



**Autónoma**  
Universidad Autónoma del Perú

**FACULTAD DE CIENCIAS HUMANAS  
ESCUELA PROFESIONAL DE PSICOLOGÍA**

**TESIS**

**“ESTRATEGIAS DE AFRONTAMIENTO EN ADOLESCENTES  
CON ALTO Y BAJO BIENESTAR PSICOLÓGICO DE TRES  
INSTITUCIONES EDUCATIVAS DE VILLA EL SALVADOR”**

**PARA OBTENER EL TÍTULO DE  
LICENCIADA EN PSICOLOGÍA**

**AUTORA**

**RUTH YOSSELYN SALES QUISPE**

**ASESOR**

**MG. MAX HAMILTON CHAUCA CALVO**

**LIMA, PERÚ, ABRIL DE 2019**

## **DEDICATORIA**

A mis padres por ser el pilar fundamental en todo lo que soy, en toda mi educación, tanto académica, como de la vida, por su incondicional apoyo a mi hermana y mis mejores amigos que han sido perfectamente mantenidos a través del tiempo.

Todo este trabajo ha sido posible gracias a ellos.

## **AGRADECIMIENTOS**

Agradezco inmensamente a Dios por permitirme haber culminado exitosamente una etapa muy importante en mi vida profesional, gracias por demostrarme cada día lo hermosa que es la vida cuando se trabaja con dedicación y perseverancia. Gracias a la Universidad Autónoma del Perú por haberme permitido estudiar la carrera que me apasiona dentro de sus aulas y a todos los docentes que me brindaron sus conocimientos y apoyo a lo largo de mi formación profesional.

A mis Padres Eugenio y Manuela, quienes han sido la guía y el camino para poder llegar a este punto de mi carrera, que con su ejemplo, dedicación y palabras de aliento nunca bajaron los brazos para que yo tampoco lo haga aun cuando todo se complicaba, gracias por todo su amor. A mi Hermana Nayeli por ser mi apoyo incondicional, porque me llena de alegría cada día y por es la compañera inseparable que Dios ha puesto en mi camino en la cual muchos de mis logros se los debo a ella, por ser mi motivación siempre para alcanzar mis más grandes anhelos.

Finalmente agradezco a Estefani, Jimmy y Claudia que han formado parte de mi vida profesional a las que me encantaría agradecerles su amistad, consejos, apoyo, ánimo y compañía en los momentos más difíciles de mi vida y Algunas personas que están aquí conmigo y otras en mis recuerdos y en mi corazón, sin importar en donde estén quiero darles las gracias por formar parte de mí, por todo lo que me han brindado y por todas sus bendiciones.

## RESUMEN

Se estudió las estrategias de afrontamiento de 359 adolescentes de ambos sexos, entre 13 y 18 años de edad de tres instituciones educativas de Villa El Salvador. La investigación es de enfoque cuantitativo y nivel descriptivo comparativa, siendo el diseño no experimental; se empleó como instrumentos para la recolección de los datos la Escala de Afrontamiento para Adolescentes ACS y la Escala de Bienestar Psicológico en Jóvenes Adolescentes - BIESP-J. Se halló que las estrategias de afrontamiento más prevalentes son, el afrontamiento no productivo (25.7%) la búsqueda de apoyo social y emocional frente al problema (25.63%) y la búsqueda de apoyo social o instrumental frente al problema (25.35) así mismo el nivel de bienestar psicológico prevalente, es el promedio 38.4%. Se identificó diferencias significativas ( $p < 0.05$ ) en las estrategias de afrontamiento, búsqueda de apoyo social y emocional frente al problema, interpretación positiva del problema, el afrontamiento activo frente al problema, en función a la edad, y en afrontamiento activo frente al problema, en relación al tipo de colegio; para el bienestar psicológico, solo se identifican diferencias significativas ( $p < 0.05$ ) en la D2: Vínculos y proyectos, en función a la edad y tipo de colegio. Por último se identifica que las estrategias de afrontamiento que distinguen a los estudiantes con alto bienestar psicológico son, el afrontamiento no productivo y el distanciamiento en general, y con bajo bienestar psicológico, el afrontamiento activo frente al problema.

**Palabras clave:** Estrategias de afrontamiento, bienestar psicológico, estudiantes.

## **ABSTRACT**

We studied the coping strategies of 359 adolescents of both sexes, between 13 and 18 years of age from three educational institutions in Villa El Salvador. The research is quantitative and comparative descriptive level, being the non-experimental design; The Scale of Coping for Adolescents ACS and the Scale of Psychological Wellbeing in Young Adolescents - BIESP-J were used as instruments for data collection. It was found that the most prevalent coping strategies are nonproductive coping (25.7%) the search for social and emotional support for the problem (25.63%) and the search for social or instrumental support for the problem (25.35) likewise the level of psychological well-being prevalent, is the average 38.4%. Significant differences were identified ( $p < 0.05$ ) in coping strategies, search of social and emotional support for the problem, positive interpretation of the problem, active coping with the problem, according to age, and active coping with the problem, in relation to the type of school; for psychological well-being, only significant differences are identified ( $p < 0.05$ ) in D2: Links and projects, according to age and type of school. Finally, it is identified that coping strategies that distinguish students with high psychological well-being are non-productive coping and distancing in general, and with low psychological well-being, active coping with the problem.

**Keywords:** Coping strategies, psychological well-being, students.

## RESUMO

Estudamos as estratégias de enfrentamento de 359 adolescentes de ambos os sexos, entre 13 e 18 anos de idade de três instituições de ensino em Villa El Salvador. A pesquisa é de nível descritivo quantitativo e comparativo, sendo o delineamento não experimental; A Escala de Coping for Adolescents ACS e a Escala de Bem-Estar Psicológico em Adolescentes Jovens - BIESP-J foram utilizadas como instrumentos para coleta de dados. Constatou-se que as estratégias de enfrentamento mais prevalentes são o coping não produtivo (25,7%) a busca de suporte social e emocional para o problema (25,63%) e a busca de suporte social ou instrumental para o problema (25,35) Da mesma forma, o nível de bem-estar psicológico prevalente é a média de 38,4%. Foram identificadas diferenças significativas ( $p < 0,05$ ) nas estratégias de enfrentamento, busca de suporte social e emocional para o problema, interpretação positiva do problema, enfrentamento ativo do problema, de acordo com a idade, e enfrentamento ativo do problema, em relação ao problema. Tipo de escola; para o bem-estar psicológico, apenas diferenças significativas são identificadas ( $p < 0,05$ ) em D2: Links e projetos, de acordo com a idade e o tipo de escola. Por fim, identifica-se que as estratégias de enfrentamento que distinguem os estudantes com alto bem-estar psicológico são enfrentamento e distanciamento não produtivos em geral, e com baixo bem-estar psicológico, enfrentamento ativo do problema.

**Palavras-chave:** Estratégias de enfrentamento, bem-estar psicológico, estudantes.

## ÍNDICE DE CONTENIDO

DEDICATORIA

AGRADECIMIENTOS

RESUMEN

ABSTRACT

RESUMO

INTRODUCCIÓN

### **CAPÍTULO I: PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA**

1.1. Situación problemática.....	2
1.2. Formulación del problema.....	4
1.3. Objetivos de la Investigación.....	4
1.3.1. Objetivo general.....	4
1.3.2. Objetivos específicos.....	4
1.4. Justificación e importancia.....	5
1.5. Limitaciones de la investigación.....	6

### **CAPÍTULO II: MARCO TEÓRICO**

2.1. Antecedentes nacionales e internacionales.....	8
2.1.1. Antecedentes internacionales.....	8
2.1.2. Antecedentes nacionales.....	8
2.2. Bases teóricas.....	13
2.2.1. Definiciones de bienestar psicológico.....	13
2.2.2. Componentes del bienestar.....	15
2.2.3. Importancia del bienestar psicológico.....	16
2.2.4. Modelos teóricos del bienestar psicológicos.....	16
2.2.5. Teorías sobre el modelo psicológico.....	19
2.2.6. Factores que aportan al bienestar psicológico.....	20
2.2.7. Estrategias de afrontamiento.....	22
2.2.8. Características del afrontamiento.....	24
2.2.9. Tipos de afrontamiento.....	25
2.2.10. Teorías del afrontamiento.....	25
2.3. Definición de términos.....	26

### **CAPÍTULO III: MARCO METODOLÓGICO**

3.1. Tipo y diseño de investigación.....	28
3.2. Población y muestra.....	28
3.3. Hipótesis.....	28
3.4. Variables.....	31
3.5. Métodos e instrumentos de medición.....	32
3.6. Procedimiento para la recolección datos.....	46
3.7. Procedimiento de análisis de datos.....	47

### **CAPÍTULO IV: ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN DE RESULTADOS**

4.1. Características sociodemográficas de la muestra.....	48
4.2. Niveles de bienestar psicológico.....	42
4.3. Diferencias significativas de los niveles de bienestar psicológico en función de las variables de control.....	50
4.4. Niveles de afrontamiento.....	53
4.5. Diferencias significativas en el nivel de afrontamiento en función de las variables de control.....	54
4.6. Prueba de hipótesis.....	58

### **CAPÍTULO V: DISCUSIÓN, CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES**

5.1. Discusión.....	62
5.2. Conclusiones.....	65
5.3. Recomendaciones.....	67

### **REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS**

### **ANEXOS**



## ÍNDICE DE TABLAS

Tabla 1	Distribución de la muestra.....	29
Tabla 2	Operacionalización de la variable estrategia de afrontamiento.....	31
Tabla 3	Operacionalización de la variable bienestar psicológico.....	32
Tabla 4	Validez de contenido de la Escala de Estilos de Afrontamiento al estrés ACS.....	34
Tabla 5	Alpha de Cronbach de la Escala ACS.....	36
Tabla 6	Normas percentilares de la Escala ACS.....	37
Tabla 7	V de Aiken de la Escala de la Escala BIEST-J.....	39
Tabla 8	Análisis factorial exploratorio del Cuestionario ACS.....	40
Tabla 9	Análisis factorial de la Escala BIESP-J.....	41
Tabla 10	Confiabilidad ítem test de la Escala BIESP-J.....	42
Tabla 11	Confiabilidad ítem test de las dimensiones de la Escala BIESP-J....	43
Tabla 12	Alpha de Cronbach de la Escala BIESP-J.....	44
Tabla 13	Normas percentilares de la Escala BIEPS-J.....	45
Tabla 14	Características sociodemográficas de la muestra.....	48
Tabla 15	Estadísticos descriptivos de las muestras de bienestar psicológico..	49
Tabla 16	Niveles de bienestar psicológico de los estudiantes.....	49
Tabla 17	Prueba de normalidad de las muestras de bienestar psicológico.....	50
Tabla 18	Diferencias significativas del nivel de bienestar psicológico en función del género.....	51
Tabla 19	Diferencias significativas del nivel de bienestar psicológico en función de la edad.....	51
Tabla 20	Diferencias significativas del nivel de bienestar psicológico en función al tipo de institución.....	52
Tabla 21	Estadísticos descriptivos de las muestras de estilos afrontamiento....	53
Tabla 22	Niveles de afrontamiento en los adolescentes.....	54
Tabla 23	Prueba de normalidad de las muestras de afrontamiento.....	55
Tabla 24	Diferencias significativas del nivel de afrontamiento en función del género.....	55
Tabla 25	Diferencias significativas del nivel de afrontamiento en función de la edad.....	56

Tabla 26	Diferencias significativas del nivel de afrontamiento en función del tipo de institución.....	57
Tabla 27	rho de Spearman entre estilos de afrontamiento y bienestar psicológico.....	58
Tabla 28	Estrategias de afrontamiento en los adolescentes con bajo y alto nivel de bienestar psicológico.....	60

## INTRODUCCIÓN

La adolescencia es una etapa donde los estudiantes experimentan muchos cambios en la personalidad, dificultades en la toma de decisiones en relación al rendimiento académico, relaciones de parejas y en el trabajo (Balcázar, 2006). Es entonces estos cambios significativos los cuales producen estrés en el adolescente, por lo que hay mucha necesidad en desarrollar competencias psicosociales para mejorar el bienestar de los mismos. La presente investigación está dividida en cinco capítulos.

Otros de los grandes problemas que afrontan los adolescentes son los altos niveles de agresión y violencia en las escuelas, los cuales se han convertido en un problema de salud pública para algunas naciones sobre todo en vías de desarrollo como el Perú, estando focalizadas esta principalmente en tres problemas, el bullying, los altos niveles de agresión y el pandillaje y violencia juvenil. Todos estos problemas que se manifiestan masivamente en las escuelas tienen su origen en el déficit de habilidades sociales y estrategias de afrontamiento de los eventos estresantes de los estudiantes, así como también del contexto, puesto que Villa El Salvador distrito de Lima Metropolitana donde se desarrolla el estudio presenta una población con altos niveles de pobreza. Por todo lo presentado es muy importante identificar cuáles son los estilos y estrategias de afrontamiento de los adolescentes que cursan el nivel secundario pues ello permitirá a los docentes, profesionales de la salud y padres tomar acciones para mejorar las relaciones sociales y el bienestar psicológico de los adolescentes, especialmente en una población vulnerable como lo son los adolescentes de Villa El Salvador. El estudio se desarrolla en cinco capítulos.

En el capítulo I, se presenta el planteamiento del problema, se identifica la pregunta de investigación y se elabora el objetivo general y objetivos específicos; así mismo, se presenta la justificación y las limitaciones del este estudio.

En el capítulo II, se desarrolla el marco teórico; el cual, está compuesto por los antecedentes nacionales e internacionales de estudios directos o indirectos; también, se exponen las diversas bases teóricas y científicas del bienestar psicológico y del afrontamiento.

En el capítulo III, se presentan el tipo y diseño de investigación, la población, muestra, las hipótesis, la operacionalización de las variables y los instrumentos utilizados.

En el capítulo IV, se presentan los resultados del estudio; los cuales están compuesto por las características de la muestra, los resultados descriptivos y las diferencias significativas en función de la edad, género y grado, tipo de colegio tanto del por último se muestra los resultados de la prueba de hipótesis.

Finalmente, en el capítulo V, se presenta la discusión de los resultados, las conclusiones y recomendaciones.

**CAPÍTULO I**  
**PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA**

## **1.1. Situación problemática**

En la actualidad, la adolescencia es considerada un periodo de transición del desarrollo con muchas dificultades para las personas, pues los adolescentes experimentan profundos cambios físicos y psicológicos que afectan su vida diaria y futura. La Organización Mundial de la Salud OMS (2018) afirma, que la adolescencia es un periodo de preparación para la edad adulta, en ese sentido, las experiencias experimentadas por ellos en esta etapa, son muy significativas en la formación de su personalidad, este mismo organismo reporta que cada año, fallecen 1.2 millones de adolescentes por causas que se pueden evitar, siendo las principales, las infecciones respiratorias, las autolesiones y los suicidios, siendo los adolescentes más vulnerables, los que viven en países pobres o en vías de desarrollo como el Perú.

En el contexto peruano el Instituto Nacional de Estadística e Informática INEI (2016) reporta, que existen 10 404 271 personas menores de 17 años, de los cuales el 29.2% se encuentran en Lima. En el Perú la violencia y el embarazo adolescente son dos de los principales problemas psicosociales de los adolescentes, pues la prevalencia del primero alcanza al de 13% en esta población, con un alto impacto en su calidad de vida y sus familias, así mismo, también es uno de los principales factores esenciales que aumentan la probabilidad de pobreza y bajo bienestar psicológico, puesto que una persona a esta edad no está preparada ni física ni psicológicamente para asumir las responsabilidades que trae ser padres.

Respecto a la violencia, el INEI 2016 en la Encuesta Nacional sobre Relaciones Sociales del 2015 indica que 38.9% de adolescentes fue víctima de violencia psicológica o física en los últimos doce meses y el 80% víctima de este problema alguna vez, destacando que el 44.7% fue violentado por las personas en las que busco ayuda; por ello es el principal problema de salud pública de esta población. El panorama descrito anteriormente, con muchas situaciones estresantes, son las que diariamente tienen que enfrentar los adolescentes que cursan el nivel secundario en las escuelas públicas de Villa El Salvador, por ello es importante identificar las estrategias que utilizaron para afrontar sus problemas, el cual es entendido en la psicología como estrategias de afrontamiento, que según Sandin (1989) son aquellas estrategias que emite una persona para hacer frente

los problemas, es decir la forma como los adolescentes enfrentan sus problemas en la escuela y la familia.

En la psicología se desarrollaron múltiples estudios sobre las estrategias de afrontamiento ante diversas situaciones estresantes en la escuela; los cuales, influyen directamente en su calidad de vida y bienestar psicológico. En Colombia, Rodríguez (2013) identificó una relación directa entre las estrategias de afrontamiento positivas y el nivel de bienestar psicológico, otros estudios como los de Uribe, Ramos, Villamil y Palacio (2018) en el mismo país identificó que las estrategias de afrontamiento, búsqueda de apoyo social, ayuda espiritual y resolución de problemas presentan relación positiva con el alto bienestar psicológico. Estos estudios evidencian que ciertas estrategias de afrontamiento favorecen el desarrollo y calidad de vida de los estudiantes en la adolescencia.

