.....	57
Tabla 21 Relación entre el apego ansioso preocupado y estilo referencia a otros .....	57
Tabla 22 Relación entre el apego evitativo y estilo no productivo .....	58

## RESUMEN

La presente tesis tuvo como objetivo determinar la relación de los tipos de apego y estilos de afrontamiento en adolescentes de una institución educativa privada de Lima metropolitana. La investigación fue de enfoque cuantitativo, diseño no experimental de corte transversal y nivel descriptivo – correlacional. Asimismo, se utilizó el cuestionario de los modelos internos de relaciones de apego (CAMI-R) y la escala de afrontamiento para adolescentes (ACS). Por último, la población estuvo conformada por 207 alumnos de secundaria del 4to y 5to año de una Institución Educativa pública de Lima Metropolitana – 2024. Los resultados evidenciaron que el 48.8% de los participantes, manifiesta un apego evitativo, además el 87.9% de los participantes manifiestan el estilo de referencia a otros. Según los hallazgos existe una relación significativa entre los tipos de apego y estilos de afrontamiento (.002), por lo cual, se concluye que, existe una tendencia a que un aumento del nivel de la primera variable se asocie a la elevación de los puntajes de la segunda variable o viceversa.

*Palabras clave:* estilos de afrontamiento, apego, adolescentes

## ABSTRACT

The objective of this thesis was to determine the relationship between attachment types and coping styles in teenagers from a private educational institution in metropolitan Lima. The research had a quantitative approach, a non-experimental cross-sectional design and a descriptive-correlational level. Likewise, The Questionnaire Of Internal Models Of Attachment Relationships (CAMI-R) and the Coping Scale for Adolescents (ACS) were used. Finally, the population consisted of 207 high school students from the 4th and 5th year of a public educational institution in Metropolitan Lima - 2024. The results showed that 48.8% of the participants showed an avoidant attachment, and 87.9% of the participants showed the style of reference to others. According to the findings, there is a significant relationship between the types of attachment and coping styles (.002), therefore, it is concluded that there is a tendency for an increase in the level of the first variable to be associated with an increase in the scores of the second variable or vice versa.

*Keywords:* teenagers, attachment, coping scale

## I. INTRODUCCIÓN

La adolescencia se define como una fase de evolución hacia la independencia y la autoidentificación, representando un período crucial en el desarrollo emocional de los individuos. En este contexto, las relaciones afectivas y la capacidad para manejar el estrés surgen como factores fundamentales que pueden contribuir significativamente en el equilibrio emocional y el bienestar del individuo.

El apego se define como el lazo emocional entre un infante y sus progenitores, generalmente en los primeros años, y tiene un efecto notable en el desarrollo psicoemocional.

Es esencial comprender los diferentes tipos de apego debido a su influencia en la manera en que las personas establecen y mantienen relaciones, así como en sus percepciones sobre sí mismas, los demás y el mundo que les rodea, y en cómo enfrentan los desafíos cotidianos.

Por otro lado, los estilos de afrontamiento son métodos para lidiar con situaciones de estrés. Estas estrategias, pueden ser recursos conscientes o inconscientes, varían según el temperamento y las características individuales, y juegan un papel primordial en la gestión del estrés y la salud mental.

La interacción entre los tipos de apego y las formas de afrontamiento constituye un área de investigación en expansión. Por lo tanto, es fundamental examinar cómo los patrones de apego pueden englobar en las formas de afrontamiento hacia el estrés, y viceversa, para comprender mejor cómo las personas enfrentan los desafíos y el estrés en su vida diaria.

Es por ello que este trabajo está estructurado en siete apartados. En el primer capítulo se detalla la situación del problema, seguido del marco teórico para el segundo capítulo. La metodología se incorpora en el tercer capítulo, en tanto los resultados y la discusión de los hallazgos se insertan en los capítulos cuarto y quinto respectivamente. En el sexto se ubican las conclusiones y en el séptimo las recomendaciones.

## 1.1 Descripción y formulación del problema

Según Dreyfus (2019) refiere que Morales en el 2013, desarrolló un informe para la Organización Mundial de la Salud (OMS), sobre el vínculo afectivo entre la progenitora y el menor, asimismo hizo énfasis que los niños con problemas emocionales y conductuales e incluso jóvenes que presentaban problemas en el colegio, venían de familias separadas a temprana edad.

A nivel internacional, el Gobierno de México (2022) refirió que el apego contribuye a la solidez de los aprendizajes socioemocionales de la persona, desde la primera infancia y perdurarán hasta la adultez. Además, Massapanta y Núñez (2022), realizaron una investigación en estudiantes de Ecuador, en donde el 23.2% obtuvo una media de apego ansioso y el 38.2% una media de apego evitativo. Con respecto a las dimensiones de los estilos de afrontamiento una media en gestión de dificultades (10.6), autocrítica (7.80), expresión emocional (8.24), pensamiento desiderativo (9.28), apoyo social (8.56), reestructuración cognitiva (9.09).

Asimismo, Alatríste (2023) realizó una investigación en estudiantes de secundaria en México, en donde el 52% experimentaron apego seguro, apego evitativo (17%) y apego ansioso (13.2%). Del mismo modo, Rocha et al. (2019), elaboraron un trabajo en 500 estudiantes de Colombia, en donde se evidenció que el 46.6% experimentaron apego seguro, apego ambivalente (26%) y apego evitativo (27%).

Para Dreyfus (2019), menciona que el apego cumple un rol significativo ya que influyen en la autoestima, capacidad de autonomía, resiliencia y desarrollo personal. Una de las relaciones más importantes son nuestros padres y hermanos (Espinoza, 2019).

A nivel nacional, el Ministerio de Salud (MINSAL, 2019), reportó que el 70 % de los individuos atendidos en los centros de sanidad son niños y jóvenes, la principal problemática son la depresión, ansiedad y la relación con la familia. Contreras (2021), elaboró una investigación en estudiantes de secundaria de Santa Anita, en donde evidenció que el 27.8%

manifestó apego seguro, inseguro ambivalente (44%), inseguro evitativo (18.3%) e inseguro desorganizado (9.6%). Para Vigo (2021) quien realizó un estudio en Lima Metropolitana, encontrando niveles altos de apego inseguro (40%), estilos de apego seguro (27%), apego inseguro preocupado (22%) y estilo de apego inseguro evitativo (11%). Asimismo, en Lima, Tito (2021) en su investigación con 50 escolares de secundaria identificó que el 23.7% de dichos escolares experimentaron estilos de afrontamiento no productivo. Del mismo modo, Rivero (2020) realizó una investigación en estudiantes de Lima, donde experimentaron respecto a las dimensiones: afrontamiento no productivo (25%) y resolución de problemas (69.4%) así como referencia a otros (5.6%).

Rivero (2020) refiere que los estilos de afrontamiento son aquellos métodos y estrategias que utilizan el individuo para manejar el estrés y las situaciones desafiantes. Estos estilos pueden ser negativos o positivos influyendo significativamente en el bienestar emocional y psicológico.

A nivel local, Tafur (2023) elaboró un estudio con escolares de Cajamarca en donde evidenció que el 33.8% de los estudiantes experimentó niveles medios de apego seguro, apego ambivalente (56.3%), apego evitativo (41.3%) y el apego desorganizado (66.9%). Por otro lado, Mendoza (2022), realizó una investigación en estudiantes de secundaria en Arequipa, en donde se reportó que el 37% experimentaron apego evitativo, apego preocupado (61%) y apego seguro (2%).

Además, Riveros y Salvatierra (2022) reportaron un análisis con estudiantes de secundaria en Huancavelica donde el 16.2% presentaron apego seguro, apego evitativo (68.5%) y apego ansioso (15.4%). Por último, Vázquez (2022) en Arequipa, encontró que el 22.6% de los estudiantes experimentó rango alto de mecanismo de adaptación, nivel adecuado (35.8%) y nivel bajo (41.6%). Con relación a las dimensiones de afrontamiento se evidenció que el 44% experimentaron niveles bajos de búsqueda de apoyo social, expresión emocionalmente abierta

(51.9%), focalizada en la solución del problema (36.8%), evitación (24.6%) y auto focalización negativa (47.2%).

Frente a esta realidad es necesario conocer la relación existente entre los tipos de apego y estilos de afrontamientos en estudiantes de una institución educativa pública de Lima Metropolitana.

## **1.2. Antecedentes**

### ***1.2.1 Antecedentes Nacionales***

Ccahuay (2024) llevó a cabo una investigación sobre cómo se relacionan las dimensiones de socialización parental con los estilos de afrontamiento en 187 jóvenes de una escuela en San Juan de Miraflores. El trabajo se enmarcó en un diseño no experimental, y alcance correlacional. Se utilizó la “Escala de Socialización Parental en la adolescencia (ESPA29)” y la “Escala de Afrontamiento para adolescentes (ACS)”. Los hallazgos indicaron una correlación muy débil entre la dimensión de aceptación/implicación parental y los mecanismos de adaptación. Por otro lado, la dimensión de coerción/imposición mostró una asociación débil con el afrontamiento no productivo y la búsqueda de soporte en otros. En conclusión, la relación entre las dimensiones de socialización parental y los estilos de adaptación al estrés fue de carácter muy débil.

Por su parte, López (2023) evaluó la relación entre los tipos de apego y la resiliencia en 110 escolares de una institución educativa en Tarma. El estudio siguió un enfoque descriptivo-correlacional y transversal, con un muestreo probabilístico aleatorio simple. Se utilizaron el “cuestionario CaMir-R” y la “Escala de Resiliencia de Wagnild y Young”. Por último, reflejaron que no existe relación entre las variables ( $p = 0,859$ ). En cuanto a los hallazgos, el 93,6% de los alumnos mostró un apego seguro, mientras que el 89,1% alcanzó un alto rango de resiliencia.

Solano (2023) realizó un estudio enfocado en analizar la correlación entre los tipos de apego y la resiliencia en 240 alumnos en Huánuco. El objetivo principal fue establecer cómo se vinculan estas dos variables. El diseño de la investigación fue correlacional transversal. Para obtener los datos, se utilizaron el “Cuestionario de Modelos Internos de Relaciones de Apego (CaMir-R)” y la “Escala de Resiliencia (ER) de Wagnild y Young”. Se obtuvo, (0.154) y un valor de significancia de 0.011 lo cual indica que, ante la presencia del apego seguro, los niveles de resiliencia (expresados en fortalezas y recursos para enfrentar la adversidad) serán mayores en los adolescentes. En su mayoría, la dimensión con más frecuencia fue “Interferencia en los padres” (67.5%) y la de menor porcentaje fue “Seguridad” (2.9%), en cuanto a la resiliencia se obtuvieron niveles muy bajos.

Asimismo, Rodríguez y Rodríguez (2023) tuvieron como propósito analizar la relación entre las estrategias de afrontamiento y los estilos de apego en 234 alumnos de Lima que consumen drogas de manera moderada. Emplearon el “Cuestionario de estrategias de afrontamiento”, el “Cuestionario de apego CaMir-R”, y una ficha sociodemográfica. Por último, evidenciaron una baja correlación ( $r_w < .30$ ), así como diferencias mínimas entre estas variables según el género ( $\xi < .50$ ). Se concluyó que el involucramiento de los padres en el desarrollo de sus hijos influye el aprendizaje de estrategias de manejo más efectivas, contribuyendo así a la prevención de comportamientos adictivos.

Merlyn y Díaz (2021) investigaron con el propósito de explorar la relación entre los vínculos afectivos y las actitudes en hombres y mujeres en Quito. Los resultados mostraron que el 42.9% de los individuos tenía un apego seguro, mientras que el 57.1% presentó estilos de apego inseguros, distribuidos en apego distante (23.9%), preocupado (15%) y temeroso (18.2%). Al analizar los datos por género, se observó que el 45.6% de las mujeres tenía un apego seguro, mientras que el 54.4% presentó algún tipo de apego indeciso, con un 23.8% en apego distante, 12.7% preocupado y 17.9% temeroso. La investigación concluye que las

personas con dificultades para desarrollar un sentido saludable de autoestima tienden a mostrar más actitudes sexistas.

Gonzáles (2021) tuvo como propósito evaluar la relación entre los estilos de vida y el afrontamiento al estrés en 218 escolares de Lima. El trabajo fue cuantitativo, no experimental y correlacional. Utilizó la “Escala de Estilos de Vida” y el “Cuestionario de Afrontamiento al Estrés abreviado (CAE)”. Finalmente, se reportó que, en el caso de las mujeres, el 24.60% posee un nivel de afrontamiento moderado; asimismo, en relación con los hombres, el 9.63% se ubican en un índice bajo de manejo del estrés. Se determinó que no existe relación.

Aguilar (2021) llevó a cabo un trabajo sobre los tipos de vínculos, los mecanismos de adaptación y los rangos de ansiedad en 103 adolescentes en Arequipa. El objetivo fue determinar cómo el apego y los mecanismos de adaptación influyen en la ansiedad de los jóvenes durante el Covid-19. De enfoque cuantitativo, con un nivel correlacional explicativo y un diseño no experimental. Utilizó el “Cuestionario CaMir-R”, “La Escala de Modos de Afrontamiento”, y el “Inventario de Ansiedad Rasgo-Estado”. Finalmente, reveló que existe una relación significativa, además el 44.8% evidenció ansiedad rasgo y el 52.9% ansiedad estado.

Por su parte, Contreras (2021) investigó cuyo objetivo fue analizar la relación entre los vínculos afectivos y la dinámica del hogar en 115 escolares del distrito de Santa Anita. La investigación fue de enfoque cuantitativo, con un diseño no experimental, transversal y correlacional. Se utilizó el “Cuestionario de Modelos Internos de Relaciones de Apego – R” y una ficha sociodemográfica para obtener indagación detallada sobre la dinámica del hogar de los participantes. Los hallazgos mostraron que los participantes poseen un estilo evitativo (47%) y particularmente en quinto grado, se evidencia un estilo ambivalente (27.5%).

Manco (2020) realizó una investigación para analizar la relación entre la dependencia emocional y los estilos de afrontamiento en 423 jóvenes de una institución educativa en Lurín.

Este estudio fue de tipo correlacional y transversal, ya que los datos se recolectaron en un único momento. Se emplearon los instrumentos: “Escala de Dependencia Emocional de Anicama (ACCA)” y el “Cuestionario de Estilos de Afrontamiento” para la recolección de datos. Los resultados determinaron una relación estadísticamente significativa ( $\rho = -.288$ ;  $p = .000$ ). La investigación concluyó que los jóvenes que presentaban mayores niveles de dependencia emocional hicieron menor uso de los estilos de afrontamiento de tipo resolver el problema y referencia a otros.

Chávez (2019) desarrolló un trabajo sobre las practicas parentales y los mecanismos de adaptación en 167 estudiantes de instituciones segregadas de Lima. Se utilizó el instrumento de Estilos Parentales (control, autonomía, compromiso y estilo parental autoritativo) de Steinberg, Lamborn, Dornbusch y Darling (1992), el cuestionario de Estilos de afrontamiento (ACS) y una ficha sociodemográfica de los datos de los padres. Los resultados evidenciaron que el compromiso y el estilo parentales autoritario mostraron una asociación positiva con el estilo de adaptación productivo, contrariamente, la autonomía y el estilo de adaptación no productivo mostraron una correlación negativa.

Alejo (2019) realizó un estudio correlacional con la finalidad de determinar la relación entre los vínculos afectivos, adaptación y violencia conyugal en 367 damas de un hospital en Chimbote. Se empleó el “Cuestionario de Modelos Internos de Relaciones de Apego (CaMir-R)” y el “Cuestionario de Modos de Afrontamiento” y el “Instrumentos de Índice de Violencia”. Por último, revelaron una correlación altamente significativa entre las representaciones de vínculos y los modos de adaptación centrados en la conmoción ( $p\text{-valor} < .001$ ), así como una correlación negativa fuerte entre la adaptación orientado al inconveniente y la violencia familiar ( $p\text{-valor} < .006$ ). En conclusión, se encontró una correlación alta.

Mendoza (2019) planteó como objetivo principal analizar la relación entre los estilos de socialización parental y los mecanismos de adaptación en 300 estudiantes de Chimbote,

utilizando un diseño no experimental de tipo correlacional simple. Asimismo, utilizó el “Escala de Socialización Parental en la Adolescencia” y la “Escala de Afrontamiento para Adolescentes”. Finalmente, indicaron que la dimensión de aceptación/implicación de ambos progenitores se asoció con los mecanismos de adaptación "referencia a otros" y "resolver el problema". Además, se encontró una correlación entre la dimensión de coerción/imposición del padre con los estilos "referencia a otros" y "no productivo", mientras que, en el caso de la madre, la asociación se limitó al estilo "no productivo". En cuanto a los estilos de socialización parental, el estilo predominante tanto en padres como en madres fue el negligente (67% y 62.3%, respectivamente), seguido del estilo indulgente (26.7% y 23%). Respecto a las estrategias de afrontamiento, los estilos más destacados fueron "referencia a los otros" (76%) y "resolver el problema" (68%).

Pérez y Ñontol (2018) realizaron un estudio para explorar la relación entre los vínculos afectivos y los mecanismos de adaptación en 167 alumnos de una institución educativa en Cajamarca. Para evaluar los vínculos afectivos, se utilizó el cuestionario Camir-R reducido, junto con la escala de Estrategias de Afrontamiento. La investigación se llevó a cabo bajo un enfoque empírico no experimental, con un diseño asociativo y correlacional. Los hallazgos revelaron que un 95.8% de los colaboradores presentaba un estilo de apego inseguro, mientras que solo un 4.2% mostraba un apego seguro. Además, se observó que los mecanismos de adaptación más frecuentemente empleadas por los jóvenes eran las de búsqueda de soluciones encontrándose una correlación significativa.

### ***1.2.2. Antecedentes Internacionales***

Massapanta y Núñez (2023) tuvieron como finalidad analizar la relación entre los estilos de apego y las estrategias de afrontamiento en 323 jóvenes. Emplearon el “Cuestionario de Experiencias en Relaciones Cercanas” y el “Inventario de Estrategias de Afrontamiento (CSI)”, ambos previamente validados y estandarizados para la población ecuatoriana. Los

resultados revelaron una correlación directa baja entre el estilo de apego ansioso y las ocho estrategias de afrontamiento, mientras que el estilo de apego evitativo mostró una correlación positiva únicamente con la autocrítica. En conclusión, se observó que, a mayor presencia de apego ansioso, también aumentan los puntajes en los mecanismos de adaptación, así como en el caso del apego evitativo y las puntuaciones en autocrítica.

Alarcón (2021) tuvo como propósito evaluar la relación entre los vínculos afectivos y los mecanismos de adaptación en 50 mujeres que han sido víctimas de violencia de pareja en Bolivia. Se utilizó el Cuestionario Camir-R y el Inventario de Estrategias de Afrontamiento. Los resultados mostraron que los mecanismos de adaptación más comunes eran el principio desiderativo y la resolución de Inconvenientes. Además, se encontró una correlación entre ambas variables, con un nivel de significación de  $\alpha = 0.05$ .

González et. al (2020) tuvieron como propósito evaluar cómo el estilo de resolución de conflictos de los integrantes de una pareja y la calidad de la relación percibida están influenciados por la configuración diádica del apego en adultos. Se empleó un diseño transversal mediante encuestas en línea y un muestreo no probabilístico, logrando obtener una muestra de 405 parejas heterosexuales de jóvenes adultos españoles con una duración media de relación de aproximadamente 31 meses. Los instrumentos utilizados incluyeron un cuestionario sobre apego adulto, el Experiences in Close Relationships-Revised (ECR-R), el Conflict Resolution Styles Inventory y una encuesta sobre la calidad de la relación. Los resultados no revelaron diferencias significativas entre parejas con estilos de apego coincidentes y no coincidentes. Sin embargo, se observó que la presencia de uno o dos miembros con un estilo de apego seguro estaba significativamente relacionada con una mayor calidad de la relación y un uso menor de estilos disfuncionales para resolver conflictos. En conclusión, para los adultos jóvenes que presentan un apego inseguro, es más beneficioso

contar con una pareja que tenga un estilo de apego seguro que con una que comparta un estilo de apego similar.

Álvarez et al. (2020) analizaron la relación entre los mecanismos de adaptación y las fortalezas de carácter en adolescentes de una institución educativa en Maracaibo, Zulia, Venezuela. Para este estudio, se utilizó un muestreo no probabilístico intencional, abarcando a 300 adolescentes. Se aplicó el Cuestionario de Estilos de Afrontamiento (COPE), que fue traducido y adaptado a la población venezolana por Montero y Oquendo (2000). Las fortalezas de carácter se midieron mediante la Escala Creciendo Fuertes (ECF) de García (2019). Los resultados revelaron un predominio del afrontamiento centrado en la emoción; las mujeres mostraron un enfoque activo para enfrentar situaciones, mientras que los hombres tendieron a recurrir al uso de alcohol y otras drogas. En cuanto a las fortalezas de carácter, se identificaron principalmente la gratitud, el amor, la esperanza, el aprendizaje y la amabilidad. Además, se encontró una relación positiva, aunque de baja magnitud y significativa, entre las principales fortalezas de carácter y los estilos de afrontamiento centrados tanto en la emoción como en el problema.

Espinoza et al. (2018) estudiaron los mecanismos de adaptación y su relación con variables de género y etapas del ciclo vital en 1001 jóvenes de instituciones privadas en la zona urbana de Cuenca, Ecuador. Para la recolección de datos, se utilizó una ficha para recoger información sociodemográfica y el cuestionario de afrontamiento para jóvenes. Según los resultados, se concluyó que las estrategias más comunes entre los adolescentes más jóvenes eran esforzarse, tener éxito y mantener sus logros en privado.

### ***1.3.1. Objetivos General***

Determinar la relación de los tipos de apego y estilos de afrontamiento en estudiantes de secundaria de una institución educativa de Lima metropolitana.

### ***1.3.2. Objetivos Específicos***

- Analizar las propiedades psicométricas de los instrumentos que miden la variable tipos de apego y estilos de afrontamiento.
- Identificar los tipos de apego en estudiantes de secundaria de una institución educativa de Lima Metropolitana.
- Identificar el estilo de afrontamiento predominante en estudiantes de secundaria de una institución educativa de Lima Metropolitana.
- Describir los tipos de apego de los estudiantes de secundaria de una institución educativa de Lima Metropolitana, según sexo.
- Describir los tipos de apego de los estudiantes de secundaria de una institución educativa de Lima Metropolitana, según año de estudios.
- Describir los estilos de afrontamiento de los estudiantes de secundaria de una institución educativa de Lima Metropolitana, según sexo.
- Describir los estilos de afrontamiento de los estudiantes de secundaria de una institución educativa de Lima Metropolitana, según año de estudios.
- Determinar la relación entre las dimensiones de los tipos de apego y las dimensiones de los estilos de afrontamiento en estudiantes de secundaria de una institución educativa de Lima Metropolitana.

### **1.4. Justificación**

Este estudio es significativo pues implica una revisión objetiva y actualizada de los principales aspectos teóricos de ambas variables, tanto los tipos de apego como los estilos de afrontamiento; basada en fuentes confiables como libros, artículos científicos, investigaciones, repositorios, etc. En el caso de tipos de apego, se hace la definición, describen los tipos,

analizan los factores condicionantes de cada tipo y describen las características de cada uno. Con respecto a estilos de afrontamiento, de igual manera se precisan los modelos que describen los estilos de afrontamiento, su definición, tanto en general como de cada uno de los estilos y sus características.

A nivel metodológico, el estudio es una contribución que propondrá nuevos estudios de estas variables, pero con otros tipos de investigaciones como estudios comparativos, descriptivos e incluso experimentales. También servirá para futuras investigaciones con diferentes poblaciones: estudiantes de secundaria, institutos, jóvenes universitarios, etc. Se puede hacer uso de los instrumentos aplicados al contar con validez y confiabilidad actualizada.

Desde el ámbito práctico, este estudio representa un aporte para los psicólogos clínicos, educativos y sociales para implementar acciones cuando trabajen con variables y poblaciones similares, implementando estrategias correctivas y desarrollando factores protectores. Implica una guía para las autoridades relacionadas con salud mental a fin de promover normativas, directivas y lineamientos que permitan afrontar de manera más eficiente y eficaz los problemas vinculados a tipos de apego y estilos de afrontamiento.

Por último, desde un enfoque social, este trabajo favorece el desarrollo integral de la sociedad al promover mejores estilos de afrontamiento entre las personas buscando reducir la prevalencia de estilos de apego inseguros y por ende promoviendo relaciones más saludables y ciudadanos más equilibrados y proactivos.

## **1.5. Hipótesis**

### ***1.5.1. Hipótesis General***

Existe relación significativa entre los tipos de apego y estilos de afrontamiento en adolescentes de una institución educativa pública de Lima metropolitana.

### ***1.5.2. Hipótesis Específicas***

- Existe relación significativa entre las dimensiones de los tipos de apego y las dimensiones de los estilos de afrontamiento en estudiantes de 4to y 5to de secundaria de una institución educativa pública de Lima Sur.

## II. MARCO TEÓRICO

### 2.1 Apego

Según el Diccionario de la Real Academia Española (DRAE) de 2001, el vocablo "apego" se refiere a la afinidad o inclinación hacia algo o alguien. Bowlby (1986) definió el apego como un vínculo profundo que se establece entre el menor y progenitores, que suelen ser los padres o cuidadores principales. Este vínculo es fundamental, ya que la calidad de la relación de apego influye en cómo los bebés perciben y responden a su entorno. Gago (2016), citado por Contreras (2021), amplía esta idea al mencionar que Bowlby considera el apego como un sistema de comportamientos evolutivos, impulsado por sentimientos de miedo, afecto y necesidad de cuidado.

Para Waters y Hamilton (2000) el vínculo afectivo se mantiene como un sistema dinámico. Esto implica que, aunque presenta una cierta estabilidad, evoluciona con el desarrollo del individuo y puede cambiar debido a la experiencia de eventos emocionales significativos.

Por otro lado, López (2009) citado por Manrique (2021) describe el apego como el vínculo afectivo fundamental que los niños establecen durante sus primeros años con sus cuidadores, un lazo que perdura a lo largo de su vida. Incluso ante la muerte de estos cuidadores, seguirán siendo figuras afectivas de gran relevancia en la existencia del individuo.

#### *2.1.1. Etapas del apego*

Según Bowlby construía la teoría sobre el apego, descubrió que el apego incluye cuatro periodos identificados por la relación que desarrolla con su cuidador (Bowlby, 1979).

**2.1.1.1 Primera etapa de pre-apego.** Esta ocurre en las seis primeras semanas de vida de las personas, cuando el niño no percibe ninguna preferencia por alguien en específico y acepta con gusto a cualquier cuidador que pueda brindarle consuelo. Según Bowlby (1979) en

esta fase, la conformidad del niño con su madre es todavía rudimentaria, y el vínculo de apego se encuentra en una etapa relativamente frágil.

**2.1.1.2 Segunda etapa de formación.** Ocurre después de un mes y 2 semanas de la primera etapa de pre-apego y los primeros ocho meses. Aquí el infante muestra los primeros signos de angustia y malestar ante la separación de su cuidador, ya que su discriminación entre estos va mejorando y responde de diferente con cada uno de ellos. Sin embargo, aún no se observan atenciones evidentes del bebe hacia su figura materna y tampoco rechaza la interacción con otros adultos.