Ya en el contexto de Lima Sur, el MINSA en su reporte de los Centros de Salud de San Juan de Miraflores, distrito aledaño a Villa El Salvador, lugar donde se desarrolló la investigación, registró una incidencia de atenciones por violencia juvenil entre las edades de 12 a 18 años con un 80 % en su jurisdicción, señalando que la agresión física y psicológica en la población conformada por adolescentes se ve afectada, según el panorama se confirma en los reportes de Centros de Emergencia Mujer (CEM, 2011), el cual reporta que 57 204 adolescentes han sido víctimas de violencia a causa de sus padres, la cual la agresión física es la que más predomina: también en ese mismo sentido Ochoa (2018) identifica que el 34.7% de adolescentes presentan riesgo muy elevado de conductas antisociales en las escuelas públicas de Villa El Salvador.

Es importante precisar que gran parte de las modalidades como se afrontan los problemas son aprendidos desde niño en casa por los hijos principalmente de los padres mediante las estrategias de crianza; en ese sentido, algunos estudios en Villa El Salvador, han identificado que las estrategias de crianza más utilizadas por los padres de adolescentes son, las de negligentes y autoritarias, los cuales se caracterizan por la imposición de las normas y la ausencia de vínculo emocional entre padres e hijos. Estas formas de educar a los hijos, incrementan la probabilidad de que los hijos desarrollen estrategias de afrontamiento que no favorezcan su bienestar psicológico y desarrollo.

Otros de los grandes problemas que afectan el bienestar psicológico de los adolescentes, es el acoso escolar, el cual alcanza al 70% en América Latina (Herrera-López, Romera y Ortega, 2018) y al 30.6% en Villa El Salvador (Quispe, 2015). Considerando a las estrategias de afrontamiento como los adolescentes víctimas de bullying afrontan estos problemas en Lima, destacan; la auto-culpa, y la evitación, Casamayor (2018), evidenciando que los adolescentes víctimas de este problema no presentan estrategias de afrontamiento positivas, por ello es que este problema, tiene un alto impacto en la salud psicológica y física de los estudiantes; pues afecta directamente su nivel de bienestar psicológico.

Lo presentado anteriormente, no hace más que promover el estudio científico de la forma como los adolescentes enfrentan sus problemas, puesto que, las estrategias ineficaces y negativas, los llevarán a presentar pocas oportunidades laborales y educativas en la adultez, incrementando la probabilidad de pobreza, al igual que bajo nivel de bienestar psicológico.

## **1.2. Formulación del problema**

¿Cómo son las estrategias afrontamiento en los adolescentes con alto y bajo bienestar psicológico en tres instituciones educativas de Villa El Salvador?

### **1.2.1. Objetivo general**

Comparar las estrategias de afrontamiento en los adolescentes con alto y bajo bienestar psicológico en tres instituciones educativas de Villa El Salvador.

### **1.2.2. Objetivos específicos**

- Identificar las estrategias de afrontamiento más prevalentes en los adolescentes de tres instituciones educativas de Villa El Salvador.
- Establecer el nivel de bienestar psicológico y sus dimensiones, en los adolescentes de tres instituciones educativas de Villa El Salvador.



- Analizar las diferencias significativas de las estrategias de afrontamiento, en función al género, edad, grado y tipo de colegio, en los adolescentes de tres instituciones educativas de Villa El Salvador.
- Analizar las diferencias significativas del bienestar psicológico en función al género, edad, grado y tipo de colegio, en los adolescentes de tres instituciones educativas de Villa El Salvador.
- Establecer la relación entre las estrategias de afrontamiento y el bienestar psicológico en los adolescentes con alto y bajo bienestar psicológico en adolescentes de tres instituciones educativas de Villa El Salvador.

### **1.3. Justificación e importancia**

Este estudio presenta justificación de tipo teórica, pues se incrementa el conocimiento de las formas de afrontamiento y el bienestar psicológico de los estudiantes de Villa El Salvador, así mismo servirá como antecedentes para futuras investigaciones con estas variables en adolescentes de secundaria de Lima.

También presenta justificación práctica, pues los resultados servirán como referencia para que los docentes, psicólogos, docentes de las instituciones educativas participantes, diseñen estrategias en el aula de clase los estilos de afrontamiento positivos para los estudiantes, con la finalidad que ellos puedan tener en el futuro, y de adultos una buena calidad de vida.

Por otro lado, presenta justificación metodológica, pues en este estudio se evalúan las propiedades psicométricas de la Escala de Bienestar Psicológico para jóvenes - BIEPS-J y el Cuestionario estrategias de Afrontamiento (ACS), los cuales podrán ser empleados como instrumentos de medida confiable y valido en las evaluaciones clínicas y la prevención en adolescentes de secundaria de Villa El Salvador.

Finalmente, presenta justificación social, pues el estudio se desarrolla en dos instituciones públicas de los sectores con mayores niveles de pobreza de Villa El

Salvador; por ello, son una referencia importante, pues se va conocer la forma como dichos adolescentes enfrentan las situaciones estresantes en la escuela, familia y comunidad.

#### **1.4. Limitaciones**

El estudio presenta limitación de tipo teórica, pues no se hallaron estudios que relacionen ambas variables en Villa El Salvador en adolescentes de secundaria, por ello se tuvo que considerar como antecedentes a estudios asociados al bienestar psicológico y afrontamiento de Lima y de todo el Perú.

El estudio presento limitación en la muestra, puesto que solo se ha considerado la participación de tres instituciones educativas de Villa El Salvador, dos I.E. públicas y una privada, por ello, los resultados solo podrán generalizarse en estas poblaciones.

**CAPÍTULO II**  
**MARCO TEÓRICO**

## **2.1. Antecedentes de la investigación**

### **2.1.1. Antecedentes internacionales**

Uribe, Ramos, Villamil y Palacio (2018) investigaron la relación entre las estrategias de afrontamiento con el bienestar psicológico, en escolares adolescentes, en Colombia. La investigación es de diseño transversal correlacional, conformada por 104 adolescentes que provienen de colegios públicos, entre 15 y 18 años de la ciudad de Montería en Córdoba. Se utilizó el instrumento de la Escala de Afrontamiento para adolescentes y el Cuestionario de Bienestar Psicológico. Los resultados determinan que si presentan relación entre las estrategias de afrontamiento con el bienestar psicológico. Por otro lado los jóvenes de la muestra, se presentan una alta correlación entre las estrategias de afrontamiento, la cual son búsqueda de apoyo social, espiritual y resolución de problemas. En el aspecto del bienestar psicológico relacionado al género, se evidencia diferentes de tipo estadístico como en el dominio del medio ambiente de tipo social, el desarrollo personal y su bienestar.

Barcelata y Rivas (2016) investigaron la relación entre bienestar psicológico y satisfacción vital en adolescentes de escuelas secundarias tempranos medios, en México. La muestra fue de 572 estudiantes de 13 a 18 años, se usó las variables de: Escala de Bienestar Psicológico para adolescentes y la Escala de Evaluación Afectivo-Cognitiva de la vida. Sus resultados fueron que si hay relación en las estrategias de afrontamiento con el Bienestar Psicológico para adolescentes y la Escala de Evaluación Afectivo-Cognitiva de la vida. Los resultados fueron que los adolescentes en el área de bienestar psicológico y la satisfacción vital presentaron valores por encima de la media, a la vez en las dimensiones del bienestar psicológico se halló relaciones significativas. En los factores de auto aceptación y autocontrol mencionan que en los adolescentes tempranos como medios en el factor de satisfacción, aunque las relaciones positivas y el propósito de vida fueron predictores significativos en los primeros y en la planificación del futuro en los segundos. Esto ayuda a orientar en la elaboración de los programas de promoción el bienestar psicológico y la satisfacción vital en las etapas del desarrollo humano priorizando la adolescencia.

Viñas, Gonzales, García, Malo, y Casas (2015) Investigaron la relación entre estilos y estrategias de afrontamiento con el bienestar personal en adolescentes, en España. Su muestra fue de 656 adolescentes de 11 a 17 años. La investigación fue de tipo no experimental y de diseño correlacional. Para medir las variables utilizaron el instrumento Personal Well Being Index- PWI y la Escala de Afrontamiento para adolescentes –ACS. Los resultados en el área de bienestar personal presentan efectos de edad y género. De tal manera que la persona tiene que presentar afronte hacia los problemas, concentrarse en resaltar lo positivo, como distraerse con acciones recreativas, esto influye de manera positiva en su bienestar.

Morales y Gonzales (2014) investigaron la relación entre resiliencia, autoestima, bienestar psicológico y capacidad intelectual en jóvenes que cursan el 4to año, en Chile. Su muestra estuvo conformada por 175 estudiantes. El estudio fue de tipo cuantitativo correlacional y de diseño no experimental transeccional. Los instrumentos utilizados fueron: Raven's Standard Progressive Matrices (PMS), Inventario de Autoestima de Coopersmith, Escala de Resiliencia SV-RES para adultos y jóvenes y la Escala de Bienestar Psicológico (Bieps). Los resultados determinan que existe relación entre el Bienestar psicológico, la autoestima correlacionadas ambas variables con la resiliencia, sin embargo no se encuentra relación con el rendimiento escolar. Luego los estudiantes se dividen en tres grupos: alumnos con un alto rendimiento académico, de nivel promedio, y el último grupo con un nivel de bajo rendimiento. La cual se halló diferencias de gran significancia entre los grupos como en el aspecto de la capacidad cognitiva, pero en las variables como autoestima, resiliencia y bienestar psicológico no se hallaron relación, a la vez se evidencia diferencias en diferentes sub-factores de escalas administradas.

Ávila-Quiñónez, Montaña, Jiménez-Arenas y Burgos (2014) realizaron una revisión descriptiva de investigaciones empíricas referidas a estilos de estrategias de afrontamiento y rendimiento académico en estudiantes adolescentes, en Colombia. La investigación de tipo cuantitativa, descriptiva de análisis de documentos de corte empírico y enfoque interpretativo. Como instrumentos se utilizaron la base de datos: Dialnet, Scielo, Psique y Redalyc, revisaron un total de 479 artículos, de los cuales 46 cumplieron los siguientes criterios de inclusión: artículos empíricos publicados en revistas indexadas, artículos publicados en el idioma español, y población adolescente escolarizada, El rango

de búsqueda de los artículos se estableció entre los años 2001 -2013. Los resultados determinan una alta prevalencia de estudios sobre estilos y estrategias de afrontamiento y su relación con otras variables. Los estudios coinciden en correlaciones positivas entre estilos de afrontamiento activos y bienestar psicológico elevado. Coinciden también en señalar que el rendimiento académico es un fenómeno multicausado y sugieren relaciones con el afrontamiento. Sin embargo son pocas las investigaciones que correlacionan estadísticamente el afrontamiento con el rendimiento académico de manera directa.

Rodríguez (2013) investigó la relación entre estrategias de afrontamiento con el bienestar social, psicológico y subjetivo en jóvenes adolescentes en el distrito de Santa Marta, ubicado en Colombia. La investigación de tipo correlacional y de diseño no experimental. Se utilizaron como instrumentos la Escala de Bienestar social de Keyes, Escala de bienestar de Ryff, A-COPE de Patterson y la Escala Subjetivo de Diener. Los resultados determinaron que si hay relación positiva entre las estrategias de afrontamiento y su salud mental aplicadas. Se halla que los jóvenes afrontan las situaciones estresantes de manera resilientes y cuando se presenta situaciones difíciles que puedan afectar a su familia o a sí mismos, lo resuelven de manera exitosa con la ayuda de los miembros de ésta. Según en porcentaje podemos observar que presenta un alto bienestar: social con el 84 %, psicológico con el 62% y subjetivo con el 81%.

Romero, Zapata, García-Mas, Brustad, Garrido y Letelier (2010) investigaron la relación de estrategias de afrontamiento y bienestar psicológico en adolescentes, en Chile. Con una muestra de 26 adolescentes tenistas de 15 años. La investigación de tipo cuantitativa y de diseño es no experimental-correlacional. Los instrumentos utilizados fueron el Cuestionario de Aproximación al Afrontamiento en el Deporte (ACSQ-1) y la Evaluación del Bienestar Psicológico. Los resultados indican que la acción de calma emocional fue una estrategia beneficiosa por los tenistas de manera general.

También mencionan que la tranquilidad en el aspecto emocional y su organización de manera activa han sido evaluadas con más exactitud a comparación que el beneficio de rendimiento para ellos.

Otro resultado significativo fue que la estrategia de calma emocional obtuvo más uso por los tenistas que casi nunca se auto-aceptaron, y la estrategia de retraimiento

mental tuvo más demanda en los tenistas que más se auto-aceptaron. En los jóvenes se detectó que utilizan como estrategia de afrontamiento una mayor frecuencia el retraimiento mental. Finalmente los resultados fueron que los tenistas jóvenes prefieren la estrategia de afrontamiento, evidenciando que hay diferencias entre las estrategias

### **2.1.2. Antecedentes nacionales**

Casamayor (2018) investigó la relación entre estrategias de afrontamiento y acoso escolar en adolescentes en tres instituciones educativas. La muestra estuvo conformada 300 estudiantes de nivel secundario, por lo que las edades oscilaron entre 12 a 16 años. Los instrumentos usados fueron la Escala de Auto-test de Cisneros de acoso escolar y la escala de Estrategias de afrontamiento para adolescentes (ACS). Sus resultados determinan que si se encuentra asociado directamente entre la estrategia de auto-inculparse (Cu) (estrategia centrada en la evitación) y el bullying. Por otra parte no hay relación en consideración con las estrategias con la búsqueda de apoyo social, resolución de problemas, lograr el éxito, tensionarse, compartir con amigos cercanos, ilusionarse, falta de frente a problemas, disminución de la tensión, olvidarse de un problema, buscar apoyo de enfoque espiritual, enfocarse en lo positivo, búsqueda de ayuda terapéutica , realizar acciones recreacionales.

Gutiérrez y Veliz (2018) investigaron la relación entre estrategias de afrontamiento y bienestar psicológico en estudiantes de secundaria de una institución educativa. La investigación de diseño no experimental de corte transversal y de alcance correlacional. La muestra estuvo conformada por 216 estudiantes de secundaria. Se utilizó los instrumentos para medir las variables, lo cual se usaron la Escala de Afrontamiento para Adolescentes y Escala de bienestar Psicológico. Los resultados determinan que existe relación entre el bienestar psicológico y las estrategias de afrontamiento: enfocarse en resolver el problema ( $\chi^2=43.448a$ ,  $p=.000$ ), esforzarse y tener éxito ( $\chi^2=46.797a$ ,  $p=.000$ ), enfocarse de manera positiva ( $\chi^2=47.263a$ ,  $p=.000$ ), búsqueda de apoyo espiritual ( $\chi^2=22.360a$ ,  $p=.004$ ), búsqueda de ayuda profesional ( $\chi^2=22.360a$ ,  $p=.004$ ), preocuparse ( $\chi^2=26.931a$ ,  $p=.000$ ), falta de afrontamiento ( $\chi^2=30.789a$ ,  $p=.000$ ), reducción de la tensión ( $\chi^2=43.297a$ ,  $p=.000$ ), reservarlo para sí ( $\chi^2=26.614a$ ,  $p=.001$ ) y auto-inculparse ( $\chi^2=39.270a$ ,  $p=.000$ ).

García y Yabar (2017) investigaron la relación entre estrategias de afrontamiento y bienestar psicológico en estudiantes del nivel de secundaria de una institución educativa pública del Cusco. La muestra se conformó por 452 estudiantes de cuarto año y quinto año de nivel secundario. La investigación fue descriptiva comparativa y de tipo no experimental transversal. Los resultados determinan que en su gran mayoría los estudiantes que utilizan la estrategia para resolver problemas y presentan un nivel medio-alto en el área de bienestar psicológico.

Gonzales (2016) investigó el estrés académico y estrategias de afrontamiento en estudiantes de nivel secundario de una institución educativa. La investigación de tipo no experimental y de diseño correlacional, con una muestra conformada por 180 estudiantes, para la cual se utilizaron los instrumentos: Inventario de SISCO de estrés académico y la Escala de Afrontamiento para Adolescentes (ACS). Los resultados determinan que el estrés académico se asocia de manera positiva con los estilos “enfocado en los demás” e “improductivo”, presentando un 75% de estrés medio –alto en los estudiantes, así mismo estas estrategias son la más utilizadas por los estudiantes, como: distracción física con un 56.1%, tener vida social y compartir en amigos íntimos (51.2%) y preocuparse con un 48.3%.