**2.1.1.3 Tercera etapa de apego.** En esta etapa se extiende hasta los dos años, aquí se forma y consolida el vínculo emocional de apego con el apego y se observa la búsqueda, necesidad y signos de enfado cuando se separa de ella, mostrando signos de rechazo físico hacia otros adultos distintos a su figura principal de apego. Además, en esta etapa el niño se ve capaz de explorar su entorno de manera más activa, con más confianza y buscar cercanía con cuidadores específicos.

**2.1.1.4 Cuarta etapa de relaciones reciprocas.** En esta etapa final, que comienza alrededor de los dos años, se fortalece el vínculo de apego y el niño comprende que la distancia de su progenitora es solo transitoria. Esto le permite desarrollar la habilidad de calmar su ansiedad y formar representaciones de sus tutores, especialmente con el surgimiento del lenguaje, lo que le facilita lidiar con su ausencia (Bowlby, 1979).

2.1.2. Tipos de apego según Bowlby y Ainsworth

### ***2.1.2. Tipos de apego según Bowlby y Ainsworth***

Los niños desarrollan cuatro tipos distintos de apego que emergen en función de la atención que reciben de sus cuidadores en la infancia. Dichos estilos de apego son: seguro, ansioso, evitativo y desorganizado.

### **2.1.2.1 Apego Seguro**

Bowlby y Ainsworth (1978) señalan que el vínculo seguro está presente en niños que sienten un deseo equilibrado de explorar su entorno y buscar protección de su cuidador cuando percibe dificultades o peligro; ante la separación de sus cuidadores, suele reflejar inseguridad y enfado, pero están felices cuando estos regresan. El haber recibido un cuidado apropiado de parte de sus cuidadores durante su infancia les permite desarrollar una autopercepción positiva y de los demás, fomentando su sentido de confianza su entorno, su autoconcepto y autodeterminación. Esto facilitaría el desarrollo de una autoestima elevada, confianza en la capacidad personal y una mayor habilidad para planificar el futuro de manera autónoma y proactiva (Lafuente y Cantero, 2010).

En la adultez, una persona con apego seguro tiende a ser coherente y utiliza un enfoque colaborativo en su comunicación. Valora las relaciones afectivas y aborda las diversas situaciones con objetividad. Su manera de describir y evaluar las experiencias relacionadas con el apego es consistente, independientemente de si esas experiencias son positivas o negativas. En cuanto a las relaciones románticas, los sujetos con este tipo de apego se sienten apoyados cuando lo necesitan y sienten comodidad dentro de su relación, disminuyendo de esta manera el miedo a ser abandonados. Esto es resultado de las vivencias mayormente positivas que han experimentado, lo cual los lleva a esperar que sus futuras relaciones funcionen bien (Lafuente y Cantero, 2010).

### **2.1.2.2 Apego Evitativo**

Los escolares suelen evidenciar una tendencia a evadir a sus cuidadores y padres. Esta actitud de evasión se intensifica tras un periodo de separación de sus cuidadores. En estos casos, el niño continúa explorando y parece no verse afectado por la ausencia o el regreso de su madre o cuidador, lo que puede ser un comportamiento defensivo que se asemeja a la desconexión

(Bowlby y Ainsworth, 1978). Aunque estos niños no suelen rechazar las atenciones de sus cuidadores, tampoco buscan consuelo ni contacto, y no muestran preferencia entre un cuidador y una persona desconocida.

A medida que van creciendo, los sujetos con apego evitativo desarrollan una autopercepción positiva, pero una impresión negativa del resto de personas (Bartholomew y Horowitz, 1991).

Esto puede ser resultado del aprecio que recibió cuando estaba emocionalmente bien y la satisfacción de las expectativas de sus cuidadores (figuras de apego), es por ello que, a pesar de no tener sus necesidades de apego satisfechas, ha conseguido satisfacer ciertos deseos de sus padres y se siente valorado. Sin embargo, debido a que el aprecio está condicionado por el logro de sus metas, su autoestima en parte se construye a través de estrategias defensivas. Compensa las experiencias negativas en su vida personal enfocándose en logros alternativos en áreas como lo material, académico o profesional, moldeando su autoconcepto alrededor del sentimiento de competencia personal. Además, al prever la ausencia de sus figuras de apego, elude o rechaza la necesidad de asistencia o atención, creyéndose capaz de valerse por sí mismo. De esta manera oculta su temor a confiar en los demás (Lafuente y Cantero, 2010).

En las relaciones amorosas, se identifica por la disminución de seguridad en su pareja debido a que consideran que serán rechazados o les fallarán en algún momento. Por consiguiente, se vuelven independientes, se aíslan emocionalmente y se distraen con actividades no sociales para evitar la ansiedad. De esta manera minimizan el valor de las relaciones afectivas, evaden la intimidad y el contacto físico con la intención de protegerse y preservar su autoconcepto.

### **2.1.2.3. Apego Ansioso**

Los niños con apego ansioso suelen sentir mucha desconfianza con los extraños y muestran una angustia considerable cuando son separados de sus cuidadores, sin embargo, no parecen tranquilizarse ni les reconforta cuando ellos vuelven (Bowlby y Ainsworth, 1978).

El sujeto que posee este tipo de vínculo muy probablemente recibió un trato impredecible de sus cuidadores o figuras de apego, es así como desarrollaron un modelo negativo de autoconcepto (baja autoestima) y modelo positivo de su entorno (deseo de aprobación/afecto). Este apego supone mucha incertidumbre sobre uno mismo, (rara vez se sabe cuándo, dónde y por qué sucederá su próximo rechazo, ataque o intercambio positivo), además de sentirse incomprendido por los demás y temer ser juzgado y culpado por ellos. Al desconfiar de la respuesta de sus figuras de apego, considera que lo más apropiado es mantenerse muy cerca de ellas, ser sumiso y adoptar una actitud vigilante hacia ellas (Lafuente y Cantero, 2010).

En cuanto a las relaciones amorosas, la pareja del sujeto con apego ansioso denota una falta de satisfacción (su pareja no le cuida adecuadamente ni muestra compromiso suficiente, lo que le genera una falta de confianza hacia en la pareja). Tiene dudas sobre el amor y dedicación de su pareja lo que les provoca inquietud y ansiedad por la posibilidad de ser abandonados. Por esta razón, permanecen alerta y se esfuerzan en lograr que su pareja se preocupe por ellos, utilizando estrategias como la exageración de su malestar y presentando conductas de celos.

### **2.1.2.4. Apego desorganizado**

Los niños evidencian una notable falta de conexión emocional, manifestando miedo, lejanía y desorganización. Sus interacciones con los cuidadores suelen ser una combinación confusa de comportamientos que abarcan tanto la evitación como la resistencia. Además,

presentan escaso contacto visual, su conducta es ambivalente y perciben que su figura de apego no les proporciona la seguridad que necesitan. Los niños experimentan necesidad de protección y a la vez rechazo y agresión, lo cual provoca que se sienta en un estado desorganización o desorganización afectiva, debido a que, a pesar de necesitar la protección de su figura de apego, también siente temor hacia ella. Por lo tanto, el patrón de apego desorganizado se ha relacionado con en el comportamiento de los padres, así como vinculado a casos de maltrato o un sufrimiento durante períodos de duelo.

De manera similar, Repetur y Quezada (2005) señalan que el apego desorganizado está vinculado a experiencias de violencia, negligencia y abuso sexual. Por lo tanto, es comprensible que surja de una autoimagen caótica y pueda llevar al desarrollo de trastornos de la personalidad. La inestabilidad en la autopercepción, la propensión a la impulsividad, las fluctuaciones emocionales y el riesgo de conductas suicidas en individuos suele tener su origen en una relación traumática entre el cuidador y el infante, lo que resulta en un apego desorganizado.

### ***2.1.3. Apego en la adolescencia***

Durante la infancia, el apego se concibe como los métodos de autorregulación que los jóvenes emplean con sus tutores ante situaciones de peligro, amenaza o malestar. Sin embargo, al entrar en la adolescencia, este enfoque se transforma, ya que el apego empieza a dirigirse hacia la familia, los amigos, los pares y las relaciones románticas (Muela et al., 2016).

#### **2.1.3.1. Apego seguro en la adolescencia**

Los que tienen un apego seguro tienden a mantener diálogos constructivos con sus padres, donde ambos se involucran y frecuentemente alcanzan acuerdos. Muestran respeto por la autoridad paterna y comprenden que las diferencias de opinión no afectan el cariño que reciben de ellos. Si bien pueden desafiar y criticar a sus padres o rebelarse, también buscan

establecer límites y recurren a ellos en busca de orientación y apoyo en momentos difíciles, ya que confían en que obtendrán respeto, comprensión y consejos cuando lo necesiten (Loizaga, 2016).

### **2.1.3.2. Apego inseguro en la adolescencia**

La búsqueda de autonomía puede ser vista como un desafío a la autoridad parental, lo que complica las conexiones emocionales entre padres e hijos. Los adolescentes con un estilo de apego evitativo suelen optar por retirarse durante las discusiones, y su escasa conexión con la figura de apego dificulta la negociación en conflictos, llevándolos a rechazar a sus padres y, en ocasiones, a romper la relación. En contraste, los adolescentes con apego ansioso tienden a participar en discusiones intensas y poco constructivas, lo que resulta en una disminución de su autonomía y en una sensación de incompreensión por parte de sus padres (Loizaga, 2016).

## **2.2. Estilos de Afrontamiento**

### **2.2.1. Estrés**

Para Lazarus y Folkman (1986) la tensión se desarrolla a través de un proceso dinámico que destaca la influencia del entorno y los diversos eventos que ocurren en él. Esto pone de relieve cómo la interacción entre el individuo y el entorno genera reacciones en respuesta a esos acontecimientos.

El estrés se manifiesta como una reacción frente a demandas externas, marcada por una activación fisiológica que predispone a la persona para la acción (Guevara et al., 2001, citado por Tito, 2021). Se sabe que el estrés implica cambios en el funcionamiento físico y afecta a la conducta, es decir, motiva al individuo con el objetivo de aliviar la incomodidad generada por el estrés.

Por su parte, (Vallejo, 2007, citado por Condori, 2020) lo define como el conjunto de respuestas sean físicas o psicológicas con el fin de favorecer la adaptación del individuo, pero que conlleva un coste emocional cuando aparece con gran intensidad.

### ***2.2.2 Afrontamiento***

El termino de afrontamiento se viene utilizando desde hace décadas para referirnos al estrés y los mecanismos de adaptación ante situaciones estresantes. Este constructo se viene desarrollando desde décadas atrás, destacando la importancia de las acciones que toma el individuo para hacer frente al problema.

De acuerdo con lo señalado por Lazarus (1966) define el afrontamiento como las tácticas que utiliza un individuo para manejar las amenazas. Por su parte, Lipowski (1970) amplía esta idea, describiendo la adaptación como un complemento de actividades cognoscitivas y motoras que el sujeto emplea para salvaguardar su bienestar y compensar las limitaciones que enfrenta.

Asimismo, Pearlin y Schooler (1978) lo definieron como la contestación externalizada frente a la coacción del entorno, cuyo fin es prevenir, evitar o manejar todo malestar o tensión emocional, es decir, se presenta como un medio por el cual se intenta disminuir o aliviar la tensión del sujeto, provocado por el suceso estresante o por lo menos la percepción de este. Posteriormente Lazarus y Folkman (1986) realizaron estudios más extensos sobre este concepto y definieron la adaptación como todos los energías mentales y comportamentales que el ser humano emplea para afrontar una situación estresante. Así también describen este concepto como un asunto dinámico y cambiante en el que la persona enfrenta diferentes estímulos de los que se siente en carencia de recursos para enfrentarlos, es así que el afrontamiento aparece como resultado de la necesidad de recursos frente a las exigencias del ambiente.

Frydenberg (1997) señalan que el afrontamiento al estrés como una habilidad psicosocial en donde se desarrollan competencias a nivel cognitivo y conductual, que le permitirá al sujeto hacer frente a las exigencias diarias. Estas exigencias aparecen al alcanzar la edad adulta con las presiones del trabajo, problemas económicos, pareja; asimismo en la adolescencia se relaciona más con la preocupación de alcanzar logros, preocupaciones familiares, separación de los padres, elegir una carrera profesional, etc.

### ***2.2.3. Modelo teórico de Frydenberg y Lewis***

Según Frydenberg y Lewis (1996) la adaptación aparece frente a distintas situaciones de tensión o estrés, estas desarrollan diversas habilidades y conductas con la finalidad de asegurar la integridad y seguridad del sujeto; de modo que estas direccionen a un estado más reconfortante, entendiendo que son habilidades que se aplican ante estímulos determinados para evitar verse afectado.

No contar con habilidades que nos permitan afrontar los estímulos estresantes pueden provocar comportamientos inapropiados frente a los acontecimientos cotidianos de las personas lo que aumenta la probabilidad de desarrollar expectativas erróneas y de tener un trastorno psicológico. Esto puede agravar los síntomas negativos o contribuir a recaídas en problemas psicológicos anteriores.

Al hablar de afrontamiento hace referencia a una serie de conductas y pensamientos creados para mantener la persistencia de la persona frente a las demandas expuestas y depende en gran medida tanto del entorno que se encuentre como los posibles cambios que puedan aparecer, enfocándose en la experiencia y el sentir que se experimenta en el momento, en contraposición a las reacciones emocionales o impulsivas, los cuales se consideran respuestas más básicas.