Samanez y Alva (2016) investigaron la relación entre bienestar psicológico y asertividad en estudiantes pertenecientes a una Institución educativa particular ubicado en Lima Este. La investigación de tipo cuantitativo, de diseño no experimental de corte transversal –correlacional, con una muestra conformada por 221 estudiantes. Los instrumentos utilizados fueron: El perfil de bienestar Psicológico de Ryff y el Autoinforme de Conducta Asertiva. Los resultados determinan que presentan una alta relación de manera significativa y positiva en relación con las dimensiones de la asertividad, llamada también autoasertividad ( $\rho = ,206$ ;  $p = ,002$ ) y la dimensión relaciones con otros y en heteroasertividad ( $\rho = ,189$ ;  $p = ,001$ ). También se evidencia una relación de nivel alto y significativo de manera negativa entre las dimensiones de dominio del entorno, el crecimiento personal y la heteroasertividad ( $\rho = -,217$ ;  $p = ,001$ ;  $\rho = -,191$ ;  $p = ,004$  respectivamente). Se encuentra relación parcial en el bienestar psicológico y la asertividad, presentando un mayor énfasis en la capacidad para poder entablar adecuadas relaciones interpersonales de manera asertiva.



Orihuela (2015) investigó la relación entre el bienestar y afrontamiento en estudiantes que participaron de un programa de empoderamiento juvenil y adolescentes escolares. La muestra estuvo conformada por 150 adolescentes de secundaria del 3° al 5° año del grado secundario. El estudio fue descriptiva comparativa y de tipo no experimental transversal. Se usó el instrumento de medición el Cuestionario BIEPS-J para medir la variable del bienestar y ACS para la variable del afrontamiento. Sus resultados presentan un mayor nivel de bienestar en los adolescentes que usan estrategias de afrontamiento de manera aceptable. Por otra parte, existe relación predictiva bidireccional entre el bienestar y la participación y también en el estilo de afrontamiento y el bienestar.

## **2.2. Bases teóricas**

### **2.2.1 Definición de bienestar psicológico**

La Real Académica Española (2017) define el bienestar como: “una vida con preocupaciones, la cual la persona siente tranquilidad y satisfacción” (p. 13).

Por otro lado la Organización Mundial de la Salud es un estado de bienestar la cual la persona es responsable y consciente de sus propias capacidades y afronte a las dificultades de la vida cotidiana y la contribución con su comunidad, definiéndose como salud mental. (OMS, 2013).

Veenhoven (1991) definiendo que la persona juzga su vida de manera subjetiva “como un todo”, es decir como la persona se siente satisfecha con su vida. El autor menciona que la persona usa dos componentes para realizar la evaluación: los pensamientos y el afecto. El componente cognitivo, - la satisfacción con la vida-, representando las diferencias según su percepción entre sus logros y metas; el rango que va a partir de la sensación de realización como persona hasta su experiencia ya sea fracasar. La característica principal del bienestar es la estabilidad, la cual perdura en el transcurrir de tiempo e impacta de manera global en la vida de las personas.

Taylor (citado en García-Viniegras, González y Benitez, 2000) señala que el bienestar psicológico es pieza de la salud de manera más general y se presenta en todos

los aspectos de la actividad humana. Taylor afirma que “cuando un individuo se encuentra satisfecho y estable se siente capaz de poder realizar sus actividades de manera eficaz, visualizando el futuro de manera positiva con felicidad implicando la capacidad de poder amar, trabajar, relacionarse de manera social y teniendo el manejo de sus decisiones y emociones” (p. 16).

Lawton (1983 y 1991; citado en Liberalesso, 2001) define que un dominio es el bienestar psicológico que se encuentra dentro de la calidad de vida, la cual las competencias de la conducta y la calidad de vida que se percibe, también las condiciones del medio físico son influencias en la persona. El autor menciona que la evaluación de cada persona en el sentido de bienestar psicológico agrupando la dinámica de las relaciones en los tres dominios, quiere decir que el bienestar psicológico está conformado por un conjunto de competencias objetivas del contexto externo, creencias y opiniones de satisfacción. Es decir, el bienestar psicológico se determina que es un conjunto complejo de condiciones que abarcan los valores, condiciones sociales, orgánicas, expectativas personales y psicológicas actuales, así como la coherencia entre metas deseadas y metas obtenidas.

Casullo (2002) menciona que la satisfacción conformada por un constructo triárquico, se dividen:

- 1) Los tipos del aspecto emocional ( afecto positivo y negativo)
- 2) El aspecto cognitivo ( creencias , pensamientos ) y
- 3) La relación entre ambos componentes.

Menciona que los estados emocionales son de modo pasajero e independientes, si presenta un alto nivel de afectividad positiva no quiere decir que existe una baja dosis de afectividad negativa. Por último que menciona que el bienestar psicológico es parte del componente cognitivo de la satisfacción, produciendo el proceso en que las personas mencionan como les fue o les está yendo a lo largo de su vida trascendiendo de esa manera en una reacción afectiva inmediata.

Para Diener (citado por Marsoller, Aparicio y Aguirre, 2009) “el bienestar psicológico contiene componentes estables y cambiantes en el transcurso del tiempo los

componentes son cambiantes como la emoción, siendo la más estable el componente cognitivo” (p. 2).

Además, García-Viniegras, Gonzales y Benítez (2000) menciona que: “el bienestar es un constructo en la cual se expresa el sentimiento y la angustia positiva de las personas con uno mismo. Está relacionado con el funcionamiento físico, psíquico y social de la persona” (p. 20).

Adicionalmente Villagrán (2009) menciona que el bienestar psicológico es definido como “una estado percibido por el individuo, influenciando en su vida cotidiana de manera general con un enfoque positivo, siendo consciente de sus pensamientos y emociones” Es decir, la importancia que se le otorga lo vivido y lo que vive la persona” (p. 93).

Para García (2000) el bienestar psicológico se relaciona con los aspectos sociales, se puede decir que es de carácter subjetivo siendo parte de la salud de manera general, manifestándose en toda actividad humana.

Aparte de ello Veenhoven (citado por Castro y Martina, 2000,) define el bienestar como “el nivel en la cual una persona juzga su vida como un todo en términos favorables” (p. 37). Por otro lado Ryff (1989) lo define como “potencializar las habilidades de uno mismo” (p. 15).

Se concluye que el bienestar psicológico es el estado de satisfacción plena que siente la persona, sintiéndose capaz de tomar decisiones y afrontar situaciones difíciles de manera asertiva y positiva, así logrando su adecuado potencial.

### **2.2.2. Componentes del bienestar**

Ocasionan un gran debate académico en los últimos años de las antiguas definiciones filosóficas, se denominan hedonismo y la otra perspectiva es llamada eudaimonia, detalladas a continuación:

Hedonismo: Se define que el bienestar, se puede decir que es como la falta de afecto negativo y su presencia es la del afecto positivo (Kahneman, Diener y Schwarz, 1999).

Eudaimonia: define que el bienestar consta de experiencias positivas no maximizadas, ni minimizar las experiencias negativas, sino que es la forma de vivir de manera plena y valiosa (Ryan, Huta y Deci, 2008).

### **2.2.3 Importancia del bienestar psicológico**

Es un conjunto que se expresa de sentir y pensar positivo de la persona acerca de sí mismo (García y Gonzales, 2000) es decir para la persona durante toda su vida va elaborando sus proyectos personales a largo y corto plazo, donde su bienestar es producido por el balance entre las expectativas y logros de sí mismo, llamándose satisfacción.

También es resaltante que la persona tiene 5 componentes, como: psíquico, social, ecológico, biológico y espiritual, ya que el bienestar es un concepto multifacético y dinámico, influyendo en dimensiones subjetivas, psicológicas y sociales, de manera conductual, la cual para una persona logre su crecimiento personal, su satisfacción hacia la vida, percepción de la salud y capacidad de emprendimiento personal debe ser asesorado. (Romero, Brustad y Garcia, 2007).

### **2.2.4. Modelos teóricos sobre el bienestar psicológico**

El bienestar psicológico presenta una base de psicología positiva, la cual es un corriente recién dada, donde su objetivo es impulsar a lo positivo, aunque no hay muchos modelos teóricos asociados.

#### **El modelo de Jahoda**

La representante de la psicología positiva fue Marie Jahoda, donde dio el concepto de salud mental por la joint Commission on Mental Illness and Health (comisión conjunta sobre la enfermedad y la Salud Mental) donde se publicó varios libros.

Se centra en la salud mental de la persona, tomando en cuenta de los aspectos de salud física y social. La condición física es una condición necesaria pero no es suficiente para mencionar que es una salud mental buena.

Jahoda propuso que el estado de salud mental positiva, posee características específicas, las cuales se plasman en un paciente con o sin problemas de salud mental. (García, 2014).

### **Teoría de la autodeterminación**

Ryan y Deci (2008) autores definen que es primordial que es necesario estudiar las conductas de la persona si son evolucionadas o auto-determinadas, si alcanzan el nivel más alto de reflexión y si las acciones son a elección.

La teoría de la determinación se enfatiza en el ser humano y señala que las personas son proactivos y competitivos, también pasivos y alineados, donde las condiciones del contexto social se enfatizan donde facilitan los procesos naturales de la auto-motivación y el desarrollo psicológico saludable, donde los factores externos reducen la motivación extrínseca, es decir el bienestar y la autorregulación.

Además, Rogers (1963) define que solo le logra el bienestar adecuado, teniendo un óptimo estado psicológico de manera original y particular.

Esta teoría afirma que el funcionamiento psicológico óptimo implica: una satisfacción moderada de las necesidad psicológicas básicas (vinculación, autonomía y competencia), también un sistema de metas congruentes y coherentes con los intereses deseados y los valores , a la vez deben ser más intrínsecas que extrínsecas.

Sin embargo, las necesidades son innatas y primordiales para el equilibrio del bienestar, serían: vinculación, competencia y autonomía (Deci, Ryan, 2000).

La teoría de la autodeterminación, está enfocada en la motivación humana la cual tiene la función del desarrollo de la personalidad dentro del ámbito social. (Moreno y Martínez, 2006).

## **Modelo teórico de Ryff**

Antes que la psicología positiva se convierta en un papel importante, las investigaciones sobresalientes fue la de Ryff (1989) ya que ella hizo un constructo llamado bienestar psicológico, donde se centró en el crecimiento espiritual y su desarrollo personal. La primera investigación fue en relación a conceptos como funcionamiento pleno, madurez, salud mental positiva y teorías sobre teorías del desarrollo.

La autora mencionó un punto de convergencia entre estos, por lo que propone un modelo multidimensional, donde presenta 6 aspectos del bienestar óptimo a nivel psicológico, los cuales son:

1. Autoaceptación: Sentirse bien consigo mismo, con aspectos positivos y negativos, y así la persona se valora asertivamente.

2. Relaciones positivas: Esta estrategia define el modo de las relaciones interpersonales con las demás personas, así mismo muestra solidaridad y preocupación por sus prójimos enfocándose en lo positivo de su vida.

3. Control ambiental: La persona siente que tiene el control y se siente competente, observando las dificultades como una manera de ver oportunidades y de crear soluciones y estrategias.

4. Autonomía: Se siente una persona capaz de afrontar situaciones difíciles, mostrándose independiente y autónomo, controlando la conducta no asertiva de esa manera se autoevalúa asimismo.

5. Crecimiento personal: Se siente empoderado con capacidad de avanzar y lograr sus metas, mostrándose abierto a nuevas experiencias y teniendo la capacidad de apreciar sus virtudes y capacidades.

6. Propósito en la vida: Presenta objetivos en su vida y tiene manejo de su propia vida y decisiones que tomo en el pasado, observando las consecuencias agradables o desagradables en su vida actual pero asumiendo esa responsabilidad.

## **Modelo teórico de Keyes**

Keyes (2005) propone que un modelo de dimensiones del bienestar, en base a la teoría propuesta por Ryff, ya que ésta menciona que se debe cubrir aspectos hedónicos, lo cual la principal novedad es el bienestar social. Ella define que hay tres dimensiones: a) Bienestar subjetivo, (teniendo alto positivo afectivo y bajo afecto negativo, a la vez una elevada satisfacción vital) b) Bienestar psicológico (la cual es las seis dimensiones propuestas por Carol Riff) y c) Bienestar social.

Según Keyes, menciona que el bienestar social tiene un base en que la persona se encuentre satisfecha en su contexto social y cultural, donde la persona presenta la calidad de su entorno que lo rodea, también el bienestar social, enfocaría que el ambiente social y la cultura de la persona como es percibido generara un aspecto positivo o negativo para la vida de la persona.

### **2.2.5. Teorías sobre el modelo psicológico**

Diener (1984, citado en Lance, Mallard y Michalos, 2002) señalaron que los Modelos Psicológicos “Abajo-Arriba” y “Arriba-Abajo”: Los modelos de abajo arriba (bottom-up) manifiesta que el bienestar consiste en las vivencias y experiencias agradables y desagradables, por ejemplo si una persona se encuentra satisfecha es porque experimenta muchos momentos de gran satisfacción. En el modelo arriba-abajo (top-down) menciona que las personas se encuentran con predisposición a afrontar actividades y afronte ante los eventos de manera positiva y negativa. También que los elementos de la personalidad dan a conocer que los niveles de bienestar, donde las personas se muestran felices son porque les agrada y buscan sentir placer, y no por el hecho de que siempre se encuentran satisfechas.

Cummins (2000, citado en Moreno, 2003) y Cummins, Gullene y Lau (2002, citados en González, 2004) han propuesto el Modelo Homeostático del Bienestar Psicológico, tiene un mayor nivel de relación con el modelo arriba – abajo señalado de manera anterior. Dicho modelo define que el proceso psicológico en el que se encuentra el bienestar, es un conjunto de nivel alto comprendiendo de aspectos genéticos primarios

y un sistema protector. En el sistema primario de la parte genética, determina que la percepción del bienestar, contiene características de la personalidad, extraversión y el neuroticismo. También el sistema protector secundario, tiene base genética es de enfoque más accesible que el anterior, donde incluyen: la autoestima, el optimismo y la percepción de control. Por lo tanto el bienestar psicológico se sitúa en un nivel inferior. Según Ryff (1989; citado en Casullo, 2002) señala que el modelo multidimensional de las 6 dimensiones de Ryff, enfatiza la aceptación y crecimiento personal de la persona así como la adaptación e integración en su entorno social. Originando unas 6 estructuras integradas por el bienestar psicológico.

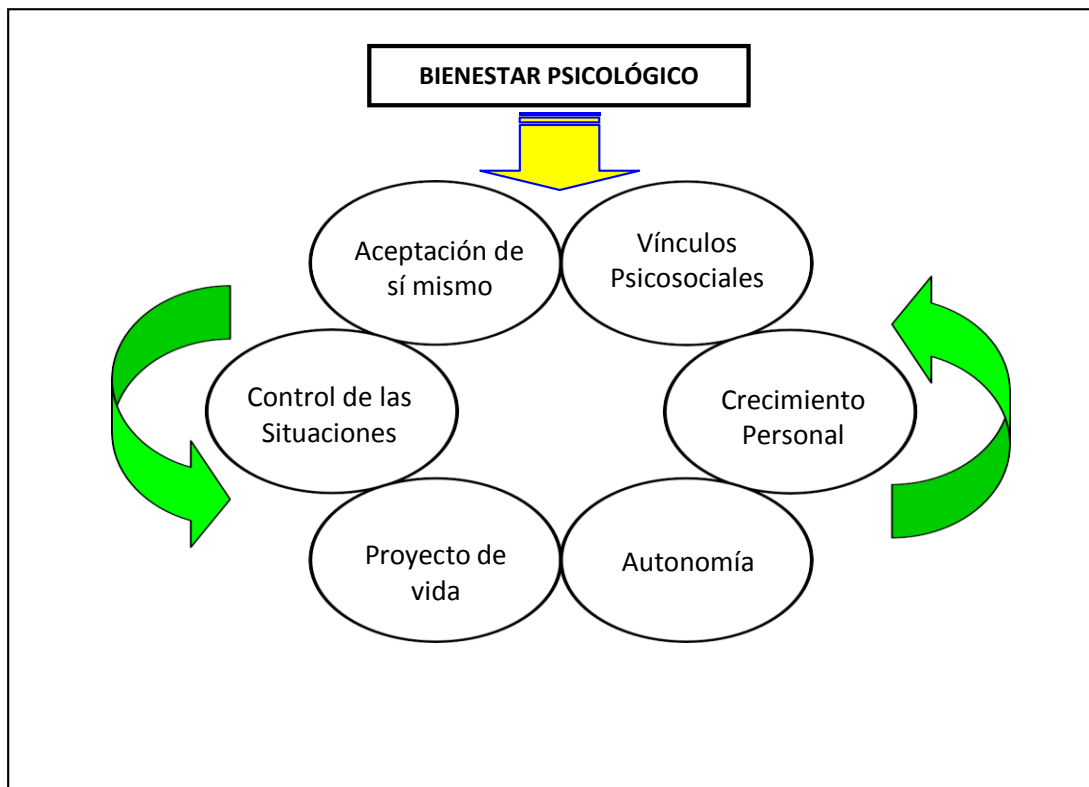


Figura 1. Las dimensiones del Bienestar Psicológico. Adaptado de Casullo, M. (2002)

## 2.2.6. Factores que aportan al bienestar psicológico.

### Habilidades sociales

Cada persona se encuentra relacionándose, Dongil y Cano (2014) definiéndose las habilidades sociales como un grupo de capacidades y destrezas interpersonales,



permitiendo relacionarse con las demás personas de manera asertiva, de esta forma el ser humano es un ser sociable.

Las relaciones de los seres humanos, contribuyen a alcanzar la felicidad o a buscarla, por lo que es una necesidad de la persona que se motiva de manera continua u otra para alcanzar su meta planteada.

Villagran (2014) menciona que las habilidades sociales son innatas, pero que se aprende en el contexto social a relacionarse de manera adecuada, lo cual cuando una persona es asertiva en el aspecto social ocasionará en su desarrollo personal una satisfacción y felicidad, en su persona.

### **Asertividad**

Riso (2008) menciona que la asertividad es defender su opinión sin ir en contra del derecho de la otra persona, ejerciendo en el momento adecuado y oportuno también sus derechos.

Por esa razón Villagran (2014) define que la asertividad es un medio de comunicación que las personas usan para tener una relación óptima, Por lo tanto es importante que los jóvenes y adolescentes aprendan a comunicarse asertivamente y así puedan sentirse satisfechos

### **Bienestar y afrontamiento en la adolescencia**

La adolescencia es una etapa de transición que sufren diferentes cambios tanto físicos como emocionales, y presentan un repertorio de estrategias que les ayudan a afrontar diferentes dificultades a diario (Frydenberg y Lewis, 1996).

Gonzales, Montoya, Casullo, y Bernabéu (2002) Llegaron a definir que el afrontamiento y bienestar se encuentran relacionados, sin identificar que variable presenta mayor énfasis en la otra, pero los adolescentes que usan estrategias de afrontamiento presenta mayor bienestar y presenta resolución de problemas, la cual las preocupaciones como problemas familiares , educativos , personales y afectivos alteran la estabilidad emocional.

## **Bienestar en la adolescencia**

Castellá, Saforcada, Tonon, Rodríguez, Mozobancyk y Maria (2012) en la investigación denominada bienestar Subjetivo de los adolescentes: un estudio comparativo entre Argentina y Brasil, mencionan que en la adolescencia cuando se presenta diversos cambios evolutivos de la persona existe una pérdida de manera gradual de bienestar, a la vez Havighurst (1972) indica que la adolescencia es un reto a desarrollar todo de manera asertiva.

También, se resalta que la importancia del bienestar psicológico en los adolescentes sea apropiada, por lo que los cambios ocurren en esta etapa, Contini, Coronel, Levin y Estévez (2003) menciona la importancia en que se produce los cambios en la personalidad, también define la identidad personal y se elabora el proyecto de vida. Sin embargo, Lung y Leung (citado por Casas y Ceñal 2005) determinan que si los padres presentarían técnicas de habilidades de crianza, mejorarían el bienestar psicológico en los adolescentes.

### **2.2.7. Estrategias de afrontamiento**

Para Casullo y Fernández (2001) nos dicen que las estrategias de afrontamiento se encuentran relacionadas con la capacidad para sobreponerse ante una dificultad, además el afrontamiento es un grupo de pensamientos, sentimientos y acciones, que la persona utiliza para solucionar situaciones difíciles y disminuir la tensión que origina en ellas.

Así también Sandin (1989) menciona que el afrontamiento se presenta como respuestas conductuales y cognitivas que realiza la persona para hacer frente ante un problema.

El afrontamiento es una consecuencia del contexto que le genera estrés y anteriormente se manifestaron como hechos pasados que le sirve a la persona para que pueda resolver los problemas y afronte de manera adecuada. (Carver, 1984).

Mientras tanto Frydenberg y Lewis (1997, citados por Flores y Marrufo, 2005) mencionan que el afrontamiento de modo general es el modo con el que el joven enfrenta cualquier contexto de estrés y el específico de una problemática familiar. Se observa 18

estrategias :buscar apoyo social, concentrarse en resolver el problema, esforzarse y tener éxito, preocuparse, invertir en amigos íntimos, buscar pertenencia, hacerse ilusiones, falta de afrontamiento, reducción de la tensión, acción social, ignorar el problema, auto-inculparse, reservarlo para sí, buscar apoyo espiritual, fijarse en lo positivo, buscar ayuda profesional, buscar diversiones relajantes y distracción física.

Por su lado Lazarus y Folkman (1986) mencionan que:

Las estrategias de afrontamiento de manera acumulada son procesos que cada persona afronta de manera estresante. Informan que afrontamiento al estrés consiste en esfuerzos cognoscitivos y conductuales constantes, cambiantes, y con el paso del tiempo manipular los contextos externos e internos, es por eso que la persona toma diferentes capacidades para eliminar las tensiones que le genera el estrés, se usa este tipo de estrategias para eliminarlas. (p. 23)

Para Martínez y Morote (2001) en la etapa de la adolescencia los jóvenes desarrollan un conjunto de estrategias con la que los diversos sucesos en la etapa adulta.

Frydenberg y Lewis (1997), citados por Flores y Marrufo (2005) estudiaron una clasificación en tres estilos de afrontamiento los cuales se dividen en 18 dimensiones y estas son:

1. Estilo de afrontamiento centrado en las emociones: buscar apoyo social, buscar pertenencia, invertir en amigos íntimos, acción social, buscar apoyo espiritual, buscar ayuda profesional.
2. Estilo centrado en la solución del problema: concentrarse en resolver el problema, esforzarse para tener éxito, fijarse en lo positivo, buscar diversiones relajantes, distracción física.
3. Estilo centrado en la evitación: preocuparse, hacerse ilusiones, falta de afrontamiento, reducción de la tensión, ignorar el problema, auto inculparse, reservarlo para sí.

Con respecto al manejo de estrategias por parte de cada joven, se manejara una estrategia que será remarcada ante las demás. Tienen aspectos cognitivos y la evaluación de la situación; las herramientas personales son de mayor importancia para hacerle frente, también las estrategias de afrontamiento resultan positivas y negativas, cuando reducen el estrés favoreciendo la salud a largo plazo y a corto, causando daños en la salud. La parte positiva y negativa de las estrategias de afrontamiento depende la rapidez utilice (Martinez y Morote, 2001).

Además Fryndenberg y Lewis (2000), citados por Flores y Marrufo (2005) mantienen que las estrategias de afrontamiento en los jóvenes suceden ante acontecimientos que afectan de forma positiva para sus vidas. Algunos estudios refieren que la etapa de la adolescencia se puede demostrar preocupaciones consigo mismo y con su entorno, la cual presentan desacuerdos y contextos difíciles, provocando la independencia de herramientas, en cambio si no se logra puede ocasionar desconciertos, problemas, tensiones, temores, contradicciones que el adolescente se vea propenso a conductas de riesgo afectando a tomar decisiones.

### **2.2.8 Características del afrontamiento**

Según Lazarus y Folkman (1986) existen los siguientes tipos:

1. El afrontamiento se da de manera positiva o negativo, útil o inútil, lo cual se separa de las consecuencias.
2. Como la persona presente situaciones dificultosas, se utilizara la estrategia del afrontamiento más conveniente.
3. El afrontamiento pasa por un análisis de saber si se puede o no tomar medidas para poder cambiar la situación, se centra en la dificultad, en cambiar la relación, el contexto de la persona y su emoción, la cual cambiara la cualidad del problema para de esa manera eliminarlo.

### **2.2.9 Tipos de afrontamiento**

Lazarus y Folkman (1986) inicialmente proyectaron dos tipos de afrontamiento: enfocado en la emoción y en el problema.

1. Focalizarse en el problema: El adolescente muestra interés por lo nuevo, investiga y desea cambiar la reciprocidad. Además la persona indaga alternativas para las dificultades que se presentan a nivel cognitivo.
2. Focalizarse en la emoción: Se basa en disminuir las respuestas de la emoción originadas por el estrés. En el contexto presenta un estado de estrés que es constante dirigiéndose a la intención de reducir la tensión emocional que ocasiona.

### **2.2.10 Teorías del afrontamiento**

Según en el enfoque cognitivo-conductual está centrado en la persona, la cual se da dos formas de estrategia de afrontamiento: a) Como un estilo cognitivo que es persistente en el acercamiento a las dificultades, de manera cognitiva, así resuelve informaciones manejando herramientas mentales (como la percepción, la memoria y el procesamiento). B) Como un estado que depende de la situación, Se examinan habilidades llevados por la persona en diferentes contextos dificultosos, a la vez se muestra seguridad en las estrategias en diferentes ambientes.

### **Teoría transaccional**

Lazarus y Folkman (1984) menciona que el estrés en la teoría transaccional, es considerado una correlación entre el individuo y el ambiente social, la cual cuando es extenso amenaza la integridad física o mental de la persona, se puede decir que el estrés es parte del contexto, influyendo de manera positiva o negativo en la vida de la persona presentando consecuencias agradables o desagradables, siendo así que la persona tiene que elaborar estrategias y de esa manera la persona es un papel activo en el estrés.

## **2.3 Definición de términos**

### **Bienestar psicológico**

Es la “percepción que una persona tiene sobre los logros alcanzados en su vida, del grado de satisfacción personal con lo que hizo, hace o puede hacer, desde una mirada estrictamente personal” (Casullo, 2002, p. 11).

### **Estrategias de afrontamiento**

El afrontamiento son como respuestas conductuales y cognitivas que realiza la persona para hacer frente ante un problema (Sandin, 1995).

### **Adolescentes**

Es un proceso de adaptación más complejo que el simple nivel biológico, e incluye niveles de tipo cognitivo, conductual, social y cultural (Schock, 1946).

**CAPÍTULO III**  
**MARCO METODÓLOGICO**

### **3.1. Tipo y diseño de investigación**

#### **3.1.1. Tipo de investigación**

La investigación es tipo cuantitativo porque tiene como finalidad cuantificar las variables estudiadas; es decir, cuantificar el nivel de bienestar psicológico e identificar las estrategias de afrontamiento prevalentes por los adolescentes de Villa El Salvador (Hernández, Fernández y Baptista, 2014).

#### **3.1.2. Diseño de investigación**

El diseño de investigación es no experimental; pues, no se manipularan las variables de estudio; así también, es de corte transversal, ya que los datos se recolectan en un solo espacio de tiempo (Hernández, Fernández y Baptista, 2014).

#### **3.1.3. Nivel de investigación**

El nivel o alcance de la investigación, fue descriptivo-comparativo, pues se describe y comparan las estrategias de afrontamiento en los adolescentes con bajo y alto bienestar psicológico (Hernández, Fernández y Baptista, 2014). “Así mismo, es de diseño correlacional trasversal, pues compara muestras de sujetos de distintas edades, medida simultáneamente en un punto de tiempo” (Alarcón, 2013, p. 219)

### **3.2. Población y muestra**

#### **Población**

Kerlinger y Lee (2004) indican que en la investigación científica, se debe extraer la muestra de la población considerando que sea representativa, con la finalidad de generalizar los resultados. En ese sentido, para este estudio se tienen como población a los 792 estudiantes de tres instituciones educativas de Villa El Salvador MINEDU 2017, cuyas edades oscilan entre 13 y 18 años, y de ambos géneros.



## Muestra

Para establecer la cantidad de los participantes se usó la fórmula de poblaciones finitas con un 4% de error muestral y 95% IC; con el cual, se obtuvo la cantidad de 359 participantes. El tipo de muestreo empleado fue no aleatorio, siendo no probabilístico intencional. La distribución final se muestra en la tabla 1.

$$n = \frac{N\sigma^2Z^2}{(N-1)e^2 + \sigma^2Z^2} = 359$$
$$\frac{792*(1.96)^2*(0.5)^2}{(792-1)(0.04)^2 + (1.96)^2(0.05)^2}$$

*N*: Tamaño de la población (400 630)

*Z*: Nivel de confianza 95% (1.96)

*e*: Error muestral 4% (0.04)

*σ*: (0.5)

Tabla 1

*Distribución de la muestra*

	<b>Población</b>	<b>Muestra</b>
I.E. Pública 1	320	157
I.E. Pública 2	292	101
I.E. Privada	160	101
Total	792	359

Fuente: Minedu 2017.

### 3.3. Hipótesis

#### Hipótesis general

**H<sub>G</sub>**: Las estrategias de afrontamiento prevalentes en los adolescentes con bajo bienestar psicológico en las tres instituciones educativas de Villa El Salvador, son evitación y afrontamiento no productivo.

**H<sub>0</sub>**: Las estrategias de afrontamiento prevalentes en los adolescentes con bajo bienestar psicológico en las tres instituciones educativas de Villa El Salvador, no son evitación y afrontamiento no productivo.

## **Hipótesis específicas**

**HE1:** Las estrategias de afrontamiento más prevalentes en los adolescentes de tres instituciones educativas de Villa El Salvador, son interpretación positiva del problema y búsqueda de apoyo social e instrumental frente al problema.

**HE2:** El nivel de bienestar psicológico en los adolescentes de tres instituciones educativas de Villa El Salvador, es promedio.

**HE3:** Existen diferencias significativas en los niveles de las estrategias de afrontamiento, en función al género, en los adolescentes de tres instituciones educativas de Villa El Salvador.

**H<sub>0</sub>:** No existen diferencias significativas en los niveles de las estrategias de afrontamiento, en función al género, en los adolescentes de tres instituciones educativas de Villa El Salvador.

**HE4:** Existen diferencias significativas en el nivel de bienestar psicológico en función tipo de colegio, en los adolescentes de tres instituciones educativas de Villa El Salvador.

**H<sub>0</sub>:** No existen diferencias significativas en el nivel de bienestar psicológico en función tipo de colegio, en los adolescentes de tres instituciones educativas de Villa El Salvador.

**HE5:** Existe relación significativa entre las estrategias de afrontamiento y el nivel de bienestar psicológico en los adolescentes de tres instituciones educativas de Villa El Salvador.

**H<sub>0</sub>:** No existe relación significativa entre las estrategias de afrontamiento y el nivel de bienestar psicológico en los adolescentes de tres instituciones educativas de Villa El Salvador.

### 3.4. Variables

#### Variable1: Estrategia de afrontamiento

##### Definición conceptual

Son aquellas estrategias que enfrenta la persona para enfrentar un problema que le causa altos niveles de ansiedad y preocupaciones, Frydenberg y Lewis (2000).

##### Definición operacional

Tabla 2

*Operacionalización de la variable estrategia de afrontamiento*

VARIABLE	DIMENSIONES	ITEMS	INSTRUMENTO
<b>Estilos de afrontamiento</b>	Afrontamiento activo frente al problema	1,3,4,21,22,23,39,40,41,57,58,59,73,74,75	Estrategias de Afrontamiento para Adolescentes ACS. Frydenberg y Lewis (2000).
	Afrontamiento no productivo	8,27,45,63,79,9,28,46,64,80,12,31,49,67	
	Distanciamiento general	12,14,30,32,48,50,66,68	
	Búsqueda de apoyo social y emocional frente al problema	5,24,42,60,76,6,25,43,61,77,18,36,54,19,37,55	
	Interpretación positiva del problema	7,26,44,62,78,15,33,51,69,16,34,52,70	
	Búsqueda de apoyo social e instrumental frente al problema	10,11,29,47,65,17,35,53,71,1,20,38,56,72	

## Variable 2: Bienestar psicológico

### Definición conceptual

Es la parte de la salud en el sentido general, el cual se manifiesta en todas las áreas de desarrollo de las personas, si una persona tienen un buen bienestar psicológico es más productiva, sociable y creativa.

### Definición operacional

Tabla 3

*Operacionalización de la variable bienestar psicológico*

VARIABLE	DIMENSIONES	ÍTEMS	INSTRUMENTO
<b>Bienestar Psicológico</b>	D1 : Aceptación y control	1, 5, 3, 6, 10, 13	Escala de Bienestar Psicológico en Jóvenes Adolescentes - BIESP-J. (Casullo, 2002).
	D2: Vínculos y proyecto	2, 4, 7, 8, 9, 11, 12	
	Bienestar general	Todos	

### Variables sociodemográficas

- Edad
- Sexo
- Grado
- Tipo de colegio

### 3.5. Métodos e instrumentos de medición

Para medir la variable afrontamiento se utilizó el Cuestionario estrategias de Afrontamiento (ACS) elaborado por Frydenberg y Lewis en 1997, el cual contiene 80 ítems que miden 18 estrategias de afrontamiento, en conjunto de tres estilos: resolver el problema, referencia a los otros y no productivo. Por ende 79 ítems son de tipo cerrado, siendo el último ítem de tipo abierto. Este instrumento construido desde un modelo cognitivo del afrontamiento, plantea que las personas tienen 18 estrategias de afrontamiento los cuales se agrupan en estilos de afrontamiento. Para este estudio se ha considerado la versión adaptada de Canessa (2002) los cuales evalúa la validez de

constructo de los 18 estilos, identificando 6 estilos que explican el 67.6%. En este estudio se evalúan las propiedades de esta adaptación.