#### ***2.2.4. Características de los estilos de afrontamiento***

A medida que van creciendo las personas van adquiriendo distintitos estilos de afrontamiento basándose en sus experiencias, historia familiar y la manera en cómo han sido educados. Conforme los niños crecen, tienden a repetir ciertas estrategias para lidiar con sus propias reacciones, hasta el punto en que algunas estrategias se vuelven más arraigadas que otras, constituyendo así su modo particular de enfrentar los problemas.

Los adolescentes que tienen redes de apoyo social podrían encontrarse en una mejor posición en la que son mucho más efectivos para enfrentar todas estas eventualidades, logrando un resultado más positivo y siendo ellos mismos quienes determinen como enfrentar estas situaciones personales. Es así que, a medida que los individuos van perfeccionando los métodos para hacer frente a la situación, comprenden la importancia de abordar con mayor determinación sus inconvenientes (Arias et al., 2012).

#### ***2.2.5. Estilos y estrategias de afrontamiento***

Son patrones habituales que influyen en cómo una persona reacciona ante diversas situaciones, orientando sus actitudes, comportamientos y respuestas emocionales frente a diversas situaciones, sin embargo, estos estilos no son fijos y pueden cambiar con el tiempo a medida que la persona vive diferentes experiencias.

En base a las investigaciones realizadas por Lazarus et al. (1993) desarrollaron el modelo que se compone por tres estilos de afrontamiento, los cuales agrupan diversos tipos de estrategias con la misma finalidad, emplear recursos para afrontar las exigencias del día a día.

Para Frydenberg (2010) los estilos de afrontamiento agrupan las estrategias que usa la gente, sin embargo, no todos emplean las mismas estrategias y tampoco usan una misma frente a todos los problemas. Así, se sugieren 18 escalas o estrategias que se organizan en tres tipos de adaptación: el estilo orientado a la resolución de problemas, la forma de búsqueda de apoyo

en otros y el estilo de afrontamiento ineficaz. Según la autora, los dos primeros se consideran funcionales, mientras que el tercero es clasificado como disfuncional.

### **2.2.5.1. Estilo dirigido a resolver el problema**

Se define por centrarse en tomar acción para cambiar su situación y encontrar soluciones apropiadas para enfrentar la problemática, manteniendo una actitud positiva. Además, (Lazarus et al., 1993 citado en Zambrano, 2023) señalan que las personas no solo realizando conductas modificadoras frente a la fuente estresante, sino que también implica un cambio personal.

Según Frydenberg (2010), establece 7 componentes:

**A. Concentrarse en resolver el problema:** Se enfoca en solucionar el problema mediante un análisis sistemático y exhaustivo, lo que permite a la persona abordarlo y estudiarlo en profundidad para aprender cómo modificarlo eficazmente, considerando diferentes perspectivas y opciones disponibles.

**B. Esforzarse y tener éxito.** Implica dirigir el comportamiento hacia el compromiso, la ambición y la dedicación al enfrentar una situación específica, mediante acciones que ponen de manifiesto estos valores y que permiten a la persona abordarla con determinación y esfuerzo.

**C. Invertir en amigos íntimos.** Implica que el ser humano se esfuerza por comprometerse en relaciones personales íntimas, buscando así estar comprometido con una o varias personas, y activamente busca este tipo de conexión personal.

**D. Buscar pertenencia.** El individuo muestra interés por sus relaciones interpersonales, especialmente en lo que respecta a formar parte de un grupo. Esto refleja la inquietud e interés del individuo por sus relaciones con los demás en general.

**E. Fijarse en lo positivo.** Esto refleja un enfoque optimista de la demanda actual, donde la persona mantiene la esperanza y cree firmemente que las cosas saldrán bien, mostrando una propensión positiva.

**F. Buscar actividades recreativas.** Esta estrategia se define por la indagación de acciones de ocio y relajación en lugar de centrarse en buscar apoyo. Implica dedicarse a actividades como leer, pintar, escuchar música, entre otras, con el objetivo de relajarse y desconectar.

**G. Distracción física.** Esto implica una dedicación específica a la actividad física, centrándose en el deporte, el esfuerzo físico y el mantenimiento de la forma física.

#### **2.2.5.2. Estilo de referencia a otros**

Según Frydenberg (2010), en este estilo de afrontamiento el sujeto busca apoyarse en los demás y compartir sus problemas con las personas. De acuerdo con (Lazarus et al., 1993 citado en Fernández, 2009); cuando el sujeto nota que no puede cambiar el ambiente amenazante, tiende a enfocarse a controlar el malestar emocional que resulta de la demanda estresante o asociado a este. Las estrategias de este estilo de afrontamiento son:

**A. Buscar apoyo social.** Hace referencia en la inclinación a colaborar la situación con el entorno y buscar soporte, permitiendo que la persona obtenga ayuda en la solución del problema al compartirlo con otros.

**B. Acción social.** Esta estrategia implica que el individuo realice una acción y proporcione conocimientos sobre el problema a otras para obtener su ayuda. Esto puede lograrse a través de diversas acciones, como escribir peticiones u organizar actividades grupales, con el objetivo de obtener asistencia y apoyo en la resolución de la problemática.

**C. Buscar apoyo espiritual.** Esta estrategia implica las actividades espirituales, como la oración en el apoyo espiritual de Dios, reflejando una tendencia a buscar ayuda espiritual y confiar en ella para afrontar situaciones difíciles.

**D. Buscar ayuda profesional.** Se basa en averiguar la asesoría y orientación de un profesional experimentado para resolver un problema, aprovechando los servicios especializados ofrecidos por expertos como psicólogos, profesores o médicos.

### 2.2.5.3. Estilo no productivo

Según Frydenberg (2010) en este estilo principalmente se hace uso de la evitación, por lo que ninguna de las estrategias será de ayuda para solucionar el problema. Las estrategias vienen a ser las siguientes:

**A. Preocuparse.** Se caracteriza por centrarse en la preocupación generada por el problema y en las inquietudes sobre el futuro, especialmente en relación con la propia felicidad, reflejando un temor general hacia lo que está por venir.

**B. Hacerse ilusiones.** Esta estrategia se caracteriza por la presencia de pensamientos esperanzadores en los cuales la persona anticipa soluciones positivas y un final feliz, a pesar de que esta visión pueda diferir de la realidad y del resultado final, basándose en la esperanza y en la expectativa optimista de que las cosas se resolverán favorablemente.

**C. Falta de afrontamiento.** Refleja la discapacidad del sujeto para solucionar el problema y su tendencia a experimentar síntomas psicósomáticos como resultado, evidenciando una falta de capacidad para enfrentarse al problema de manera efectiva.

**D. Ignorar el problema.** Esta estrategia denota una energía sensata por parte de la persona para negar el conflicto que enfrenta o desatenderse de él evidenciando una actitud de negación deliberada ante la situación.

**E. Reducción de la tensión.** Implica que el sujeto busca sentirse mejor y aliviar la tensión a través de acciones como el consumo de sustancias nocivas como el alcohol reflejando un esfuerzo por mejorar su estado emocional, aunque pueda recurrir a métodos inadecuados.

**F. Reservarlo para sí mismo.** Esta estrategia refleja la tendencia del individuo a alejarse de los demás y ocultarles sus problemas con la intención de evitar que sepan sobre su situación.

**G. Autoinculparse.** Incluye comportamientos que indican que el individuo se percibe a sí mismo como el causante y responsable de los inconvenientes y preocupaciones que enfrenta, reflejando una tendencia a atribuirse la responsabilidad de su situación.

### ***2.2.6. Estilos de afrontamiento en la adolescencia***

Durante la pubertad surgen múltiples responsabilidades que pueden generar tensiones, tales como los desafíos académicos, la indecisión ante el futuro, conflictos familiares, presiones sociales, problemas en cuanto al uso del tiempo libre, vínculos amorosos y dificultades de autoaceptación. La conducta propia de la adolescencia se integra en una serie de desafíos que en consecución promueven el bienestar psicológico personal. De acuerdo con lo señalado por Frydenberg (1997) varias de las conductas riesgosas que aparecen en esta etapa como el consumo de sustancias, la promiscuidad, trastornos alimenticios y violencia, surgen como resultado de la incapacidad de ciertos adolescentes enfrentar sus problemas.

## III. MÉTODO

### 3.1. Tipo de investigación

El presente trabajo corresponde al enfoque cuantitativo de diseño no experimental de naturaleza transversal, dado que se basa en la recolección de datos numéricos para examinar la relación de las variables, habiendo recolectado los datos en un momento específico y orientado al análisis de las variables en su estado natural, sin ningún tipo de intervención o modificación. La investigación es de tipo descriptivo – correlacional; describe y determina el grado de correlación de dos variables de forma directa o inversa (Hernández et al., 2014).

### 3.2. Ámbito temporal y espacial

Se realizó con una población escolar de una institución educativa pública de Lima Sur comprendiendo un periodo de tiempo desde enero a agosto del 2024.

### 3.3. Variables

Las variables seleccionadas para esta investigación fueron: Tipos de apego y Estilos de afrontamiento al estrés.

#### 3.3.1. Apego

**3.3.1.1. Definición conceptual:** Se refiere al vínculo emocional que perdura con una figura, como los padres, y se desarrolla a lo largo de nuestra vida, siendo las experiencias iniciales un factor determinante en las relaciones con los demás (Armsden y Greenberg, 1987).

**3.3.1.2. Definición operacional:** Se medirá mediante el cuestionario de Modelos Internos de Relaciones de Apego - Camir-R (reducido) elaborados por Muela Alexander y Lacasa Fernando para identificar los tipos de vínculos.

**Tabla 1***Operacionalización de la variable estilos de apego*

<b>Indicadores</b>	<b>Definición</b>	<b>Ítem</b>	<b>Rango</b>
Seguridad	Sentirse querido por sus figuras de apego, poder confiar y saber que están disponibles cuando las necesita.	1, 2, 3, 4, 5, 6, 7	
Preocupación familiar	Percepción de intensa ansiedad y excesiva preocupación ante la separación de sus figuras de apego.	8, 9, 10, 11, 12, 13	
Interferencia de los padres	Hace referencia a los recuerdos de sobreprotección en la infancia, temor y preocupación por el abandono.	14, 15, 16, 17	Likert de 5 puntos: MD=1 ED=2 NN=3 DA=4 MA=5
Autosuficiencia y rencor hacia los padres	Describe el rechazo a los sentimientos de dependencia y reciprocidad afectiva, así como el rencor hacia sus figuras de apego.	24, 25, 26, 27	
Traumatismo infantil	Se refiere a los recuerdos de haber experimentado falta de disponibilidad, violencia y amenazas de sus figuras de apego en la infancia.	28, 29, 30, 31, 32	

### 3.3.2. Estilos de afrontamiento

**3.3.2.1. Definición conceptual:** Se refiere a los esfuerzos cognoscitivos y comportamentales, que una persona emplea para enfrentar las situaciones externas y/o internas que perciben como desbordantes a los recursos del sujeto (Carver y Scheiver, 1994).

**3.3.2.2. Definición operacional:** Se definen por las puntuaciones obtenidas de la Escala de los estilos de Afrontamiento (ACS) de Frydenberg y Lewis (1996) adaptado en población adolescente de Lima por Moran en 2019.

**Tabla 2**

*Operacionalización de la variable estilos de afrontamiento*

Dimensiones	Indicadores	Ítems	Rango
Resolver el problema	Orientarse a solucionar problemas	2, 3, 5, 16, 18,	NH=0 RV=1 AV=2 AM=3 MF=4
	Esforzarse y tener éxito	19, 21, 22, 24,	
	Invertir en amigos íntimos	34, 36, 37, 39,	
	Centrarse en lo positivo	40, 42, 52,	
	Relajarse y buscar momentos de diversión	54, 55, 57,	
		58, 60, 70,	
	Distracciones físicas	73, 74, 76	
Referencia a otros	Buscar ayuda del entorno social	1,10,11, 15, 17,	
	Buscar ayuda espiritual	20, 29, 33, 35, 38,	
	Realizar acciones sociales	47, 51, 53, 56, 65,	
	Buscar ayuda profesional	69, 71, 72	

---

		7, 8, 4, 6, 9,
		14, 13, 12, 25,
	Preocupaciones	23, 26, 30, 28,
No	Deseo de pertenencia	27, 31, 32, 41,
productivo	Crearse ilusiones	43, 44, 45, 46,
		48, 49, 61, 59,
	Escaso afrontamiento	50, 64, 63, 62,
	No centrarse en soluciones	67, 66, 68, 75,
		78, 77, 80, 79
	Autoculparse	

---

### 3.4. Población y muestra

#### 3.4.1. Población

La población está definida por 207 estudiantes de 4to y 5to de secundaria de ambos sexos de una institución educativa pública de Villa el Salvador matriculados en el año escolar 2024.

#### 3.4.2. Tipo de muestreo

El tipo de muestreo fue no probabilístico intencional, debido a que la elección de los participantes se debió por intereses personales y de los directivos de la institución de evaluar a todos los alumnos. Por ello se decidió evaluar a todos los estudiantes que asistieran a clase el día de la evaluación y estuvieran dispuestos a participar de la investigación (Hernández et al., 2014).

#### 3.4.3. Muestra

Según lo descrito anteriormente la muestra queda definida por 207 alumnos de 4to. y 5to. año de secundaria de una institución educativa de Lima Metropolitana, según se explica en la tabla 3.

**Tabla 3**

*Características de la muestra*

	Variabes	Cantidad	Porcentaje
Nivel de estudio	4to año	106	51.2%
	5to año	101	48.8%
Genero	Mujer	123	59.4%
	Varón	84	40.6%
Edad	15 años	85	41.1%
	16 años	101	48.8%
	17 años	21	10.1%
		207	100%

### **3.5. Instrumentos**

#### ***3.5.1. Cuestionario de Modelos Internos de Relaciones de Apego, Versión Reducida (CAMI-R).***

Autores: Balluerka et al. (2011) trabajaron en la traducción de la prueba empleada; versión española del CAMIR-R reducido, la cual cuenta con niveles aptos de validez y confiabilidad.

Esta versión de la prueba está compuesta por 7 indicadores y 32 ítems de los cuales, insertos en las dimensiones: Apego seguro, Apego inseguro preocupado, Apego inseguro evitativo y Apego desorganizado. Sin embargo, no se analizará con detalle las dimensiones de Valor de la autoridad de los padres y Permisividad parental, los cuales contienen tres ítems cada uno (seis en total), puesto que dichos indicadores (Consistencia estructura familiar) no evalúan los tipos de apego que se solicita, por lo cual la interpretación no será considerada ya que no se relacionan con los objetivos de este estudio. En conclusión, solo se analizarán 26 ítems de los indicadores mencionados anteriormente.

De acuerdo con el análisis de las propiedades psicométricas, en el análisis de constructo a través del AFE, el valor KMO arrojó .871 con una esfericidad de Bartlett de .000. Es importante mencionar que en el análisis factorial confirmatorio los valores CFI y TLI fueron de .90, asimismo el valor SRMR y RMSEA fue de .05

En la confiabilidad los valores de Alfa de Cronbach y Omega fueron de .644 y .711. Lo que demuestra que su uso es confiable para aplicarlo a la muestra.

#### ***3.5.2. Escala de Afrontamiento para Adolescentes (ASC) De Frydenberg y Lewis.***

Se utilizó la versión de Canessa del 2002 quien realizó la adaptación psicométrica de las Escalas de Afrontamiento para Adolescentes de Frydenberg y Lewis en Lima metropolitana.

Asimismo, cuenta con niveles aptos de validez y confiabilidad para la población peruana (Canessa, 2002).

Este instrumento es un inventario de auto informe para adolescentes de 12 a 18 años y permite medir 18 estrategias de afrontamiento que se agrupan en 3 estilos de afrontamiento. El estilo resolver el problema se entiende como todo esfuerzo orientado a resolver la situación problemática, manteniendo un actitud positiva y optimista.

El estilo de referencia a otros se relata como los intentos dirigidos a abordar el problema con la ayuda de otros individuos, profesionales o ayuda espiritual. En este se incluyen estrategias como: buscar apoyo social, buscar pertenencia, invertir en amigos íntimos, entre otros.

Por el contrario, el estilo no productivo está asociada a la incapacidad para abordar el problema directamente, lo que resulta en el empleo de acciones que no resuelven el problema, pero pueden proporcionar un alivio temporal. En este estilo de afrontamiento se encuentran: Preocuparse, falta de afrontamiento, hacerse ilusiones, ignorar el problema, falta de afrontamiento, reducción de la tensión, auto inculparse y reservarlo para sí mismo.

De acuerdo con el análisis de las propiedades psicométricas, en el análisis de constructo a través del AFE el valor KMO arrojó .841 con una esfericidad de Bartlett de .000. Además, el análisis factorial confirmatorio los valores CFI y TLI fueron de .922 y .908, asimismo el valor RMSEA fue de .054.

En la confiabilidad los valores de Alfa de Cronbach y Omega fueron de .70. Lo que demuestra el uso confiable para aplicarlo. Asimismo, debido al análisis estadístico se procedió a eliminar ítems, siendo un total de 16.

### **3.6. Procedimientos**

En la primera fase se empezó con la exploración a detalle de la literatura y el desarrollo de la investigación, que incluyó la elaboración del apartado dos y la selección de los cuestionarios para la recolección de datos.

Posteriormente, se solicitó el permiso respectivo de las autoridades escolares a cargo del colegio donde se aplicaron los instrumentos, asegurando así la total disposición de los participantes.

Como tercera fase se procedió con la recolección de los datos mediante la aplicación de los instrumentos, explicando el propósito de la evaluación, el anonimato en los resultados y la confidencialidad, así como la importancia de su colaboración en este estudio.

En la cuarta fase se llevó a cabo la eliminación de las pruebas incompletas, que fueron mal respondidas o que contenían ambigüedades. Seguidamente se hizo la codificación en el programa SPSS versión 26 y aplicaron los estadísticos correspondientes para después presentar los resultados en figuras y tablas.

Finalmente, en la quinta fase se procedió a la revisión, últimas correcciones, redacción de la discusión, conclusiones y recomendaciones.

### **3.7. Análisis de datos**

Para el procesamiento del trabajo y análisis estadístico, se empleó el programa Microsoft Excel para elaborar la base de datos y hacer los ajustes que fueran necesarios. Posteriormente la base de datos obtenida fue exportada al software SPSS (versión 26), donde se realizaron los análisis descriptivos de cada variable, se obtuvo las frecuencias, porcentajes, desviación estándar para resolver los objetivos planteados en la investigación.

Asimismo, se realizó el análisis psicométrico mediante los estadísticos alfa de Cronbach para obtener la confiabilidad. Finalmente se aplicó como correlación principal el estadístico Chi cuadrado para obtener el grado de correlación de las variables

### **3.8. Aspectos éticos**

Los aspectos éticos del estudio garantizaron la protección hacia los participantes, asegurando que se lleve a cabo con integridad y responsabilidad. Esto incluye la obtención del consentimiento informado para que los participantes comprendan los objetivos y riesgos del estudio.

La participación fue completamente voluntaria, sin coerción, y se protegió la identidad personal de los escolares. Fue crucial mantener la honestidad en la recolección y presentación de datos, informar a los participantes sobre los resultados relevantes, y someter el estudio a una revisión ética para certificar que se cumplen los estándares de conducta responsable.

## IV. RESULTADOS

### 4.1. Análisis de las propiedades psicométricas

#### 4.1.1. Variable 1: Tipos de apego

**Tabla 4**

*Análisis factorial confirmatorio*

				IC 90% del RMSEA	
CFI	TLI	SRMR	RMSEA	Inferior	Superior
0.908	0.895	0.0597	0.0543	0.0442	0.0641

De acuerdo con el análisis confirmatorio, se obtuvo un CFI de .91 con un TLI de .90, lo que demuestra que la variable puede ser representada por el modelo explicado en el estudio, ya que los valores superan e igualan el valor de .90

**Tabla 5**

*Análisis exploratorio*

				Intervalo de Confianza al 95%		
Factor	Indicador	Estimador	EE	Inferior	Superior	Z
Seguridad	ítem 3	0.759	0.0644	0.633	0.885	11.8
	ítem 6	0.658	0.0642	0.532	0.784	10.25
	ítem 7	0.708	0.0599	0.59	0.825	11.81
	ítem 11	0.634	0.0539	0.529	0.74	11.77
	ítem 13	0.832	0.0681	0.698	0.965	12.21
	ítem 21	0.818	0.0672	0.687	0.95	12.18
Preocupación familiar	ítem30	0.56	0.0599	0.443	0.678	9.35
	ítem12	0.584	0.0737	0.439	0.728	7.91
	ítem14	0.607	0.0752	0.46	0.755	8.07

	tem18	0.494	0.0926	0.313	0.676	5.34
	item26	0.622	0.084	0.458	0.787	7.41
	item31	0.546	0.0812	0.387	0.705	6.72
	item32	0.712	0.0759	0.564	0.861	9.38
Interfe. Padres	item20	0.416	0.0763	0.267	0.566	5.46
	item25	0.693	0.0916	0.513	0.872	7.56
	item27	0.595	0.089	0.421	0.77	6.69
Autosuf. Rencor	item9	0.716	0.0761	0.567	0.865	9.41
	item16	0.565	0.0688	0.43	0.7	8.21
	item24	0.857	0.0782	0.703	1.01	10.95
Traum. Inf.	item1	0.772	0.0856	0.605	0.94	9.03
	item10	0.813	0.0742	0.668	0.959	10.96
	item17	0.547	0.0748	0.401	0.694	7.31
	item23	0.687	0.0809	0.528	0.845	8.5
	item28	1.057	0.0868	0.887	1.227	12.17

En la tabla 5, se aprecia que los estilos pueden ser representados por cinco factores de la variable tipos de apego.

**Tabla 6**

*Estadísticas de Fiabilidad de la Escala*

	<b><math>\alpha</math> de Cronbach</b>	<b><math>\omega</math> de McDonald</b>
Escala	0.644	0.711

La tabla 6, muestra el nivel de confiabilidad del instrumento, el cual es aceptable en el valor alfa y bueno en el valor omega. Lo que demuestra que la prueba puede ser aplicada a la muestra.

#### 4.1.2. Variable 2: Estilos de afrontamiento

**Tabla 7**

*Prueba de KMO Y Barlett*

Medida Kaiser-Meyer-Olkin de adecuación de muestreo		,841
Prueba de esfericidad de Bartlett	Sig.	,000

La tabla 7 refleja que los datos se distribuyen de manera no normal, ya que el p valor es menor a .05, por lo que los estadísticos a utilizar serán no paramétricos.

**Tabla 8**

*Análisis factorial confirmatorio*

				IC 90% del RMSEA	
CFI	TLI	SRMR	RMSEA	Inferior	Superior
0.922	0.908	0.0544	0.0384	0.0442	0.0694

Para la segunda variable, también se realizó el análisis factorial confirmatorio, demostrando buena validez de constructo, ya que el valor CFI y TLI superan el .90.

**Tabla 9**

*Cargas de los factores*

Factor	Indicador	Estimador	EE	Z	P
Resolver el problema	34. Me fijo en el aspecto positivo de las cosas y trato de pensar en las cosas buenas	0.603	0.0664	9.08	<.001
	57. Pienso en lo que estoy haciendo y por qué lo hago	0.624	0.0732	8.53	<.001
	58. Busco tener éxito en las cosas que estoy haciendo	0.587	0.0765	7.67	<.001

	70. Me siento contento(a) de cómo van las cosas	0.533	0.0822	6.48	<.001
	73. Pienso en distintas formas de enfrentarme al problema	0.621	0.0814	7.63	<.001
	17. Pido consejo a una persona que tenga más conocimiento que yo	0.818	0.0847	9.65	<.001
Referencia a otros	20. Hablo con otros para apoyarnos mutuamente	0.815	0.0814	10.02	<.001
	35. Busco ayuda o consejo de un profesional para resolver los problemas	0.738	0.083	8.89	<.001
	47. Me reúno con otras personas para analizar el problema	0.643	0.0711	9.04	<.001
	56. Hablo con otras personas sobre mi problema para que me ayuden a salir de él	0.821	0.0785	10.46	<.001
	13. Ante los problemas, tiendo a criticarme	0.775	0.0867	8.94	<.001
No productivo	31. Me doy cuenta de que yo mismo(a) me complico la vida frente a los problemas	0.631	0.0721	8.75	<.001
	49. Me siento culpable por los problemas que me ocurren	0.767	0.0848	9.05	<.001
	63. Cuando tengo problemas, no sé cómo enfrentarlos	0.719	0.0841	8.55	<.001
	64. Ante los problemas, cambio mis cantidades de lo que como, bebo o duermo	0.753	0.1047	7.19	<.001
	68. Ante los problemas, evito que otros sepan cómo me siento	0.691	0.0916	7.54	<.001

La tabla 9 demuestra a través del análisis factorial exploratorio que la variable estilos de afrontamiento puede ser representada por 3 dimensiones.

**Tabla 10***Matriz de rotado*

	<b>Factor 1</b>	<b>Factor 2</b>	<b>Factor 3</b>
34. Me fijo en el aspecto positivo de las cosas y trato de pensar en las cosas buenas			,528
57. Pienso en lo que estoy haciendo y por qué lo hago			,676
58. Busco tener éxito en las cosas que estoy haciendo			,692
70. Me siento contento(a) de cómo van las cosas	,309		,352
73. Pienso en distintas formas de enfrentarme al problema	,391		,439
17. Pido consejo a una persona que tenga más conocimiento que yo	,631		
20. Hablo con otros para apoyarnos mutuamente	,634		
35. Busco ayuda o consejo de un profesional para resolver los problemas	,650		
47. Me reúno con otras personas para analizar el problema	,599		
56. Hablo con otras personas sobre mi problema para que me ayuden a salir de él	,670		
71. Hablo acerca del problema con personas que tengan más experiencia que yo	,806		
72. Consigo apoyo de otros, como de mis padres o amigos, para solucionar mis problemas	,676	,624	
13. Ante los problemas, tiendo a criticarme		,628	
31. Me doy cuenta que yo mismo(a) me complico la vida frente a los problemas		,619	
49. Me siento culpable por los problemas que me ocurren		,650	

63. Cuando tengo problemas, no sé cómo enfrentarlos	,542
64. Ante los problemas, cambio mis cantidades de lo que como, bebo o duermo	,513
68. Ante los problemas, evito que otros sepan cómo me siento.	,624

La tabla 10, muestra que el factor 1 está estructurado por los ítems 20,35,47,56,71,17 y72, el factor 2 por 13,31,49,63 y 64 y el factor 3 por los ítems 34,57,58,70 y 73.

**Tabla 11**

*Estadísticas de Fiabilidad de la Escala*

	$\alpha$ de Cronbach	$\omega$ de McDonald
escala	0.653	0.703

La tabla 11 denota una confiabilidad buena y aceptable través de estadístico Alfa y Omega, con puntajes de .653 y .703 respectivamente, lo que demuestra que la escala puede ser utilizada en la muestra.

#### 4.2. Análisis descriptivo de los tipos de apego

**Tabla 12**

*Distribución de los tipos de apego*

Tipo de apego	Frecuencia	Porcentaje
Seguro	45	21.70%
Ansioso preocupado	61	29.50%
Evitativo	101	48.80%
Total	207	100%

En la tabla 12, se evidencia que el 48.8% de los escolares, manifiesta un apego evitativo, siendo el tipo predominante, seguidamente el 29.5%, posee un apego ansioso preocupado, finalmente, el 21.7% tiene un apego seguro.