Respecto a las propiedades psicométricas del instrumento, Pereña y Seisdedos (1997) en la adaptación española identifican un alpha superior 0.75 para cada uno de los estilos; así mismo Canessa (2001) identifica coeficientes alpha entre (0.48 y 0.84). Por último, Valdez (2018) en adolescentes de un distrito de Lima Sur, polo de lima donde se desarrolla esta investigación identifica coeficientes alpha superiores a 0.60, evidenciando que es un instrumento confiable en escolares de Lima Sur. A continuación se presenta la ficha técnica del instrumento.

Nombre del instrumento	Escala de Afrontamiento para Adolescentes (ACS)
Autores	Frydenberg y Lewis en 1997
Ámbito de aplicación	Clínica, educativa
Aplicación	Individual y colectiva, adolescentes
Aplicación	10 minutos
Objetivo	Evaluar las seis estilos de afrontamiento mediante 18 estrategias

### **Propiedades psicométricas del Cuestionario ACS en este estudio**

Para este estudio, se evalúa las propiedades psicométricas del Cuestionario Estrategias de Afrontamiento (ACS) en los 359 estudiantes de secundaria de tres instituciones públicas y privadas de Lima Sur.

### **Validez de contenido**

La validez de contenido del instrumento, permite medir el grado que dicha herramienta mide lo que se pretende medir. En este estudio se evalúa la validez de contenido del instrumento por el método de la V de Aiken.

En la Tabla 4, se presenta la V de Aiken del Cuestionario de Estrategias de Afrontamiento ACS, en donde se identifican coeficientes significativos en la V de Aiken en los 80 ítems, lo permite afirmar que el instrumento tienen un adecuado dominio del

marco teórico de las estrategias de afrontamiento considerando la teoría cognitiva conductual, en criterio de los 10 jueces expertos

Tabla 4

*Validez de contenido de la Escala de Estilos de Afrontamiento al estrés ACS*

ITEMS	J1	J2	J3	J4	J5	J6	J7	J8	J9	J10	TOTAL	V	p
1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	10	1	0.001***
2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	10	1	0.001***
3	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	10	1	0.001***
4	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	10	0.9	0.01***
5	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	10	1	0.001***
6	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	10	1	0.001***
7	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	10	1	0.001***
8	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	10	1	0.001***
9	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	10	1	0.001***
10	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	10	1	0.001***
11	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	10	1	0.001***
12	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	10	1	0.001***
13	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	10	1	0.001***
14	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	10	1	0.001***
15	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	10	1	0.001***
16	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	10	1	0.001***
17	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	10	1	0.001***
18	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	10	1	0.001***
19	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	10	1	0.001***
20	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	10	1	0.001***
21	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	10	1	0.001***
22	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	10	1	0.001***
23	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	10	1	0.001***
24	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	10	0.9	0.01***
25	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	10	1	0.001***
26	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	10	1	0.001***
27	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	10	1	0.001***
28	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	10	0.9	0.01***
29	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	10	1	0.001***
30	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	10	1	0.001***
31	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	10	1	0.001***
32	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	10	1	0.001***
33	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	10	1	0.001***
34	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	10	1	0.001***
35	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	10	1	0.001***
36	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	10	1	0.001***
37	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	10	1	0.001***
38	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	10	1	0.001***
39	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	10	1	0.001***
40	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	10	1	0.001***
41	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	10	1	0.001***

42	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	10	1	0.001***
43	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	10	1	0.001***
44	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	10	0.9	0.01***
45	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	10	0.9	0.01***
46	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	10	1	0.001***
47	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	10	1	0.001***
48	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	10	0.9	0.01***
49	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	10	1	0.001***
50	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	10	1	0.001***
51	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	10	1	0.001***
52	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	10	0.9	0.01***
53	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	10	1	0.001***
54	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	10	1	0.001***
55	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	10	1	0.001***
56	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	10	1	0.001***
57	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	10	1	0.001***
58	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	10	1	0.001***
59	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	10	1	0.001***
60	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	10	1	0.001***
61	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	10	1	0.001***
62	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	10	1	0.001***
63	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	10	1	0.001***
64	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	10	1	0.001***
65	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	10	1	0.001***
66	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	10	1	0.001***
67	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	10	1	0.001***
68	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	10	1	0.001***
69	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	10	1	0.001***
70	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	10	0.9	0.01***
71	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	10	1	0.001***
72	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	10	0.9	0.01***
73	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	10	1	0.001***
74	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	10	1	0.001***
75	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	10	1	0.001***
76	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	10	0.9	0.01***
77	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	10	1	0.001***
78	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	10	1	0.001***
79	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	10	1	0.001***
80	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	10	1	0.001***

Nota: \*\*\* Altamente significativo p<0.001

## Confiabilidad por consistencia interna

Para este estudio, se evaluó la confiabilidad por consistencia interna mediante el método Alpha de Cronbach, el cual mide el grado de consistencia interna que aporta cada ítem al constructo general. Para este estudio se evaluó la consistencia interna en los 359 participantes del estudio, obteniéndose coeficiente altos y significativos, en los estilos de afrontamiento (Afrontamiento activo frente al problema, Afrontamiento no productivo, Búsqueda de apoyo social y emocional frente al problema, Búsqueda de apoyo social o instrumental frente al problema, e Interpretación positiva del problema) mientras que se halló un coeficiente alpha moderado en el estilo de afrontamiento (distanciamiento general) estos resultados son evidencia de que el instrumento es confiable en adolescentes de educación secundaria en Villa El Salvador. Los resultados del Alpha de Cronbach se muestran en la Tabla 5.

Tabla 5

*Alpha de Cronbach de la Escala ACS*

		Alpha
D1	Afrontamiento activo frente al problema	.789
D2	Afrontamiento no productivo	.675
D3	Distanciamiento en general	.439
D4	Búsqueda de apoyo social y emocional frente al problema	.765
D5	Interpretación positiva del problema	.655
D6	Búsqueda de apoyo social o instrumental frente al problema	.732

Considerando los 359 participantes del estudio, se elaboró normas, por el método percentilar, con la finalidad de identificar niveles de afrontamiento en los adolescentes en cuartiles, considerando como parámetro a la media aritmética de los puntajes obtenidos. Las normas percentilares se muestran en la tabla 6.



Tabla 6

Normas percentilares de la Escala ACS

	Afrontamiento activo frente al problema	Afrontamiento no productivo	Distanciamiento en general	Búsqueda de apoyo social y emocional frente al problema	Interpretación positiva del problema	Búsqueda de apoyo social o instrumental frente al problema	CATEGORIA
5	35.00	21.00	14.00	33.00	29.00	25.00	Afrontamiento bajo
10	39.00	24.00	15.00	39.00	31.00	29.00	
15	43.00	26.00	16.00	42.00	33.00	32.00	
20	45.00	28.00	17.00	44.00	35.00	33.00	
25	47.00	30.00	18.00	46.00	36.00	35.00	
30	49.00	31.00	19.00	49.00	38.00	36.00	
35	51.00	32.00	19.00	51.00	39.00	37.00	Afrontamiento promedio
40	52.00	33.00	20.00	52.00	40.00	38.00	
45	52.00	33.00	21.00	52.00	41.00	39.00	
50	53.00	35.00	22.00	53.00	41.00	40.00	
55	55.00	36.00	22.00	55.00	42.00	41.00	
60	56.00	36.00	23.00	56.00	43.00	43.00	
65	58.00	38.00	24.00	58.00	43.00	44.00	Afrontamiento alto
70	59.00	40.00	25.00	60.00	45.00	45.00	
75	60.00	42.00	26.00	61.00	46.00	47.00	
80	61.00	43.00	27.00	64.00	48.00	48.00	
85	62.00	47.00	28.00	66.00	49.00	51.00	
90	64.00	51.00	30.00	68.00	51.00	53.00	
95	68.00	53.00	32.00	70.00	54.00	56.00	
Media	52.91	35.72	22.16	53.30	41.13	40.62	Media
DS	9.749	9.527	6.053	11.302	7.574	9.304	DS

## Propiedades psicométricas de la Escala BIEPS-J

Para medir la variable bienestar psicológico, se utilizó la Escala de Bienestar Psicológico para jóvenes - BIEPS-J, el cual fue elaborada por María Martina Casullo, en el año 2002; este instrumento consta de 13 ítems, divididos en cuatro factores, aceptación, vínculos, control y proyecto. En el estudio original de Casullo, presenta altos niveles de confiabilidad, Alpha de Cronbach  $>0.80$  y validez de constructo que confirma el modelo teórico propuesto por la autora.

Para este estudio, se evalúan las propiedades psicométricas del instrumento en una muestra piloto de 253 adolescentes de instituciones públicas, para evaluar la validez de constructo se empleó el análisis factorial confirmatorio, hallando dos factores que explican el 52% de la variabilidad de los datos, los factores hallados son F1: Aceptación y control, F2: Vínculos y autonomía, también se evaluó la confiabilidad ítems test, hallándose correlaciones significativas con la  $r$  de Pearson para los 13 reactivos, por el cual no se elimina ningún elemento, por último se evaluó la consistencia interna por el método Alpha de Cronbach, hallando coeficientes altos y moderados, F1= 0.602, F2= 0.632 y Escala General 0.722, lo que evidencia que el instrumento es confiable en esta población.

Nombre del instrumento	Escala de Bienestar Psicológico para jóvenes - BIEPS-J
Autor	Casullo (2002)
Ámbito de aplicación	Clínica, educativa
Aplicación	Individual y colectiva, adolescentes
Aplicación	10 minutos
Objetivo	Evaluar el nivel de bienestar psicológico y sus componentes - Aceptación y control - Vínculos y proyecto

## Validez de contenido

Se evaluó la validez de contenido de la Escala de Bienestar Psicológico para jóvenes - BIEPS-J mediante 10 jueces expertos con amplia experiencia en el trabajo psicológico en instituciones educativas. En la Tabla 7, se muestra que los coeficientes de la V de Aiken son de “1” en todos los 13 ítems, siendo altamente significativos. Los resultados evidencian que el instrumento es válido en adolescentes de Villa El Salvador.

Tabla 7

*V de Aiken de la Escala de la Escala BIEPS-J*

ITEMS	J1	J2	J3	J4	J5	J6	J7	J8	J9	J10	TOTAL	V	p
1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	10	1	0.001***
2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	10	1	0.001***
3	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	10	1	0.001***
4	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	9	0,9	0.01**
5	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	10	1	0.001***
6	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	10	1	0.001***
7	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	10	1	0.001***
8	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	10	1	0.001***
9	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	10	1	0.001***
10	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	10	1	0.001***
11	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	10	1	0.001***
12	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	10	1	0.001***
13	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	10	1	0.001***

## Validez de constructo

La validez de constructo, consiste en evaluar la estructura del instrumento mediante técnicas matemáticas. Existen múltiples métodos para evaluar la validez de constructo, sin embargo para este estudio se evaluó la validez de constructo de la Escala BIEST-J mediante el análisis factorial.

El análisis factorial confirmatorio, se desarrolló, en los 359 estudiantes de secundaria, donde, primero se realizó el análisis factorial exploratorio, obteniéndose, un coeficiente de Kaiser Olkin Mayer  $KMO > 0.70$  alto y un coeficiente inferior  $p < 0.001$  en el test de esfericidad de Bartlett, lo que indica, que el instrumento puede factorizarse.

Tabla 8  
*Análisis factorial exploratorio del Cuestionario ACS*

	KMO	.790
	Chi-cuadrado aproximado	424.884
Prueba de esfericidad de Bartlett	gl	78
	Sig.	0.000***

*Nota:* \*\*\* Altamente significativo  $p < 0.001$

El método utilizado para el análisis factorial, fue el de Componentes principales y rotación Varimax, hallando dos factores (aceptación y control) que explican el 35.51% de la variabilidad de los datos, con comunalidades superiores a 0.30, como se muestra en la Tabla 9. Estos resultados que indican que el modelo tiene un adecuado nivel de ajuste. Se hallan dos facto

Tabla 9  
Análisis factorial de la Escala BIESP-J

	Componente		h2
	F1	F2	
BP10	<b>.753</b>		0.57
BP6	<b>.645</b>		0.42
BP3	<b>.640</b>		0.41
BP13	<b>.342</b>		0.27
BP5	<b>.354</b>		0.27
BP1	<b>.462</b>	.	0.21
BP7		<b>.244</b>	0.29
BP11		<b>.306</b>	0.31
BP12		<b>.738</b>	0.55
BP4		<b>.689</b>	0.47
BP8		<b>.535</b>	0.35
BP9		<b>.531</b>	0.28
BP2		<b>.465</b>	0.22
<i>Varianza explicada</i>			35.51%
<i>Método componentes principales /Rotación Varimax</i>			

## Confiabilidad ítem test

La confiabilidad ítem test se evaluó mediante el coeficiente  $r$  de Pearson, para cada una de las dimensiones y para la escala a nivel general. En la Tabla 10 y 11, se muestra los coeficientes  $r$  de Pearson, los cuales son superiores a 0.20 tanto en la escala a nivel general como en la escala según dimensiones. Estos resultados indican que los ítems contribuyen a incrementar el  $\alpha$  de Cronbach del instrumento, haciéndola confiable en esta población.

Tabla 10

*Confiabilidad ítem test de la Escala BIESP-J*

	Media de escala si el elemento se ha suprimido	Varianza de escala si el elemento se ha suprimido	Correlación total de elementos corregida	Alfa de Cronbach si el elemento se ha suprimido
BP1	17.27	13.564	0.232	0.718
BP2	17.23	13.367	0.272	0.714
BP3	17.35	13.305	0.331	0.707
BP4	17.01	12.816	0.362	0.703
BP5	17.15	12.918	0.363	0.703
BP6	17.30	13.076	0.372	0.702
BP7	17.22	13.163	0.360	0.704
BP8	17.19	12.829	0.409	0.698
BP9	16.88	13.119	0.245	0.720
BP10	17.25	12.946	0.385	0.701
BP11	17.27	13.041	0.392	0.700
BP12	16.98	12.625	0.410	0.697
BP13	16.95	12.185	0.371	0.703
Alpha		0.722		

Tabla 11

*Confiabilidad ítem test de las dimensiones de la Escala BIESP-J*

	Media de escala si el elemento se ha suprimido	Varianza de escala si el elemento se ha suprimido	Correlación total de elementos corregida	Alfa de Cronbach si el elemento se ha suprimido
<b>ACEPTACIÓN</b>				
BP1	6.95	3.728	0.260	0.587
BP3	7.03	3.566	0.391	0.540
BP5	6.83	3.655	0.264	0.587
BP6	6.98	3.499	0.400	0.535
BP10	6.93	3.292	0.483	0.499
BP13	6.63	3.211	0.279	0.598
Alpha		0.602		
<b>D2: CONTROL</b>				
BP2	8.96	4.706	0.285	0.613
BP4	8.74	4.246	0.426	0.568
BP7	8.95	4.837	0.270	0.617
BP8	8.93	4.537	0.362	0.590
BP9	8.61	4.433	0.281	0.620
BP11	9.00	4.711	0.326	0.601
BP12	8.72	4.165	0.465	0.554
Alpha	0.63			

## Confiabilidad por consistencia interna

En la Tabla 12, se presenta la confiabilidad por consistencia interna de la Escala BIESP-J. Se observa que los coeficientes son superiores a 0.60 lo que indica que el instrumento presenta una confiabilidad moderada para cada dimensión y una confiabilidad alta para la escala general pues el  $\alpha = 0.722$ .

Tabla 12

*Alpha de Cronbach de la Escala BIESP-J.*

	ÍTEMS	Alpha
D1: Aceptación y control	1, 3, 6, 5, 10, 13	0.602
D2: Vínculos y proyectos	2,4, 7, 8, 9, 11, 12	0.63
Escala general	13 ítems	0.722

En la tabla 13, se presenta las normas percentilares de la Escala BIESP-J obtenidos de la totalidad de la muestra de este estudio. Las normas se presentan en normas percentilares.