#### 4.3. Análisis descriptivos de los estilos de afrontamiento

**Tabla 13**

*Distribución de los estilos de afrontamiento*

<b>Estilo de afrontamiento</b>	<b>Frecuencia</b>	<b>Porcentaje</b>
No productivo	4	1.90%
Referencia a otros	182	87.90%
Resolver el problema	21	10.20%
Total	207	100%

En la tabla 13, se puede observar que el 87.9% de los colaboradores manifiestan el estilo de referencia a otros, seguidamente se presentan con un 10.2% el estilo resolver el problema y por último el 1.9% poseen un estilo no productivo.

#### 4.4. Análisis comparativo de los estilos de apego según sexo

**Tabla 14**

*Comparación de los tipos de apego según sexo*

<b>Tipo de apego</b>	<b>Masculino</b>		<b>Femenino</b>		<b>Total</b>	
	f	%	f	%	f	%
Seguro	19	9.20%	26	12.60%	45	100%
Ansioso preocupado	33	15.90%	28	13.50%	61	100%
Evitativo	32	15.50%	69	33.30%	101	100%

En la tabla 14, se evidencia la distribución de los tipos de apego según sexo. Evidenciando que el apego evitativo (33.3%), tiene mayor incidencia en el sexo femenino. Además, el apego ansioso preocupado (15.9%), tiene mayor incidencia en el sexo masculino.

#### 4.5. Análisis comparativo de los estilos de apego según año académico

**Tabla 15**

*Comparación de los tipos de apego según año académico*

Tipo de apego	4to		5to		Total	
	f	%	f	%	f	%
Seguro	23	11.1%	22	10.6%	45	100%
Ansioso preocupado	29	14.0%	32	15.5%	61	100%
Evitativo	54	26.1%	47	22.7%	101	100%

En la tabla 15, se evidencia la distribución de los tipos de apego según grado académico. Mostrando que el apego evitativo (26.1%), tiene mayor incidencia en el cuarto grado. Además, el apego ansioso preocupado (15.5%) tiene mayor incidencia en el quinto grado de secundaria.

#### 4.6. Análisis comparativo de estilo de afrontamiento según sexo

**Tabla 16**

*Comparación de los estilos de afrontamiento según sexo*

Estilos de afrontamiento	Masculino		Femenino		Total	
	f	%	f	%	f	%
No productivo	3	1.40%	1	0.50%	4	100%
Referencia a otros	80	38.60%	102	49.30%	182	100%
Resolver el problema	1	0.50%	20	9.70%	21	100%

En la tabla 16, se evidencia la distribución de los estilos de afrontamiento según sexo. Mostrando que el estilo de referencia a otros (49.3%), tiene mayor incidencia en mujeres. Además, el estilo de resolver el problema (9.7%), tiene mayor incidencia en el sexo femenino.

#### 4.7. Análisis comparativo de estilo de afrontamiento grado académico

**Tabla 17**

*Comparación de estilos de afrontamiento según grado académico*

Estilos de afrontamiento	4to		5to		Total	
	f	%	f	%	f	%
No productivo	2	1.0%	2	1.0%	4	100%
Referencia a otros	94	45.4%	88	42.5%	182	100%
Resolver el problema	10	4.8%	11	5.3%	21	100%

En la tabla 17, se evidencia la distribución de los estilos de afrontamiento según grado académico. Mostrando que el estilo de referencia a otros (45.4%) tiene mayor incidencia en el cuarto grado. Además, el estilo resolver el problema (5.3%) tiene mayor incidencia en el quinto grado.

#### 4.8. Análisis exploratorio de las variables de estudio

**Tabla 18**

*Prueba de normalidad de Kolmogorov – Smirnov*

	Kolmogorov - Smirnov		
	Estadístico	G1	Sig-
Tipos de apego	0.045	207	0.200
Estilos de afrontamiento	0.058	207	0.092

En la tabla 18, se evidencia la prueba de normalidad de las variables. Se evidenció que es normal la distribución de los datos; debido a que, los valores de significancia son mayores de (0.05), lo cual nos indica que la estadística resulta ser el coeficiente de correlación de Pearson.

#### 4.9. Constatación de hipótesis

**Tabla 19**

*Relación entre tipos de apego y estilos de afrontamiento*

Tipos de apego	Estilos de afrontamiento						Total	
	Resolver el problema		Referencia a otros		Afrontamiento no productivo		F	%
	F	%	F	%	F	%		
Apego Ansioso Preocupado	21	23,9%	39	44,3%	28	31,8%	88	100,0%
Apego Evitativo	24	32,4%	15	20,3%	35	47,3%	74	100,0%
Apego Seguro	17	37,8%	20	44,4%	8	17,8%	45	100,0%

Fuente: Instrumento aplicado por el investigador.  $X^2 = 17.26$ ,  $p = 0.002$ .

En la tabla 19, se evidencia según la prueba estadística chi cuadrado que los tipos de apego y los estilos de afrontamiento presentan una relación significativa entre ( $X^2 = 17.26$ ,  $p = 0.002$ ). Además, se puede apreciar en la tabla 19 que el mayor porcentaje de los que presentan apego ansioso preocupado, utilizan el estilo de afrontamiento de referencia a otros (44.3%) y en segundo lugar al afrontamiento no productivo. En relación con el tipo de apego evitativo, la mayor parte de los participantes utiliza un estilo de afrontamiento no productivo (47.3%). Y aquellos que presentan un tipo de apego seguro presentan predominantemente un estilo de afrontamiento de referencia a otros (44.4%), seguido del estilo de resolver el problema (37.8%).

**Tabla 20***Relación entre el apego seguro y estilo resolver el problema*

		Resolver el problema	
Pearson	Apego seguro	CC	.257
		Sig.	.007
		N	207

En la tabla 20, denota la existencia de relación moderado y directo entre el apego seguro y el estilo resolver el problema ( $r = .257$ ). Esto indica que no necesariamente el aumento del nivel de la primera variable va a generar que se eleve la segunda o viceversa.

**Tabla 21***Relación entre el apego ansioso preocupado y estilo referencia a otros*

		Referencia a otros	
Pearson	Apego ansioso preocupado	CC	.218
		Sig.	.000
		N	207

En la tabla 21 observa la existencia de relación moderado y directo entre el apego ansioso preocupado y el estilo de referencia a otros ( $r = .218$ ). Esto menciona que no necesariamente el aumento del nivel de la primera variable va a generar que se eleve la segunda o viceversa.

**Tabla 22***Relación entre el apego evitativo y estilo no productivo*

		No productivo	
Pearson	Apego evitativo	Coefficiente de correlación	.233
		Sig.	.001
		N	207

En la tabla 22, evidencia la existencia de correlación moderado y directo del apego evitativo y el estilo no productivo ( $r = .233$ ). Además, se puede interpretar que tiene un valor  $p < 0,05$  lo cual indica que dichas correlaciones son significativas. Esto indica que no necesariamente el aumento del nivel de la primera variable va a generar que se eleve la segunda o viceversa.

## V. DISCUSIÓN DE RESULTADOS.

La investigación tuvo como objetivo determinar la relación entre los tipos de apego y los estilos de afrontamiento en adolescentes. Asimismo, tras los análisis se reportó una asociación significativa entre las variables estudiadas ( $p = .002$ ). Estos hallazgos guardan similitud con Alarcón (2021) quien demostró la existencia de una asociación significativa entre los vínculos afectivos y los mecanismos de adaptación con un nivel de significación de ( $\alpha = 0.05$ ).

Estas coincidencias se deberían a que en ambas investigaciones los participantes del estudio eran de zonas urbanas. En este sentido, se presenta la teoría de Frydenberg y Lewis (1996) quienes refieren que la adaptación aparece frente a distintas situaciones de tensión o estrés, estas desarrollan diversas habilidades y conductas con la finalidad de asegurar la integridad y seguridad del sujeto; de modo que estas direccionen a un estado más reconfortante, entendiendo que son habilidades que se aplican ante estímulos determinados para evitar verse afectado.

El primer objetivo fue analizar las propiedades psicométricas de los instrumentos que miden las variables tipos de apego y los estilos de afrontamiento. Con relación a la primera variable se empleó la validez de constructo por análisis factorial confirmatorio (CFI) cuyo puntaje fue (CFI = 0.908, TLI= 0.895, SRMR =.0597, RMSEA = .0543, Inferior = .0442, superior = .0641), respecto al análisis factorial exploratorio (AFE) se estableció 5 factores cuyo resultado fue entre 5.46 a 12.17. Para la confiabilidad se empleó el alfa de Cronbach y McDonald cuyo resultado fue (.644 y .711). Con relación a la segunda variable, se empleó la validez de constructo por análisis factorial confirmatorio (CFI) cuyo puntaje fue (CFI = 0.922, TLI= 0.908, SRMR =.0544, RMSEA = .0384, Inferior = .0442, superior = .0694), respecto al análisis factorial exploratorio (AFE) se estableció 3 factores cuyo resultado fue entre .700 a

10.46. Para la confiabilidad se empleó el alfa de Cronbach y McDonald cuyo resultado fue (.653 y .703).

Estos resultados se contrastan con Pariacuri y Sivorichi (2023) quienes analizaron las propiedades psicométricas sobre los estilos de apego, respecto a la validez emplearon la validez por juicios de expertos y la confiabilidad por alfa de Cronbach fue (.828). Para Sales (2019) analizó las propiedades psicométricas de los estilos de afrontamiento, respecto a la validez empleó la validez por 10 juicios de expertos cuyo resultado en la V de Aiken fue de (.80) y la confiabilidad mayor a .599. Ambas variables evidenciaron adecuados niveles de validez y confiabilidad.

Respecto al segundo objetivo específico se planteó identificar los tipos de apego en escolares. Los hallazgos evidenciaron que, el 48.8% de los participantes manifiesta un apego evitativo, siendo el tipo predominante, seguidamente el 29.5% manifiesta apego ansioso preocupado, finalmente, el 21.7% tiene un apego seguro. Dichos hallazgos son similares a los resultados de Vigo (2021) quien realizó un estudio en Lima Metropolitana, donde se encontraron niveles altos de apego inseguro (40%), estilos de apego seguro (27%), apego inseguro preocupado (22%) y estilo de apego inseguro evitativo (11%).

Estas coincidencias se deberían a que en ambas investigaciones se utilizaron el mismo instrumento para medir los tipos de apego, los cuales evidencia la existencia de un tipo de apego evitativo. En esa misma línea, los jóvenes con el tipo de apego evitativo tienden a evitar a los cuidadores y progenitores.

Tal conducta de evitación suele incrementarse después de un periodo de ausencia de sus cuidadores. En este caso, el menor no abandona la exploración y parece indiferente ante la separación de su progenitora, esto puede deberse a un comportamiento defensivo a la desconexión (Bowlby y Ainsworth, 1978).

Con relación al tercer objetivo específico se planteó identificar el estilo de afrontamiento predominante en escolares. Los resultados evidenciaron que el 87.9% de los participantes manifiestan el estilo de referencia a otros. Seguidamente se presentan con un 10.2% el estilo resolver el problema y por último el 1.9% poseen un estilo no productivo.

Dichos resultados son parecidos a los hallados por Vázquez (2022) en Arequipa, quien encontró que el 22.6% de los estudiantes experimentaron el estilo resolver el problema, referencia a otros (35.8%) y no productivo (41.6%).

Estas coincidencias se deberían a que en ambos casos los participantes están pasando por situaciones de presión. Frente a esto, Pearlin y Schooler (1978) mencionan que el afrontamiento se define como la respuesta externalizada frente a la presión del entorno, cuyo fin es prevenir, evitar o manejar todo malestar o tensión emocional, es decir, se presenta como un medio por el cual se intenta disminuir o aliviar la tensión del sujeto, provocado por el suceso estresante o por lo menos la percepción de este.

En relación con el cuarto objetivo, se planteó describir los tipos de apego de los estudiantes, según sexo. Los resultados evidencian que, el apego evitativo (33.3%) tiene mayor incidencia en las mujeres. Además, el apego ansioso preocupado (15.9%) tiene mayor incidencia en el sexo masculino. Dichos resultados son parecidos a los hallados por Merlyn y Díaz (2021) en Ecuador, quienes identificaron que el 23.8 % de mujeres manifiestan un apego evitativo. En el caso de los hombres, el 17,8 % evidencia un estilo de apego preocupado.

Estas coincidencias se deberían a que, en ambos casos, la mayoría de los colaboradores eran mujeres. A su vez, se evidencia la prevalencia del tipo de apego evitativo. En tal sentido, la teoría menciona que las personas con apego evitativo al prever la ausencia de sus figuras de apego, elude o rechaza la necesidad de asistencia o atención, creyéndose capaz de valerse por sí mismo, de esta manera oculta su temor a confiar en los demás (Lafuente y Cantero, 2010).

Respecto al quinto objetivo específico, se planteó describir los tipos de apego de los estudiantes, según grado académico. Los resultados evidencian que, el apego evitativo (26.1%) tiene mayor incidencia en el cuarto grado. El apego ansioso preocupado (15.5%) tiene mayor incidencia en el quinto grado de secundaria.

Dichos resultados son parecidos a los hallados por Contreras (2021) en Lima, quien identificó que, en cuarto grado de secundaria los participantes poseen un estilo evitativo (47%). Además, en quinto grado, se evidencia un estilo ambivalente (27.5%).

Tales coincidencias se deberían a que en ambos estudios se evidenció la presencia de adolescentes con apego ansioso. En este sentido, la teoría menciona que las personas con apego ansioso suelen sentir mucha desconfianza con los extraños y muestran una angustia considerable cuando son separados de sus cuidadores, sin embargo, no parecen tranquilizarse ni les reconforta cuando ellos vuelven (Bowlby y Ainsworth, 1978).

Respecto al sexto objetivo específico, se planteó describir los estilos de afrontamiento de los estudiantes, según sexo. Los resultados evidenciaron que el estilo de referencia a otros (49.3%), tiene mayor incidencia en las mujeres. Además, el estilo de resolver el problema (9.7%), tiene mayor incidencia en el sexo femenino. Dichos resultados son similares a los hallados por González (2021) quien evidenció que, en el caso de las mujeres el 24.60% poseen el estilo de referencia a otros; asimismo, en relación con los hombres el 9.63% se ubican en el estilo no productivo. En tal sentido, las mujeres tuvieron un mayor rango de afrontamiento que los hombres, esto podría indicar que el hallazgo tiene que ver con que la cantidad de mujeres fue mayor en los participantes del estudio.

La teoría de Lazarus y Folkman (1986) refiere cómo los individuos enfrentan las situaciones estresantes y como los individuos evalúan las demandas y, a partir de esa evaluación deciden enfrentarse a ella. Por otro lado, Carver y Sheiner (1994) sostienen que cada género

tiene diversas maneras de manejar el estrés, el cual dependerá de la valoración del contexto y los rasgos de personalidad que predisponen a la persona.

El séptimo objetivo fue describir los estilos de afrontamiento de los alumnos, según grado académico. Se reportó que el estilo de referencia a otros (45.4%) tiene mayor incidencia en el cuarto grado. Además, el estilo resolver el problema (5.3%) tiene mayor incidencia en el quinto grado.

Esto se explicaría según Lazarus y Folkman (1986) debido a que cada etapa maduracional presenta diversas exigencias y requerimientos en el individuo, por tanto, los estilos predominantes pueden ser variables según el propio desarrollo de las personas y el contexto que lo solicita, como es en el caso de los adolescentes que mientras mayor sea su crecimiento maduracional podrán contar con mejores recursos producto del aprendizaje y contexto. Ejemplo de esto es que los adolescentes de quinto grado cuenten con mayor incidencia en el estilo de resolución de problemas que los de cuarto grado.

El octavo objetivo fue determinar entre las dimensiones de los tipos de apego y las dimensiones de los estilos de afrontamiento en estudiantes de 4to y 5to año de secundaria de una institución educativa pública de Lima Sur, mediante la aplicación del estadístico Pearson, se pudo verificar que existe correlación entre apego seguro y resolver problemas ( $r = .257$ ,  $p = .000$ ), apego ansioso preocupado y referencia a otros ( $r = .218$ ,  $p = .000$ ) y apego evitativo con no reproductivo ( $r = .233$ ,  $p = .001$ ).

Este hallazgo se contrasta con Masapanta y Muñoz (2022) quienes evidenciaron correlación entre apego ansioso y referencia a otros interpretado como apoyo social ( $\rho = .120$ ,  $p = .03$ ) y apego evitativo con no reproductivo interpretado como retirada social ( $\rho = .094$ ,  $p = .00$ ). En base a la teoría de Bowlby (1986) los diversos tipos de apego se establecen en las relaciones emocionales con sus progenitores, el cual influye en el desarrollo social y emocional.

Del mismo modo, los estilos de afrontamiento se basan en cómo los sujetos manejan las situaciones centrado en las emociones y problemas.

En cuanto a las implicancias del estudio, las formas de adaptación pueden estar asociados con la forma en que los alumnos manejan el estrés académico y social. Identificar patrones específicos de afrontamiento relacionados con el tipo de apego puede ayudar a desarrollar estrategias de prevención y manejo del estrés más efectivas. Además, los hallazgos del estudio denotan la realidad relacionada con las formas de adaptación que poseen los participantes de la muestra. También el estudio queda como un antecedente importante dentro de la comunidad científica, ayudando así a la expansión del conocimiento de las variables.

Concerniente a las limitaciones de la investigación, no existen antecedentes que puedan contribuir a una discusión más exacta. Además, la muestra no es representativa de todos los estudiantes de secundaria en Lima, especialmente porque se estudia solo una institución educativa pública. Esto podría afectar la generalización de los resultados. A pesar de dichas limitaciones, se logró realizar la investigación con éxito, contribuyendo así con la investigación científica.

## VI. CONCLUSIONES

- 6.1. Existe relación significativa entre las variables puesto que ( $p=0,002$ ) es menor a 0.05.
- 6.2. El tipo de apego predominante fue el evitativo con el 48.8%, seguido por el apego ansioso preocupado, con un 29.5%. Finalmente, el apego seguro con el 21.7%.
- 6.3. La forma de adaptación predominante fue el de referencia a otros con 87.9%, seguidamente el estilo resolver la situación con el 10.2%, por último, el 1.9%, presenta el estilo no productivo.
- 6.4. El apego evitativo tiene mayor incidencia en las mujeres con 33.3%. Además, el apego ansioso preocupado tiene mayor incidencia en el sexo masculino con el 15.9%.
- 6.5. El apego evitativo tiene mayor incidencia en el cuarto grado con el 26.1%. Además, el apego ansioso preocupado tiene mayor incidencia en el quinto grado de secundaria con el 15.5%.
- 6.6. El nivel del estilo de afrontamiento medio tiene mayor incidencia en las mujeres con el 49.3%. De igual forma, el nivel del estilo de adaptación alto tiene mayor incidencia en el género femenino con el 9.7%.
- 6.7. El nivel del estilo de afrontamiento medio tiene mayor incidencia en el cuarto grado con el 45.4%. Por otro lado, el nivel del estilo de afrontamiento alto tiene mayor incidencia en el quinto grado con el 5.3%.

## VII. RECOMENDACIONES

- 7.1. Promover nuevas investigaciones en la literatura científica, para establecer relaciones fuertes entre cada uno de estas variables y otras. En el caso de tipo de apego se podría buscar la relación con el manejo emocional, tolerancia a la frustración, resiliencia; con respecto a los mecanismos de adaptación se puede investigar la relación con las variables personalidad, proyecto de vida, toma de decisiones, entre otras.
- 7.2. Implementar programas enfocados a la prevención y concientización de la salud mental de manera presencial a los padres y alumnos con el objetivo que los progenitores identifiquen el estilo de apego que tiene el menor y puedan mejorar su funcionalidad familiar. Asimismo, capacitar a la plana docente, en la identificación de problemas relacionados con los tipos de apego y realicen la derivación al área correspondiente.
- 7.3. Enfatizar en la importancia de potenciar los estilos de adaptación, por parte de los docentes a los participantes del trabajo a través de talleres o charlas con la finalidad que los alumnos puedan manejar las demandas y situaciones de manera positiva en los diversos ámbitos de su vida.
- 7.4. Proporcionar a los estudiantes un espacio para la atención psicológica que ofrezca escucha activa en momentos de estrés a fin de que puedan abrirse a otras formas de resolución como distraerse para aminorar el cansancio emocional.
- 7.5. Promocionar espacios para la evaluación de los alumnos detectando oportunamente los problemas o demandas que pudieran presentar con relación a los vínculos afectivos y el nivel de adaptación con la finalidad de contribuir en su bienestar psicológico y desempeño académico.
- 7.6. Por último, realizar investigaciones optando por un muestreo probabilístico para que los resultados de los estudios sean más representativos.

## VIII. REFERENCIAS

- Aguilar, L. (2021). *Apego, estrategias de afrontamiento y ansiedad en adolescentes en confinamiento por Covid 19*. [Tesis de pregrado, Universidad Nacional de San Agustín de Arequipa]. Repositorio Institucional de la Universidad Nacional de San Agustín de Arequipa. <http://hdl.handle.net/20.500.12773/14766>
- Alarcón, A. (2021). *Estilos de apego y estrategias de afrontamiento en mujeres víctimas de violencia en pareja que acuden a la FELCV de la ciudad de La Paz*. [Tesis de posgrado, Universidad Mayor de San Andrés] Repositorio Institucional de la Universidad Mayor de San Andrés. <https://repositorio.umsa.bo/handle/123456789/28247>
- Alatraste, N., Estrada, A., Ramírez, I. y Rodríguez, J. (2023). Estilo de apego del adolescente y el estilo de socialización parental percibido por adolescentes. *PsicoSophia*, 5(1), 14-22. <https://doi.org/10.37354/rpsiso.2023.5.1.033>
- Alejo, V. (2019). *Apego, afrontamiento y violencia conyugal en mujeres que asisten a un hospital de Chimbote*. [Tesis de pregrado, Universidad César Vallejo]. Repositorio Institucional de la Universidad César Vallejo. <https://hdl.handle.net/20.500.12692/32059>
- Álvarez, D., Urdaneta, E. Gómez, M. y Esteva, H. (2020). Aproximación a los estilos de afrontamiento y fortalezas del carácter en adolescentes. *Revista de orientación educacional*, 34(65), 55-75. <http://200.14.213.175/roe/index.php/roe/article/view/124>
- Arias, P., Riveros, P. y Salas, X. (2012). Espiritualidad en el ambiente laboral, estrés crónico (burnout) y estilos de afrontamiento en trabajadores de una empresa de servicios educativos. *Ciencia y Trabajo*, 14(44), 195-200.
- Armsden, G., y Greenberg, M. (1987). Inventory of Parent and Peer Attachment: Relationships to well-being in adolescence. *Journal of Youth and Adolescence*, 16(5), 427-454. <https://www.researchgate.net/publication/258923895>

- Ato, M., López, J. y Benavente, A. (2013). Un sistema de clasificación de los diseños de investigación en psicología. *Anales de Psicología*, 29(3), 1038-1059.  
<http://dx.doi.org/10.6018/analesps.29.3.178511>
- Ayala, M. (2022). *Estilos de afrontamiento y burnout académico en estudiantes universitarios de una universidad nacional de Lima Metropolitana*. [Tesis de pregrado, Universidad Autónoma del Perú]. Repositorio de Universidad Autónoma del Perú.  
<https://hdl.handle.net/20.500.13067/1599>
- Bartholomew, K., y Horowitz, L. (1991). Attachment styles among young adults: A test of a four-category model. *Journal of Personality and Social Psychology*, 61(2), 226-244.  
<https://psycnet.apa.org/buy/1991-33075-001>
- Bowlby, J. (1979). La teoría del apego de Bowlby-Ainsworth. *Ciencias del comportamiento y del cerebro*, 4, 637-638.
- Bowlby, J. (1986). *Vínculos afectivos. Formación, desarrollo y pérdida*. Paidós.
- Bowlby, J., y Ainsworth, M. (1979). The Bowlby-Ainsworth attachment theory. *Behavioral and Brain Sciences*, 2(4), 637-638.
- Canessa, B. (2002). Adaptación psicométrica de las Escalas de Afrontamiento para adolescents de Frydenberg y Lewis en un grupo de escolares de Lima Metropolitana. *Persona*, 5(1), 191-233.
- Carver, C., Scheier, M., y Weintraub, K. (1989). Assessing coping strategies: A theoretically based approach. *Journal of Personality and Social Psychology*, 56(2), 267-283.  
<https://doi.org/10.1037/0022-3514.56.2.267>
- Castillo, E., Campos, N., Moreno, T., Murillo, H., Roja, Y., y Rivas, E. (2019). Estilos de afrontamiento, depresión, ansiedad, niveles de autoestima y riesgo cardiovascular en

adolescentes. *Revista Cubana de Cardiología y Cirugía Cardiovascular*; 25(1), 1-22.

<https://www.medigraphic.com/pdfs/cubcar/ccc2019/ccc191c>

Ccahuay, R. (2021). *Estilos de socialización parental y afrontamiento en adolescentes del distrito de san juan de Miraflores*. [Tesis de pregrado, Universidad Nacional Federico Villarreal]. Repositorio Institucional de la Universidad Nacional Federico Villarreal.

<https://hdl.handle.net/20.500.13084/8802>

Chávez A. (2019). *Prácticas parentales, estilo parental autoritativo y afrontamiento al estrés en adolescentes de una escuela diferenciada sólo para varones*. [Tesis de pregrado, Universidad Peruana de Ciencias Aplicadas]. Repositorio Institucional de la Universidad Peruana de Ciencias Aplicadas. <http://hdl.handle.net/10757/625671>

Condori, J. (2020). *Inteligencia emocional y estilos de afrontamiento en estudiantes secundaria de Villa el Salvador*. [Tesis de pregrado, Universidad Autónoma del Perú]. Repositorio Institucional de la Universidad Autónoma del Perú.

<https://hdl.handle.net/20.500.13067/1030>

Contreras, F. (2021). *Estilos de apego y la composición familiar en adolescentes del distrito de Santa Anita*. [Tesis de pregrado, Universidad Femenina del Sagrado Corazón]. Repositorio de la Universidad Femenina del Sagrado Corazón.

<https://repositorio.unife.edu.pe/repositorio/bitstream/handle/20.500.11955/934/>

Diccionario de la Real Academia Española. (2001). Apego. <http://lema.rae.es/drae/?val=apego>

Dreyfus, H. (2019). La importancia del apego en el desarrollo del niño. *Consensus*, 24(2), 183-

194. <https://revistas.unife.edu.pe/index.php/consensus/article/view/2327/2394>

Espinoza, E., Leiva, F. y Adriano, C. (2022). Estilos de afrontamiento al estrés y satisfacción con la vida en una muestra de adultos peruanos en el contexto del COVID-19. *Revista*

de *Investigación en Ciencias Sociales y Humanidades*, 9(2), 139-150. <https://doi.org/10.30545/academo.2022.jul-dic.3>

Espinoza, A., Guamán, M. y Sigüenza, W. (2018). Estilos de afrontamiento en adolescentes de colegios de la ciudad de Cuenca, Ecuador. *Revista cubana de educación superior*, 37(2), 45-62. <http://scielo.sld.cu/pdf/rces/v37n2/rces04218.pdf>

Espinoza, Y. (2019). *Estilos de apego y dependencia emocional en estudiantes de psicología de una institución educativa superior, Chimbote – 2018*. [Tesis de pregrado, Universidad César Vallejo]. Repositorio Institucional de la Universidad César Vallejo. <https://hdl.handle.net/20.500.12692/36565>

Fernández, E. (2009). *Estrés percibido, estrategias de afrontamiento y sentido de coherencia en estudiantes de enfermería: su asociación con salud psicológica y estabilidad emocional*. [Tesis doctoral, Universidad de León]. Repositorio Institucional de la Universidad de León. <https://buleria.unileon.es/bitstream/handle/10612/902/2009FERN%C3%81NDEZ%20MART%C3%8DNEZ,%20MAR%C3%8DA%20ELENA.pdf?sequence=1>

Frydenberg, E. (1997). *Adolescent coping: Theoretical and research perspectives*. London and Routledge.