Tabla 13

*Normas percentilares de la Escala BIEPS-J*

<b>PC</b>	<b>Aceptación y control</b>	<b>Vínculos y proyecto</b>	<b>Escala general</b>	<b>CATEGORÍAS</b>
5	6.00	7.00	13.00	
10	6.00	7.00	14.00	
15	6.00	7.00	14.00	
20	6.00	8.00	15.00	Bienestar psicológico bajo
25	7.00	8.00	15.00	
30	7.00	8.00	16.00	
35	7.00	9.00	16.00	
40	7.00	9.00	17.00	
45	8.00	9.00	18.00	
50	8.00	10.00	18.00	Bienestar psicológico promedio
55	8.00	10.00	19.00	
60	8.00	11.00	19.00	
65	8.00	11.00	20.00	
70	9.00	11.00	20.00	
75	9.00	12.00	21.00	
80	10.00	12.00	21.00	
85	11.00	13.00	22.00	Bienestar psicológico alto
90	12.00	13.00	23.00	
95	12.00	14.00	25.00	
Media	8.27	10.04	18.31	
DS	2.105	2.380	3.733	

### **3.6. Procedimiento para la recolección de datos**

Para la recolección de los datos, primero se procedió a solicitar el permiso de la dirección de la institución educativa donde se realizó la recolección de la muestra; posteriormente se procedió a solicitar un cronograma para la evaluación de los estudiantes participantes del estudio.

Antes de la recolección se informaba a los tutores y a los estudiantes de que se trataba la evaluación, recalándoles que era voluntaria.

### **3.7. Procedimiento de análisis de datos**

Para determinar las diferencias significativas, según las variables de control, primero, se evaluó si los datos presentan una distribución normal con el test de Kolmogorov – Smirnov; posteriormente, se emplearon los estadísticos no paramétricos, U de Mann Whitney y  $X^2$  de Kruskal Wallis. Se estableció el tipo de relación entre las variables y sus dimensiones mediante la *rho* de Spearman

Para el análisis de los datos, primero se elaboró la base de datos usando el programa Microsoft Excel 14; posteriormente, se exportaron los datos al programa SPSS 24, en donde se elaboraron los resultados de acuerdo a las hipótesis planteadas.

Primero se procedió a evaluar las propiedades psicométricas de la Escala de Bienestar Psicológico y el Cuestionario de Estrategias de Afrontamiento. Para la validez de contenido, se utiliza el estadístico V de Aiken mediante 10 jueces expertos, psicólogos clínicos con amplia experiencia en el trabajo educativo y clínico con adolescentes. Para la confiabilidad por consistencia interna se usa el Alpha de Cronbach, y finalmente, para evaluar la confiabilidad de homogeneidad se utiliza la *r* de Pearson entre ítem y el total elemento. Se determinó los niveles de las variables estudiadas, empleándose frecuencias y porcentajes; así como estadísticos de tendencia central y dispersión.

**CAPÍTULO IV**  
**ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN DE**  
**RESULTADOS**

#### 4.1. Características sociodemográficas de la muestra

En la tabla 14, se presentan las características sociodemográficas de la muestra del estudio. Se observa respecto al género, que el 57.7% de los participantes son de género femenino y el 42.3% de género masculino; así mismo, el (34 %) presenta 14 años y el (35.7%) cursa el tercero de secundaria. En relación al tipo de institución, el 71.6% procede de instituciones educativas estatales y el 28.4% de instituciones educativas privadas.

Tabla 14

*Características sociodemográficas de la muestra*

<b>CARACTERÍSTICAS SOCIODEMOGRÁFICAS</b>		
<b>GÉNERO</b>		
	fi	%
Femenino	207	57.7
Masculino	152	42.3
Total	359	100.0
<b>EDAD</b>		
	fi	%
13 años	975	20.9
14 años	122	34.0
15 años	79	22.0
16 años	37	10.3
17 años	38	10.6
18 años	8	2.2
Total	359	100.0
<b>AÑO</b>		
	fi	%
Segundo año	75	20.9
Tercer año	128	35.7
Cuarto año	87	24.2
Quinto año	69	19.2
Total	359	100.0
<b>INSTITUCIÓN EDUCATIVA</b>		
	fi	%
I.E. Nacional 1	157	43.7
I.E. Nacional 2	101	27.9
I.E. Privada	102	28.4
Total	359	100.0
<b>TIPO DE INSTITUCIÓN</b>		
	fi	%
Público	257	71.6
Privado	102	28.4
Total	359	100.0

## 4.2. Niveles de bienestar psicológico

En la Tabla 15, se prestan los estadísticos descriptivos de las muestras de bienestar psicológico. Se observa que la media tiene un valor de 8.27 en la dimensión aceptación y control y el máximo valor en la escala a nivel general de 18.31; así mismo, en relación a la desviación estándar se obtiene una baja dispersión siendo inferior a (3.733).

Tabla 15

*Estadísticos descriptivos de las muestras de bienestar psicológico*

	N	Mínimo	Máximo	Media	DS
Aceptación y control	359	6	16	8,27	2,105
Vínculos y proyecto	359	7	18	10,04	2,380
Bienestar psicológico	359	13	33	18,31	3,733

En la tabla 16, se presenta los niveles de bienestar psicológico. Se observan niveles bajos de bienestar psicológico en el (43.2%) en la D1: Aceptación y control y el (46%) en la D2: Vínculos y proyecto. A nivel general, el 38.4% obtiene un nivel promedio de bienestar psicológico promedio, con un 36.5% con un nivel deficiente.

Tabla 16

*Niveles de bienestar psicológico de los estudiantes*

	D1 Aceptación y control		Vínculos y proyecto		Bienestar psicológico general	
	fi	%	fi	%	fi	%
Bienestar psicológico bajo	155	43.2	165	46.0	131	36.5
Bienestar psicológico promedio	119	33.1	104	29.0	138	38.4
Bienestar psicológico alto	85	23.7	90	25.1	90	25.1
Total	359	100.0	359	100.0	359	100.0

### 4.3. Diferencias significativas de los niveles de bienestar psicológico en función de las variables de control

Se presenta la prueba de normalidad de la muestra de bienestar psicológico mediante la prueba de Kolmogorov Smirnov K-S. Se observa que todas las muestras presentan un coeficiente de significancia ( $p < 0.05$ ) lo que evidencia que las muestras no presentan una distribución que se ajuste al modelo teórico de normalidad; por ello para el análisis de las diferencias significativas en función del género, edad y tipo de institución, se utilizarán estadísticos no paramétricos.

Tabla 17

*Prueba de normalidad de las muestras de bienestar psicológico*

	<b>N</b>	<b>K-S</b>	<b>p</b>
Aceptación y control	359	0.21	,000***
Vínculos y proyecto	359	0.13	,000***
Bienestar psicológico general	359	0.10	,000***

*Nota:* \*\*\* Altamente significativo  $p < 0.001$ , tabla 17

Se presentan las diferencias significativas del bienestar psicológico, en función al género; utilizando la U de Mann Whitney. Se observa que no existen diferencias significativas en ninguna de las dimensiones ( $p > 0.05$ ) sin embargo los puntajes de las mujeres son ligeramente superiores a la de los varones (RP=184.52).

Tabla 18

*Diferencias significativas del nivel de bienestar psicológico en función del género*

	<b>Género</b>	<b>N</b>	<b>Rango promedio</b>	<b>Suma de rangos</b>	<b>U</b>	<b>P</b>
Aceptación y control	Femenino	207	181.59	37589.00	15403.00	0.73ns
	Masculino	152	177.84	27031.00		
Vínculos y proyecto	Femenino	207	184.08	38104.00	14888.00	0.38ns
	Masculino	152	174.45	26516.00		
Bienestar psicológico general	Femenino	207	184.52	38196.50	14795.50	0.33ns
	Masculino	152	173.84	26423.50		

*Nota:* ns No significativo  $p > 0.05$ , tabla 18

Se presentan las diferencias significativas del bienestar psicológico en función a la edad; a través de la prueba  $X^2$  de Kruskal Wallis. Existen diferencias significativas en la dimensión: vínculos y proyecto ( $p < 0.05$ ).

Tabla 19

*Diferencias significativas del nivel de bienestar psicológico en función de la edad*

	<b>Edad</b>	<b>N</b>	<b>Rango promedio</b>	<b>X<sup>2</sup></b>	<b>p</b>
Aceptación y control	13 años	75	176.58	7.744	0.171ns
	14 años	122	187.36		
	15 años	79	173.53		
	16 años	37	153.58		
	17 años	38	209.79		
	18 años	8	144.31		
Vínculos y proyecto	13 años	75	140.94	16.332	0.006**
	14 años	122	183.68		
	15 años	79	187.23		
	16 años	37	197.76		
	17 años	38	212.68		
	18 años	8	181.19		
Bienestar Psicológico general	13 años	75	157.74	10.471	0.063ns
	14 años	122	183.30		
	15 años	79	180.49		
	16 años	37	174.45		
	17 años	38	222.39		
	18 años	8	157.81		

*Nota:* ns No significativo  $p > 0.05$ ; \*\* Muy Significativo  $p < 0.01$ , tabla 19

Se presentan las diferencias significativas del nivel de bienestar psicológico en función al tipo de institución al que pertenecen los estudiantes, a través de la U de Mann Whitney. Existen diferencias significativas en las dimensiones vínculos y proyecto y bienestar psicológico general ( $p < 0.05$ ) obteniendo los más altos puntaje en el bienestar psicológico general los adolescentes de instituciones públicas (RP=186.84).

Tabla 20

*Diferencias significativas del nivel de bienestar psicológico en función al tipo de institución*

	<b>Tipo de Institución</b>	<b>N</b>	<b>Rango promedio</b>	<b>Suma de rangos</b>	<b>U</b>	<b>p</b>
Aceptación y control	Público	257	179.01	46005.00	12852	0.77ns
	Privado	102	182.50	18615.00		
Vínculos y proyecto	Público	257	192.19	49393.50	9973.5	0.00***
	Privado	102	149.28	15226.50		
Bienestar psicológico general	Público	257	186.84	48018.50	11348.5	0.05ns
	Privado	102	162.76	16601.50		

*Nota:* ns No significativo  $p > 0.05$ ; \*\*\* Altamente significativo  $p < 0.001$ , tabla 20



#### 4.4. Niveles de afrontamiento

Se prestan los estadísticos descriptivos de las muestras de estilos de afrontamiento. Se observa que la media fluctúa entre 35.72 y 53.30; así mismo, la desviación estándar es menor a 11.32 lo que evidencia que existe una baja dispersión de los datos.

Tabla 21

*Estadísticos descriptivos de las muestras de estilos afrontamiento*

	N	Mínimo	Máximo	Media	DS
Afrontamiento activo frente al problema	359	23	75	52,91	9,749
Afrontamiento no productivo	359	16	58	35,72	9,527
Distanciamiento en general	359	8	52	22,16	6,053
Búsqueda de apoyo social y emocional frente al problema	359	18	79	53,30	11,302
Interpretación positiva del problema	359	20	61	41,13	7,574
Búsqueda de apoyo social e instrumental frente al problema	359	14	65	40,62	9,304

Se presenta los niveles de los estilos de afrontamiento de los adolescentes. Se observa que en las dimensiones, afrontamiento activo frente al problema (41.2%), búsqueda de apoyo social y emocional frente al problema (39.6%) y búsqueda de apoyo social o instrumental frente al problema (37.6%), los adolescentes se encuentran en el nivel promedio prevalentemente; mientras que en las dimensiones, afrontamiento no productivo (39.8%), distanciamiento en general (41.5%) e interpretación positiva del problema (38.4%), el nivel prevalente es bajo.

Tabla 22

*Niveles de afrontamiento en los adolescentes*

	Afrontamiento activo frente al problema		Afrontamiento no productivo		Distanciamiento en general		Búsqueda de apoyo social y emocional frente al problema		Interpretación positiva del problema		Búsqueda de apoyo social o instrumental frente al problema	
	fi	%	fi	%	fi	%	fi	%	fi	%	fi	%
Afrontamiento bajo	124.0	34.5	143.0	39.8	149.0	41.5	125.0	34.8	138.0	38.4	133.0	37.0
Afrontamiento promedio	148.0	41.2	126.0	35.1	136.0	37.9	142.0	39.6	132.0	36.8	135.0	37.6
Afrontamiento alto	87.0	24.2	90.0	25.1	74.0	20.6	92.0	25.6	89.0	24.8	91.0	25.3
Total	359.0	100.0	359.0	100.0	359.0	100.0	359.0	100.0	359.0	100.0	359.0	100.0

#### 4.5. Diferencias significativas en el nivel de afrontamiento en función de las variables de control

Se presenta la prueba de normalidad de las muestras de los estilos de afrontamiento; a través de la prueba de Kolmogorov Smirnov. Se observa que las muestras no presentan una distribución normal ( $p < 0.05$ ); por ende, se evidencia que no cumplen los parámetros de la distribución normal, por ello, para el análisis de las diferencias significativas según género, edad y tipo de institución se usarán estadísticos no paramétricos.

Tabla 23

*Prueba de normalidad de las muestras de afrontamiento*

	<b>N</b>	<b>K-S</b>	<b>p</b>
Afrontamiento activo frente al problema	359	0.08	,000***
Afrontamiento no productivo	359	0.10	,000***
Distanciamiento en general	359	0.08	,000***
Búsqueda de apoyo social y emocional frente al problema	359	0.07	,000***
Interpretación positiva del problema	359	0.06	,000***
Búsqueda de apoyo social e instrumental frente al problema	359	0.05	,000***

*Nota:* \*\*\* Altamente Significativo  $p < 0.00$ 

Se presentan las diferencias significativas del nivel de los estilos de afrontamiento en función del género; utilizando la U de Mann Whitney. No existen diferencias significativas en ninguno de los estilos de afrontamiento en función al género.

Tabla 24

*Diferencias significativas del nivel de afrontamiento en función del género*

	<b>Género</b>	<b>N</b>	<b>Rango promedio</b>	<b>Suma de rangos</b>	<b>U</b>	<b>p</b>
Afrontamiento activo frente al problema	Femenino	207	184.96	38286.00	147	0.29n
	Masculino	152	173.25	26334.00	06.0	s
Afrontamiento no productivo	Femenino	207	182.30	37735.50	152	0.62n
	Masculino	152	176.87	26884.50	56.5	s
Distanciamiento en general	Femenino	207	185.10	38316.50	146	0.28n
	Masculino	152	173.05	26303.50	75.5	s
Búsqueda de apoyo social y emocional frente al problema	Femenino	207	183.01	37882.50	151	0.52n
	Masculino	152	175.90	26737.50	09.5	s
Interpretación positiva del problema	Femenino	207	181.45	37560.00	154	0.76n
	Masculino	152	178.03	27060.00	32.0	s
Búsqueda de apoyo social e instrumental frente al problema	Femenino	207	184.92	38277.50	147	0.29n
	Masculino	152	173.31	26342.50	14.5	s

*Nota:* ns No significativo  $p > 0.05$

Se presentan las diferencias significativas del nivel de los estilos de afrontamiento en función de la edad de los adolescentes, a través de  $X^2$  de Kruskal Wallis. Existen diferencias significativas ( $p < 0.05$ ) en los estilos, afrontamiento activo frente al problema, afrontamiento no productivo, búsqueda de apoyo social y emocional frente al problema, e interpretación positiva del problema.

Tabla 25

*Diferencias significativas del nivel de afrontamiento en función de la edad*

	<b>Edad</b>	<b>N</b>	<b>Rango promedio</b>	<b>X<sup>2</sup></b>	<b>p</b>
Afrontamiento activo frente al problema	13 años	75	211.23	19.1	0.00***
	14 años	122	162.04		
	15 años	79	183.97		
	16 años	37	175.65		
	17 años	38	193.61		
	18 años	8	77.44		
Afrontamiento no productivo	13 años	75	176.83	10.9	0.05ns
	14 años	122	165.05		
	15 años	79	184.49		
	16 años	37	174.07		
	17 años	38	227.08		
	18 años	8	197.25		
Distanciamiento en general	13 años	75	172.48	4.4	0.49ns
	14 años	122	177.24		
	15 años	79	192.40		
	16 años	37	160.36		
	17 años	38	199.54		
	18 años	8	168.13		
Búsqueda de apoyo social y emocional frente al problema	13 años	75	205.91	16.1	0.01*
	14 años	122	154.61		
	15 años	79	183.14		
	16 años	37	207.81		
	17 años	38	185.34		
	18 años	8	139.19		
Interpretación positiva del problema	13 años	75	202.46	17.8	0.00***
	14 años	122	149.17		
	15 años	79	195.16		
	16 años	37	178.64		
	17 años	38	201.72		
	18 años	8	193.00		
Búsqueda de apoyo social e instrumental frente al problema	13 años	75	191.95	10.5	0.06ns
	14 años	122	163.90		
	15 años	79	175.21		
	16 años	37	176.45		
	17 años	38	222.43		
	18 años	8	175.69		

Nota: ns No significativo  $p > 0.05$ ; \* Significativo  $p < 0.05$ ; \*\*\* Altamente Significativo  $p < 0.001$ , tabla 25

Se presentan las diferencias significativas del nivel de los estilos de afrontamiento en función del tipo de institución al que asisten los adolescentes, a través de  $X^2$  de Kruskal Wallis. Se observa que existen diferencias significativas ( $p < 0.05$ ) en los seis estilos de afrontamiento.

Tabla 26

*Diferencias significativas del nivel de afrontamiento en función del tipo de institución*

	<b>Tipo de Institución</b>	<b>N</b>	<b>Rango promedio</b>	<b>Suma de rangos</b>	<b>U</b>	<b>p</b>
Afrontamiento activo frente al problema	Público	257	169.92	43669.50	10516.5	0.00***
	Privado	102	205.40	20950.50		
Afrontamiento no productivo	Público	257	171.67	44118.00	10965.0	0.02*
	Privado	102	201.00	20502.00		
Distanciamiento en general	Público	257	172.56	44348.00	11195.0	0.03*
	Privado	102	198.75	20272.00		
Búsqueda de apoyo social y emocional frente al problema	Público	257	171.92	44184.00	11031.0	0.02*
	Privado	102	200.35	20436.00		
Interpretación positiva del problema	Público	257	171.15	43986.50	10833.5	0.01*
	Privado	102	202.29	20633.50		
Búsqueda de apoyo social e instrumental frente al problema	Público	257	169.88	43658.50	10505.5	0.00***
	Privado	102	205.50	20961.50		

*Nota:* \* Significativo  $p < 0.05$ ; \*\*\* Altamente Significativo  $p < 0.001$ , tabla 26

## 4.6 Prueba de hipótesis

### Prueba de hipótesis específica

HE: Existe relación significativa entre las estrategias de afrontamiento y el nivel bienestar psicológico en los adolescentes de tres instituciones educativas de Villa El Salvador

Tabla 27

*Rho de Spearman entre estilos de afrontamiento y bienestar psicológico*

		Afrontamiento activo frente al problema	Afrontamiento no productivo	Distanciamiento en general	Búsqueda de apoyo social y emocional frente al problema	Interpretación positiva del problema	Búsqueda de apoyo social e instrumental frente al problema
Aceptación y control	<i>r</i>	-,189***	,360***	,275***	-,127*	-0.093	-0.025
	<i>p</i>	0.00	0.00	0.00	0.02	0.08	0.64ns
Vínculos y proyecto	<i>r</i>	-,286***	,182**	,138***	-,209***	-,128*	-,117*
	<i>p</i>	0.00	0.00	0.01	0.00	0.02	0.03
Bienestar psicológico general	<i>r</i>	-,256***	,328***	,254***	-,188***	-,109*	-0.080
	<i>p</i>	0.00	0.00	0.00	0.00	0.04	0.13ns

*Nota:* ns No significativo  $p > 0.05$ ; \* Significativo  $p < 0.05$ ; \*\*\* Altamente Significativo  $p < 0.001$ , tabla 27

Se presenta la relación entre las estrategias de afrontamiento y el bienestar psicológico en los adolescentes mediante el rho de Spearman. Se observa, que existen relaciones significativas ( $p < 0.05$ ) entre las dos dimensiones del bienestar psicológico (D1: Aceptación y control; D2: Vínculos y proyecto) y el nivel general con cinco estilos de afrontamiento (Afrontamiento activo frente al problema, Afrontamiento no productivo, Distanciamiento en general, Búsqueda de apoyo social y emocional frente al problema, e Interpretación positiva del problema).

## **Prueba de hipótesis general**

H<sub>G</sub>: Las estrategias de afrontamiento más prevalentes en los adolescentes con bajo bienestar psicológico en las tres instituciones educativas de Villa El Salvador, es evitación y afrontamiento no productivo.

Previamente a evaluar la hipótesis general, se clasifica la muestra en dos grupos, el primero, adolescentes con alto bienestar psicológico y bajo bienestar psicológico, mediante el Análisis Clúster, por el método K-medias. Después de clasificar la muestra en dos grupos, se emplea la prueba de Kolmogorov Smirnov KS, para evaluar la distribución de los datos, obteniéndose  $p < 0.05$ , lo que justifica el uso de pruebas no paramétricas para identificar las diferencias entre grupos.

En la Tabla 28, se presentan las diferencias significativas de los 6 estilos de afrontamiento de los estudiantes con bajo y alto bienestar psicológico. Existen diferencias significativas en 4 estilos de afrontamiento (Afrontamiento activo frente al problema, Afrontamiento no productivo, Distanciamiento en general, Búsqueda de apoyo social y emocional frente al problema) destacando claramente los estilos, afrontamiento no productivo y distanciamiento en general en los adolescentes con alto bienestar psicológico y los estilos, Afrontamiento activo frente al problema, y Búsqueda de apoyo social y emocional frente al problema, en los adolescentes con bajo nivel de afrontamiento.

Tabla 28

*Estrategias de afrontamiento en los adolescentes con bajo y alto nivel de bienestar psicológico*

<b>Estilos de afrontamiento</b>	<b>Nivel de bienestar psicológico</b>	<b>N</b>	<b>Rango promedio</b>	<b>Suma de rangos</b>	<b>U</b>	<b>p</b>
Afrontamiento activo frente al problema	Bajo bienestar psicológico	228	196.50	44801.50	11172.5	<b>0.00***</b>
	Alto bienestar psicológico	131	151.29	19818.50		
Afrontamiento no productivo	Bajo bienestar psicológico	228	157.64	35941.00	9835.0	<b>0.00***</b>
	Alto bienestar psicológico	131	218.92	28679.00		
Distanciamiento en general	Bajo bienestar psicológico	228	161.10	36730.50	10624.5	<b>0.00***</b>
	Alto bienestar psicológico	131	212.90	27889.50		
Búsqueda de apoyo social y emocional frente al problema	Bajo bienestar psicológico	228	194.77	44407.00	11567.0	<b>0.00***</b>
	Alto bienestar psicológico	131	154.30	20213.00		
Interpretación positiva del problema	Bajo bienestar psicológico	228	185.14	42212.00	13762.0	0.22ns
	Alto bienestar psicológico	131	171.05	22408.00		
Búsqueda de apoyo social e instrumental frente al problema	Bajo bienestar psicológico	228	188.25	42921.50	13052.5	0.05ns
	Alto bienestar psicológico	131	165.64	21698.50		

*Nota:* ns No significativo  $p > 0.05$ ; \*\*\* Altamente Significativo  $p < 0.001$



**CAPÍTULO V**  
**DISCUSIÓN, CONCLUSIONES Y**  
**RECOMENDACIONES**

## 5.1. Discusiones

En este estudio se planteó como objetivo general, comparar las estrategias de afrontamiento en los adolescentes con alto y bajo bienestar psicológico en tres instituciones educativas de Villa El Salvador. Se identificó que los estilos de afrontamiento de los adolescentes con bajo nivel de bienestar psicológico, son: afrontamiento activo frente al problema, y la búsqueda de apoyo social y emocional frente al problema; por otro lado, se identificó que los adolescentes con un alto bienestar psicológico se caracterizan por afrontar sus problemas con los estilos de afrontamiento no productivo, y distanciamiento en general del problema. Los resultados evidencian que los adolescentes con altos niveles de bienestar psicológico, en Villa El Salvador, no saben enfrentar sus problemas eficazmente, situación que les hace vulnerables a tener muchos conflictos, tanto en la familia como el colegio; estos resultados contradicen lo hallado por Rodríguez (2013) en Colombia, pues identificó que los adolescentes con alto bienestar psicológico presentan estrategias de afrontamiento productivos y no negativos; estos resultados son un elemento suficiente como para continuar estudios en esta población; así mismo, se halló que los adolescentes con bajo bienestar psicológico, presentan estilos de afrontamiento positivos ante situaciones estresantes, pudiendo, explicarse en gran medida considerando que los adolescentes con esta condición tienen que asumir responsabilidades, puesto que provienen de padres separados; por el contrario, sus compañeros con altos niveles de bienestar psicológico, presentan los recursos suficientes y el apoyo incondicional de los padres que generalmente los sobreprotegen y no les educan para asumir sus responsabilidades, haciéndoles incapaces de buscar ayuda para enfrentar el problema sin la ayuda (Casullo y Fernández, 2001).

En este estudio se identifica que las estrategias de afrontamiento más prevalentes en el nivel alto, son el distanciamiento en general (41.50%) y el afrontamiento no productivo (39.83%), evidenciando que más de dos tercios de los adolescentes (80%) que presentan incidentes de violencia en San Juan de Miraflores según el MINSA enfrentan sus problemas, con un afrontamiento no productivo y un distanciamiento general, es decir no asumiendo las consecuencias de sus acciones; en esa misma tendencia, en adolescentes de Lima Este, Gonzales (2016) identifica como estilos prevalentes la distracción física en el 56.1%, invertir en amigos, (51.2%) y preocuparse (48.3%), sin embargo, en adolescentes peruanos Cusqueños, García y Yabar (2017) identifica como estilo de

afrontamiento más prevalente, el estilo, centrarse en resolver el problema, lo que haría posible afirmar que en los departamentos del interior del país los adolescentes tienden a enfrentar el problema con menores estrategias de afrontamiento, en comparación con sus pares de Lima.

En Villa El Salvador, lugar donde se realizó la investigación, Quispe (2015) reporta que el 30% de estudiantes son víctimas de bullying y con un 34.7% en riesgo de desarrollar conductas antisociales Ochoa (2018). Estos resultados pueden explicarse considerando el contexto de cada institución educativa, pues en este estudio se identifican diferencias significativas en los seis estilos de afrontamiento en función a la institución educativa, considerando que algunas instituciones se encuentran ubicadas en las zonas más deprimidas y violentas del distrito. En la literatura científica se ha estudiado a profundidad los factores asociados al afrontamiento; en Trujillo Casamayor (2018) identifica la relación significativa entre bullying y estrategias de afrontamiento no productivos, mientras González (2016) en Lima halló relación significativa con el estrés académico. Las posibles asociaciones entre las estrategias de afrontamiento y las múltiples variables psicológicas reportadas en la literatura científica se explican resaltando la importancia del afrontamiento como herramienta psicológica, pues como lo afirma Lazarus y Folkman (1986) las estrategias de afrontamiento son un acumulado de técnicas que la persona tiene frente a un evento estresante, siendo aprendidos desde niños, y formando parte de la personalidad de las personas, es importante precisar que estas pueden cambiar en el tiempo, por ello se debe continuar con más estudios en esta población con la finalidad de identificar a la población vulnerable, y asistirlos con programas de promoción de la salud dentro de las instituciones educativas.

El bienestar psicológico es entendido por García y González (2000) como aquel estado de los adolescentes que expresan el sentir positivo de la vida; es decir que presentan un adecuado nivel de calidad de vida, por lo tanto, no deben presentar conductas agresivas y violentas, siendo tolerantes; en ese sentido en este estudio se ha identificado como nivel prevalente de bienestar psicológico, los niveles bajos (36.5% en el nivel bajo, 38.4% en promedio) evidenciando que los adolescentes de las instituciones de Villa El Salvador no presentan un adecuado nivel de bienestar psicológico en comparación con los adolescentes de otros distritos con mayores ingresos económicos, estos resultados, en cierta medida, que explican los altos índices de violencia, agresión, bullying, en Lima

Sur, MINSA 2015. Respecto a los estilos de afrontamiento asociados al bienestar psicológico en este estudio se identifican relación significativa inversa ( $p < 0.05$ ) entre el nivel de bienestar psicológico y las estrategias, afrontamiento activo frente al problema, búsqueda de apoyo social y emocional frente al problema y la interpretación positiva del problema; resultados similar halló, En Colombia Rodríguez (2013) pues identifico relación significativa ( $p < 0.05$ ) entre salud psicológica y estilos de afrontamiento, afronte con humor del problema; También en Lima, Gutiérrez y Veliz (2017) halló relación significativa entre bienestar psicológico y estrategias de búsqueda de apoyo espiritual y social, evidenciando que las estrategias de afrontamiento productivas son un soporte para un mejor bienestar psicológico de los adolescentes.

Finalmente, es importante resaltar que en este estudio, se evaluaron las propiedades psicométricas de la Escala de Bienestar Psicológico BIEPS-J y la Escala de Afrontamiento para Adolescentes ACS en los adolescentes de Villa El Salvador, obteniendo niveles aceptables de confiabilidad (consistencia interna, homogeneidad) y validez (Criterio y de constructo) estos instrumentos adaptados serán una herramienta importante que se dispondrán los psicólogos e investigadores para futuras investigaciones e intervenciones clínicas asociadas al afrontamiento y al bienestar psicológico en Villa El Salvador.

## 5.2. Conclusiones

1. Para el objetivo específico 1: Las estrategias de afrontamiento más prevalentes en el nivel alto, son el afrontamiento no productivo (25.7%) la búsqueda de apoyo social y emocional frente al problema (25.63%) y la búsqueda de apoyo social o instrumental frente al problema (25.35) mientras las más prevalentes en el nivel bajo son, el distanciamiento en general (41.50) y el afrontamiento no productivo (39.83%).
2. Para el objetivo específico 2: El nivel de bienestar psicológico es de 36.5% en el nivel bajo, 38.4% en el nivel promedio y 25.1% en el nivel alto; asimismo en la D1: Aceptación y control, el nivel prevalente es el nivel bajo (43.2%) por último en la D'': vínculos y proyectos, el nivel prevalente es el también el nivel bajo (46.0%).
3. Para el objetivo específico 3: Se hallan diferencias significativas ( $p < 0.05$ ) según edad, en las estrategias de afrontamiento, búsqueda de apoyo social y emocional frente al problema, interpretación positiva del problema, y el afrontamiento activo frente al problema, en relación al tipo de colegio, se hallan diferencias significativas en las seis estrategias de afrontamiento, por último en función al grado, se hallan diferencias significativas en la búsqueda de apoyo social y emocional frente al problema y la interpretación positiva del problema.
4. Para el objetivo específico 4: No se identifican diferencias significativas ( $p < 0.05$ ) entre el nivel de bienestar general y la edad, género, tipo de colegio y grado; sin embargo en la D2: Vínculos y proyecto, se identifican diferencias significativa en función a la edad y tipo de colegio.
5. Para el objetivo específico 5: Se halla relación significativa inversa ( $p < 0.05$ ) entre el nivel de bienestar psicológico y las estrategias, afrontamiento activo frente al problema, búsqueda de apoyo social y emocional frente al problema y la interpretación positiva del problema; por otro lado, existe relación significativa positiva ( $p < 0.05$ ) con las estrategias de afrontamiento no productivo y el distanciamiento en general.

6. Para el objetivo general: Se identifica que las estrategias afrontamiento que caracterizan a los adolescentes con bajo bienestar psicológico son; el afrontamiento activo frente al problema y la búsqueda de apoyo social y emocional frente al problema, por otro lado los con alto bienestar psicológico se caracterizan por, los estilos, afrontamiento no productivo y distanciamiento en general del problema.

### **5.3. Recomendaciones**

#### **Para los profesionales de la salud**

- Se recomienda implementar en las escuelas de padres de las instituciones educativas participantes, talleres que promuevan los estilos de afrontamiento positivos, tales como, la búsqueda de apoyo social e instrumental frente al problema, y la reinterpretación positiva del problema, en los estudiantes con alto bienestar psicológico, puesto que este estudio evidencia que están afrontando sus dificultades escolares, con estilos de evasión y distanciamiento del problema, situación que les generará dificultades en la adultez.
- Se recomienda a los psicólogos que laboran en las instituciones educativas participantes del estudio, implementar, talleres que promuevan las estrategias de afrontamiento productivo frente al problema, como la búsqueda de apoyo social y profesional, con los trabajadores de la administración (dirección, auxiliares) y docentes, puesto que, ellos son los modelos de los estudiantes y son los que deben guiarlos en la solución de sus problemas en la institución educativa.

#### **Para las instituciones educativas**

- Se recomienda a las instituciones educativas participantes del estudio, fomentar un clima adecuado en el aula de clase, considerando los resultados de este estudio, con el objetivo de implementar estrategias de promoción de la salud, que permitan fortalecer en los estudiantes su bienestar psicológico, tanto en la escuela como en sus hogares en la toma de talleres para los profesores y padres de familia de tal modo que se mejore el clima escolar.