Frydenberg, E., y Lewis, R. (1993). Boys play sport and girls turn to others: age, gender and ethnicity as determinants of coping, Australia. *Journal of Adolescence*, 16(3), 253- 266. <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/8282897/>

Frydenberg, E., y Lewis, R. (1996). The Adolescent Coping Scale: multiple forms and applications of a self-report inventory in a counselling and research context, Australia. *European Journal of Psychological Assessment*, 12(03), 216-227.

Frydenberg, E. y Lewis, R. (2010). *Escala de afrontamiento para adolescentes*. ACS Manual.

[https://www.academia.edu/36323909/ESCALA\\_DE\\_AFRONTAMIENTO\\_PARA\\_ADOLESCENTES\\_Escalas\\_de\\_Afrontamiento\\_para\\_Adolescentes](https://www.academia.edu/36323909/ESCALA_DE_AFRONTAMIENTO_PARA_ADOLESCENTES_Escalas_de_Afrontamiento_para_Adolescentes)

Gobierno de México. (10 de febrero del 2022). *La importancia del apego durante los primeros años de vida y la obligación de velar por su cumplimiento en México*.

<https://www.gob.mx/sipinna/articulos/la-importancia-del-apego-durante-los-primeros-anos-de-vida-y-la-obligacion-de-velar-por-su-cumplimiento-en-mexico?idiom=es#:~:text=Durante%20su%20desarrollo%2C%20el%20apego,las%20ni%C3%B1as%20y%20los%20ni%C3%B1os>

González, E., Orgaz, B., Vicario, I. y Fuertes, A. (2020). Combinación de estilo de apego adulto, resolución de conflictos y calidad de la relación en parejas de adultos jóvenes.

*Terapia psicológica*, 38(3), 303–316. <http://dx.doi.org/10.4067/S0718-48082020000300303>

González, M. (2021). *Estilos de vida y el afrontamiento al estrés en estudiantes de una universidad pública de Lima Metropolitana*. [Tesis de pregrado, Universidad Nacional Federico Villarreal]. Repositorio de la Universidad Nacional Federico Villarreal.

<https://repositorio.unfv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13084/4763/>

Hernández, R., Fernández, C. y Baptista, L. (2014). *Metodología de la Investigación*. (6ª ed).

Editorial Mc Graw Hill. <http://dx.doi.org/10.19053/20278306.4602>

Lacasa, F., y Muela, A. (2014). Guía para la aplicación e interpretación del cuestionario de apego CAMIR-R. *Psicopatol*, 24(1) 83-93.

[https://www.researchgate.net/publication/303299226\\_Guia\\_para\\_la\\_aplicacion\\_e\\_interpretacion\\_del\\_cuestionario\\_de\\_apego\\_CaMir-R](https://www.researchgate.net/publication/303299226_Guia_para_la_aplicacion_e_interpretacion_del_cuestionario_de_apego_CaMir-R)

Lafuente, M. y Cantero, M. (2010). *Vinculaciones afectivas. Apego, amistad y amor*. Ediciones Pirámide.

- Lara, M. (2019). Afrontamiento, afecto y tabaco en una muestra de adolescentes españoles. *Revista de Psicología Clínica con Niños y Adolescentes*, 6(2), 9-14.
- Lazarus, R. (1966). *Psychological stress and the coping process*. McGraw Hill.
- Lazarus, R. y Folkman, S. (1986). *Estrés y procesos cognitivos*. Barcelona.
- Lipowski, Z. (1970). Physical illness, the individual and the coping processes. *Psychiatry in Medicine*, 1, 91-102.
- Loizaga, F. (2016). *Evaluación del apego-attachment y los vínculos familiares*. (1ra ed). Madrid CCS.
- López, L. (2023). *Apego y resiliencia en estudiantes de secundaria de una institución educativa de Tarma*. [Tesis de pregrado, Universidad Católica Sedes Sapientiae]. Repositorio Institucional de la Universidad Católica Sedes Sapientiae. <https://hdl.handle.net/20.500.14095/2082>
- Manco, S. (2021). *Dependencia emocional y estilos de afrontamiento en adolescentes de secundaria de una institución educativa de Lurín*. [Tesis de pregrado, Universidad Autónoma del Perú]. Repositorio de la Universidad Autónoma del Perú. <https://hdl.handle.net/20.500.13067/1349>
- Manrique, K. (2021). *Estilos de apego en adolescentes con problemas de conducta en una institución educativa pública de Lima Metropolitana*. [Tesis de pregrado, Universidad Nacional Federico Villarreal]. Repositorio Institucional de la Universidad Nacional Federico Villarreal. <https://hdl.handle.net/20.500.13084/5431>
- Massapanta, N. y Nuñez, M. (2022). Estilos de apego y estrategias de afrontamiento en estudiantes universitarios. *LATAM Revista Latinoamericana de Ciencias Sociales y Humanidades*, 4(1), 421-435. <https://doi.org/10.56712/latam.v4i1.260>
- Mendoza, J. (2019). *Socialización parental y afrontamiento en adolescentes de las instituciones educativas nacionales de Chimbote*. [Tesis de pregrado, Universidad

- César Vallejo]. Repositorio de tesis de la Universidad César Vallejo.  
<https://hdl.handle.net/20.500.12692/40243>
- Merlyn, M. y Díaz, E. (2021). Apego y sexismo en población adulta entre 18 y 60 años en Quito, Ecuador. *Ciencias Psicológicas*, 15(2), 1-14.  
<https://doi.org/10.22235/cp.v15i2.2302>
- Mikkelsen, F. (2009). *Satisfacción con la vida y estrategias de afrontamiento en un grupo de adolescentes universitarios de Lima*. [Tesis de pregrado, Universidad Pontificia Católica del Perú]. Repositorio de la Universidad Pontificia Católica del Perú.  
<http://hdl.handle.net/20.500.12404/416>
- Ministerio de Salud. (25 de junio de 2019). *Más del 60% de los pacientes que van a los servicios de salud mental son menores de 18 años*. Ministerio de Salud.  
<https://www.gob.pe/institucion/minsa/noticias/29765-mas-del-60-de-los-pacientesque-van-a-los-servicios-de-salud-mental-son-menores-de-18-anos-de-edad>
- Moscol, J. (2021). *Estilos de apego en estudiantes de psicología de una universidad privada de Chiclayo*. [Tesis de pregrado, Universidad Católica Santo Toribio Mogrovejo] Repositorio Institucional de la Universidad Católica Santo Toribio Mogrovejo.  
<http://hdl.handle.net/20.500.12423/4154>
- Muela, A., Balluerka, N., Torres, B. y Gorostiaga, A. (2016). Apego romántico en adolescentes maltratados en su niñez. *International Journal of Psychology and Psychological Therapy*, 16(1), 61-71. <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=56046596006>
- Pariacuri, J. y Sivorichi, M. (2023). *Estilos de apego en estudiantes de quinto grado de secundaria de un colegio público de Ferreñafe, 2022*. [Tesis de pregrado, Universidad Nacional Pedro Ruiz Gallo]. Repositorio de la Universidad Nacional Pedro Ruiz Gallo.  
<https://hdl.handle.net/20.500.12893/12017>

- Pearlin, L. y Schooler, C. (1978). The structures of coping. *Journal of Health and Social Behavior*, *19*, 2-21.
- Pereña, J. y Seidedos, N. (1997). ACS -Escala de Afrontamiento para Adolescentes. Adaptación española Adolescent Coping Scale. TEA Ediciones.
- Pérez, C. y Ñontol, M. (2018) *Estilos de apego y estrategias de afrontamiento en adolescentes de una institución educativa de Cajamarca*. [Tesis de pregrado, Universidad Privada Antonio Guillermo Urrelo]. Repositorio de la Universidad Privada Antonio Guillermo Urrelo. <http://repositorio.upagu.edu.pe/handle/UPAGU/661>
- Repetur, K. y Quesada, A. (2005). Vínculo y Desarrollo Psicológico: La importancia de las relaciones tempranas. *Revista Digital Universitaria*, *11*(6), 1-15. [https://www.revista.unam.mx/vol.6/num11/art105/nov\\_art105.pdf](https://www.revista.unam.mx/vol.6/num11/art105/nov_art105.pdf)
- Rivero, D. (2020). *Estilos de afrontamiento al estrés en estudiantes de primero de secundaria de una institución educativa privada de Lima Metropolitana*. [Tesis de pregrado, Pontificia Universidad Católica del Perú]. Repositorio Institucional PUCP. <http://hdl.handle.net/20.500.12404/16963>
- Riveros, K. y Salvatierra, I. (2022). *Estilos de apego y agresividad en estudiantes del 3ro al 5to de secundaria de una institución educativa pública de Huancavelica 2022*. [Tesis de pregrado, Universidad Peruana los Andes]. Repositorio Institucional de la Universidad peruana los Andes. <https://repositorio.upla.edu.pe/handle/20.500.12848/5059>
- Rocha, B., Umbarila, J., Meza, M. y Riveros, F. (2019). Estilos de apego parental y dependencia emocional en las relaciones románticas de una muestra de jóvenes universitarios en Colombia. *Perspectivas en Psicología*, *15*(2), 325-340. [http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1794999820190002000](http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1794999820190002000)

- Rodríguez, I. y Rodríguez, K. (2023). *Estrategias de afrontamiento y estilos de apego en jóvenes universitarios consumidores moderados de drogas de Lima Metropolitana*. [Tesis de pregrado, Universidad Peruana de Ciencias Aplicadas]. Repositorio Institucional de la Universidad Peruana de Ciencias Aplicadas. <http://hdl.handle.net/10757/660454>
- Scafarelli, L. y García, R. (2010). Estrategias de afrontamiento al estrés en una muestra de jóvenes universitarios uruguayos. *Ciencias Psicológicas*, 4(2), 165- 175.
- Solano, B. (2023). *Apego y resiliencia en los estudiantes del tercero al quinto año de secundaria de la Gran Unidad escolar Leoncio Prado*. [Tesis de pregrado, Universidad Nacional Hermilio Valdizán]. Repositorio Institucional de la Universidad Nacional Hermilio Valdizán. <https://hdl.handle.net/20.500.13080/8914>
- Tafur, A. (2023). *Estilos de apego y autoestima en un grupo de adolescentes de educación secundaria de la ciudad de Cajamarca, 2022*. [Tesis de pregrado, Universidad Privada del Norte]. Repositorio Institucional de la Universidad Privada del Norte. <https://hdl.handle.net/11537/36782>
- Tito, G. (2021). *Estilos de afrontamiento al estrés en adolescentes de educación secundaria de modalidad regular y preuniversitaria de un colegio particular de Lima Sur*. [Tesis de pregrado, Universidad Nacional Federico Villarreal]. Repositorio Institucional de la Universidad Nacional Federico Villarreal. <https://repositorio.unfv.edu.pe/browse?type=author&value=Tito+Sinche%2C+Gloria+Elizabeth>
- Urbano, E. (2022). Estilos de afrontamiento al estrés y bienestar psicológico en adolescentes. *Horizonte de la Ciencia*, 12(22), 253-262. <https://doi.org/10.26490/uncp.horizonteciencia.2020.18.403>

- Vásquez, S. (2022). *Nivel de estrés académico y estrategias de afrontamiento, en el contexto de la virtualidad, en estudiantes de enfermería del III semestre. Universidad Católica de Santa María, Arequipa-2021*. [Tesis de pregrado, Universidad Católica de Santa María]. Repositorio Institucional de la Universidad Católica de Santa María. <https://repositorio.ucsm.edu.pe/server/api/core/bitstreams/195fda73-44314022-8c77-52a9bace6e74/content->
- Vigo, V. (2021). *Estilos de apego y ansiedad estado-rasgo en estudiantes de ingeniería informática de una universidad privada de Lima*. [Tesis de pregrado, Universidad Peruana Cayetano Heredia]. Repositorio Institucional de la Universidad Peruana Cayetano Heredia. <https://hdl.handle.net/20.500.12866/9699>
- Vizcarra, A. (2020). *Estilos de afrontamiento en estudiantes de secundaria con alta y baja actitud hacia la autoridad institucional de una Institución Educativa de San Juan de Miraflores*. [Tesis de pregrado, Universidad Autónoma del Perú]. Repositorio de la Universidad Autónoma del Perú. <https://repositorio.autonoma.edu.pe/handle/20.500.13067/1202>
- Waters, E. y Hamilton, E. (2000). The stability of attachment security from infancy to adolescence and early adulthood: general introduction. *Child Development*, 71, 678-683.
- Zambrano, J. (2023). *Estilos de afrontamiento y felicidad en estudiantes de secundaria de un colegio privado*. [Tesis de pregrado, Universidad Católica de Santa María]. Repositorio Institucional de la Universidad Católica de Santa María. <https://repositorio.ucsm.edu.pe/handle/20.500.12920/12599>