## **REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS**



## Artículos

- Ávila-Quiñónez, A., Montaña, G., Jiménez-Arenas, D., y Burgos, J. (2014). Estilos y estrategias de afrontamiento y rendimiento académico: una revisión empírica. *Enfoques*, 1(1). 15-44.
- Balcázar, P. (2006). Percepción de los jóvenes para afrontar su vida. *Interpsiquis*, 20(2), 30-39.
- Barcelata, B. y Rivas, D. (2016). Bienestar psicológico y satisfacción vital en adolescentes mexicanos tempranos y medios. *Revista Costarricense de Psicología*, 35(2), 119-137.
- Casas, J. y Ceñal, M. (2005). Desarrollo del adolescente. Aspectos físicos, psicológicos y sociales. *Pediatría Integral*, 9(1) 20-24.
- Castellá, J., Saforcada, E., Tonon, G. Rodríguez, L., Mozobancyk, S. y María, L. (2012). Bienestar subjetivo de los adolescentes: un estudio comparativo entre Argentina y Brazil. *Psychosocial Intervention*, 21(3), 273-280.
- Castro, A. y Martina, M. (2000). Evaluación del bienestar psicológico en estudiantes adolescentes argentinos. *Revista de Psicología de la Pontificia Universidad Católica del Perú*, 15(1), 37-68.
- Casullo, M. (2002). Evaluación del bienestar psicológico en Iberoamérica. *Psicothema*. 14(2), 363- 368.
- Casullo, M. y Fernández, M. (2001). *Estrategias de afrontamiento en estudiantes adolescentes*. *Revista del Instituto de Investigaciones*, 6(1), 25-49.
- Contini, N., Coronel, P., Levin, M. y Estevez, A. (2003). Estrategias de afrontamiento y bienestar psicológico en adolescentes escolarizados de Tucumán. *Revista de Psicología de la PUCP*, 11(1), 179-200.

- Deci, E. y Ryan, R. (2000). The "what" and "why" of goal pursuits: Human needs and the self-determination of behavior. *Psychological Inquiry*, 11, 227-268.
- García, C. (2014). Ruptura de pareja, afrontamiento y bienestar psicológico en adultos jóvenes. *Ajayu*, 11(2), 42-60.
- García, C. y González, C. (2000). La categoría bienestar psicológico: su relación con otras categorías sociales. *Revista Medicina General Integral*, 16(6), 586-920.
- García-Viniegras, V. y González Benítez, I. (2000). La categoría de bienestar psicológico. Su relación con otras categorías sociales. *Revista Cubana de Medicina General Integral*, 16(6), 586-592.
- González, R., Montoya, I., Casullo, M. y Bernabéu, J. (2002). Relación entre estilos y estrategias de afrontamiento y bienestar psicológico en adolescentes. *Psicothema*. 14 (2), 363-369. Recuperado de <https://bit.ly/2RpJLeV>
- Keyes, C. (2005). Mental health and/or mental illness? Investigating axioms of the complete state model of health. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 73, 539- 548.
- Martínez, P. y Morote, R. (2001). Preocupaciones de adolescentes de Lima y sus estilos de afrontamiento. *Revista de Psicología de la PUCP*, 19(2) 213-236.
- Morales, M. y Gonzales, G. (2014). Resiliencia-autoestima-bienestar psicológico y capacidad intelectual de estudiantes de cuarto medio de buen rendimiento de liceos vulnerables. *Estudios Pedagógicos*, 40(1), 215-228.
- Moreno, J y Martínez, A. (2006). Importancia de la Teoría de la Autodeterminación en la práctica físico-deportiva: Fundamentos e implicaciones prácticas. *Cuadernos de 107 Psicología del Deporte*, 6(2), 39-54.

- Romero, A., Zapata, R., García-Mas, A. Brustad, R., Garrido, R. y Letelier, A. (2010). Estrategias de afrontamiento y bienestar psicológico en jóvenes tenistas de competición. *Revista de Psicología del Deporte*, 19(1), 117-133.
- Ryan, R. y Deci, E. (2008). A self-determination theory approach to psychotherapy: The motivational basis for effective change. *Canadian Psychology*, 49(1) 186-193.
- Ryan, R., Huta, A. y Deci, E. (2008). The "what" and "why" of goal pursuits: Human needs and the self-determination of behavior. *Psychological Inquiry*, 11, 227-268.
- Ryff, C. (1989). Beyond Ponce de Leon and life satisfaction: New directions in quest of successful aging. *International Journal of Behavioral Development*, 12(1) 35-55.
- Sandín B. (1989). *Estrés, afrontamientos y alteraciones psicofisiológicas en Procesos emocionales y salud*, 7(2), 45-72
- Sandín, B. (1985). Manual de psicopatología. *McGraw-Hill Interamericana*, 2(11), 3-52.
- Sandín, B. (1995). El estrés y los estilos de afrontamiento. *Anales de Psicología*, 2(4) 3-52.
- Uribe, A., Ramos, I., Villamil, I. y Palacio, J. (2018). La importancia de las estrategias de afrontamiento en el bienestar psicológico en una muestra escolarizada de adolescentes. *Psicogente*, 21(40), 440-457.
- Veenhoven, R. (1991). Is happiness relative?. *Social Indicators Research*, 24(1) 1-34.
- Villagrán, L. (2009). El Bienestar Psicológico. *Revista Psicología y Vida* 14(2), 12-45.
- Viñas, F.; Gonzales, M.; García, Y.; Malo, S. y Casas, F. (2015). Los estilos y estrategias de afrontamiento y su relación con el bienestar personal en una muestra de adolescentes. *Anales de Psicología*, 31(1), 226-233.

## Libros

- Alarcón, R. (2013). *Métodos y diseños de investigación del comportamiento*. Lima: Editorial Universitaria. Universidad Ricardo Palma.
- Belloch, B. Sandín y F. Ramos (Eds.). *Manual de psicopatología*. Madrid: Mc Graw-Hill.
- Carver, R. (1984). *Manual del cuestionario de afrontamiento al estrés*. Washington: QM Editorial.
- Casullo, M. (2002). *Evaluación del Bienestar Psicológico en Iberoamérica*. Buenos Aires: Paidós.
- Centros de Emergencia Mujer (2011). *Hagamos de las familias el mejor lugar para crecer*. Recuperado de <https://bit.ly/2OdXi6Z>
- Dongil E. y Cano, A. (2014). *Habilidades sociales. Sociedad Española para el estudio de la Ansiedad y el Estrés (SEAS)*. Recuperado de <https://bit.ly/2Ojn0r6>
- Frydenberg, E. y Lewis, R. (1996). ACS. *Escalas de Afrontamiento para Adolescentes*. Manual. Madrid: TEA
- Havighurst, R. (1972). *Developmental tasks and education* (3 ed.). New York. N.Y.: David.
- Hernández, S. Fernández, C. y Baptista, P. (2014). *Metodología de la investigación*. México: Mc Graw-Hill.
- INEI (2016). *Encuesta Nacional sobre Relaciones Sociales ENARES 2013 y 2015*. Recuperado de <https://bit.ly/2NeogPz>
- Instituto Nacional de Estadísticas e Informática (2016). *Población y demografía*. Recuperado de <https://bit.ly/2av1D3g>

Kahneman, D. Diener, E. y Schwarz, N. (1999). *Well-being: The foundations of hedonic psychology*. Universidad de Georgia: Athens.

Kerlinger, F y Lee, H. (2004). *Investigación del comportamiento*. México: McGraw-Hill.

Lance, C. Mallard, A. y Michalos, A. (2002). *Análisis de las direcciones causales en las relaciones de satisfacción personal de aspectos de la vida general*. Departamento de psicología. Universidad de Georgia: Athens.

Lazarus, R. y Folkman, S. (1984). *Stress appraisal and coping*. New York: Springer.  
Recuperado de <https://bit.ly/2DbAQdV>

Lazarus, R. y Folkman, S. (1986). *Estrés y procesos cognitivos*. Barcelona: Martínez

Marsoller, R. Aparicio, M y Aguirre, J. (2009). *La búsqueda del bienestar psicológico: Su vinculación con las estrategias de afrontamiento*. Recuperado de <http://www.psiquiatria.com/bibliopsiquis/assetstore/15/88/98/158898356253629948249787698320983831268>

Organización Mundial de la Salud (2018). *Salud de la madre, el recién nacido, del niño y del adolescente*. Recuperado de <https://bit.ly/1WldmmP>

Organización Mundial de la Salud. (2013). *Adolescentes: riesgos para la salud y soluciones*. Recuperado de <http://www.who.int/mediacentre/factsheets/fs345/es/>

Pereña, J. y Seisdedos, N. (1997). *ACS Escala de Afrontamiento para Adolescentes*. España: TEA Ediciones

Riso, W. (2008). *Cuestión de dignidad*. (2ª. ed.). Bogotá: Editorial Norma

Rogers, C. (1963) *La Tendencia Actualizadora en Relación a "Motivos" y a la Conciencia*. Recuperado de <https://bit.ly/2P1MFGi>

Romero, E., Brustad, A. y García, B. (2007). *La Tendencia Actualizadora en Relación a "Motivos" y a la Conciencia*. Universidad de Nebraska: Nebraska Symposium on Motivation.

Taylor S. (1991). *Seamos optimistas. Ilusiones positivas*. Barcelona: Ediciones Martínez Roca.

## **Tesis**

Canessa, B. (2000). *Adaptación de la prueba "escala de afrontamiento para adolescentes" en escolares entre 14 y 17 años de edad de diferente sexo y nivel socioeconómico* (Tesis de pregrado). Universidad de Lima, Lima, Perú.

Casamayor, Y. (2018). *Estrategias de afrontamiento y acoso escolar en adolescentes del distrito de Trujillo* (Tesis de pregrado). Universidad César Vallejo, Trujillo, Perú.

Flores, M. y Marrufo, C. (2005). *Estrategias de afrontamiento en los estudiantes del área de ciencias y el área de letras del centro Pre-Universitario de la Universidad Nacional de Trujillo* (Tesis de pregrado). Universidad César Vallejo, Trujillo.

García, Z. y Yabar, Z. (2017). *Estrategias de afrontamiento y bienestar psicológico en estudiantes de cuarto y quinto de secundaria de instituciones educativas públicas del distrito de Urcos - Quispicanchi – Cusco, 2017* (Tesis de pregrado). Universidad Andina del Cusco, Cusco, Perú.

Gonzales, E. (2016). *Estrés académico y estrategias de afrontamiento en estudiantes de 1.º y 5.º grado de secundaria de una institución educativa estatal de Lima Este, 2015* (Tesis de pregrado). Universidad Peruana Unión, Lima, Perú.

Gonzales, M. (2004). *El bienestar psicológico en la adolescencia: la perspectiva de las ciencias de la complejidad* (Tesis de maestría). Universidad de Girona, Cataluña, España.

Gutiérrez, N. y Veliz, Y. (2018). *Estrategias de afrontamiento y bienestar psicológico en estudiantes del nivel secundario de una institución particular de Lima Sur* (Tesis de pregrado). Universidad Peruana Unión, Lima, Perú.

Liberalesso, A. (2001). *Bienestar subjetivo en la vida adulta y en la vejez: rumbo a una psicología positiva en América Latina* (Tesis de pregrado). Universidad Estatal de Campiñas, Sao Paulo, Brasil.

Moreno, M. (2003). *Bienestar psicológico y dependencia interpersonal en estudiantes locales foráneos de la UDLA* (Tesis de pregrado). Universidad de las Américas, Puebla, México.

Orihuela, S. (2015). *Bienestar y afrontamiento en adolescentes participantes de un programa de empoderamiento juvenil* (Tesis de pregrado). Pontificia Universidad Católica del Perú, Lima, Perú.

Rodríguez, O. (2013). *Las estrategias de afrontamiento individual y su relación con la salud mental (bienestar social, psicológico y subjetivo) en jóvenes con alto riesgo de sufrir problemas psicosociales en el distrito de Santa Marta* (Tesis de pregrado). Universidad del Norte, Barranquilla, Colombia.

Samanez, A. y Alva, S. (2016). *Bienestar psicológico y asertividad en estudiantes de secundaria de una institución educativa privada de Lima este, 2016* (Tesis de pregrado). Universidad Peruana Unión, Lima, Perú.

## **ANEXOS**



## Anexo 1

### *Escala de Afrontamiento para Adolescentes ACS* Frydenberg y Lewis (2000).

#### Instrucciones

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

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

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

		<b>A</b>	<b>B</b>	<b>C</b>	<b>D</b>	<b>E</b>
1	Hablo con otros para saber lo que ellos harían si tuviesen el mismo problema					
2	Me dedico a resolver lo que está provocando el problema	A	B	C	D	E
3	Sigo con mis tareas como es debido	A	B	C	D	E
4	Me preocupo por mi futuro	A	B	C	D	E
5	Me reúno con mis amigos más cercanos	A	B	C	D	E
6	Trato de dar una buena impresión en las personas que me importan	A	B	C	D	E
7	Espero que me ocurra lo mejor	A	B	C	D	E
8	Como no puedo hacer nada para resolver el problema, no hago nada	A	B	C	D	E
9	Me pongo a llorar y/o gritar	A	B	C	D	E
10	Organiza una acción en relación con mi problema	A	B	C	D	E
11	Escribo una carta a una persona que siento que me puede ayudar con mi problema	A	B	C	D	E
12	Ignoro el problema	A	B	C	D	E
13	Ante los problemas, tiendo a criticarme	A	B	C	D	E
14	Guardo mis sentimientos para mí solo(a)	A	B	C	D	E
15	Dejo que Dios me ayude con mis problemas	A	B	C	D	E
16	Pienso en aquéllos que tienen peores problemas, para que los míos no parezcan tan graves	A	B	C	D	E
17	Pido consejo a una persona que tenga más conocimiento que yo	A	B	C	D	E
18	Encuentro una forma de relajarme, como oír música, leer un libro, tocar un instrumento musical, ver la televisión, etc.	A	B	C	D	E
19	Practico un deporte	A	B	C	D	E
20	Hablo con otros para apoyarnos mutuamente	A	B	C	D	E
21	Me dedico a resolver el problema utilizando todas mis capacidades	A	B	C	D	E
22	Sigo asistiendo a clases	A	B	C	D	E
23	Me preocupo por buscar mi felicidad	A	B	C	D	E
24	Llamo a un(a) amigo(a) íntimo(a)	A	B	C	D	E
25	Me preocupo por mis relaciones con los demás	A	B	C	D	E
26	Espero que un milagro resuelva mis problemas	A	B	C	D	E
27	Frente a los problemas, simplemente me doy por vencido(a)	A	B	C	D	E
28	Intento sentirme mejor bebiendo alcohol, fumando o tomando drogas	A	B	C	D	E
29	Organizo un grupo que se ocupe del problema	A	B	C	D	E
30	Decido ignorar conscientemente el problema	A	B	C	D	E

31	Me doy cuenta que yo mismo(a) me complico la vida frente a los problemas	A	B	C	D	E
32	Evito estar con la gente	A	B	C	D	E
33	Pido ayuda y consejo para que se resuelvan mis problemas	A	B	C	D	E
34	Me fijo en el aspecto positivo de las cosas y trato de pensar en las cosas buenas	A	B	C	D	E
35	Busco ayuda o consejo de un profesional para resolver los problemas	A	B	C	D	E
36	Salgo y me divierto para olvidar mis dificultades	A	B	C	D	E
37	Realizo ejercicios para mantenerme en forma y con buena salud	A	B	C	D	E
38	Busco ánimo en otras personas	A	B	C	D	E
39	Considero otras puntos de vista y trato de tenerlos en cuenta	A	B	C	D	E
40	Trabajo intensamente (Trabajo duro)	A	B	C	D	E
41	Me preocupo por lo que está pasando	A	B	C	D	E
42	Empiezo, o si ya existe, mejoro la relación con mi enamorado(a)	A	B	C	D	E
43	Trato de adaptarme a mis amigos	A	B	C	D	E
44	Espero que el problema se resuelva por si sólo	A	B	C	D	E
45	Me pongo mal (Me enfermo)	A	B	C	D	E
46	Culpo a los demás de mis problemas	A	B	C	D	E
47	Me reúno con otras personas para analizar el problema	A	B	C	D	E
48	Saco el problema de mi mente	A	B	C	D	E
49	Me siento culpable por los problemas que me ocurren	A	B	C	D	E
50	Evito que otros se enteren de lo que me preocupa	A	B	C	D	E
51	Leo la Biblia o un libro sagrado	A	B	C	D	E
52	Trato de tener una visión positiva de la vida	A	B	C	D	E
53	Pido ayuda a un profesional	A	B	C	D	E
54	Me doy tiempo para hacer las cosas que me gustan	A	B	C	D	E
55	Hago ejercicios físicos para distraerme	A	B	C	D	E
56	Hablo con otras personas sobre mi problema para que me ayuden a salir de él	A	B	C	D	E
57	Pienso en lo que estoy haciendo y por qué lo hago	A	B	C	D	E
58	Busco tener éxito en las cosas que estoy haciendo	A	B	C	D	E
59	Me preocupo por las cosas que me puedan pasar	A	B	C	D	E
60	Trato de hacerme amigo(a) íntimo(a) de un chico o de una chica	A	B	C	D	E
61	Trato de mejorar mi relación personal con los demás	A	B	C	D	E
62	Sueño despierto que las cosas van a mejorar	A	B	C	D	E
63	Cuando tengo problemas, no sé cómo enfrentarlos	A	B	C	D	E
64	Ante los problemas, cambio mis cantidades de lo que como, bebo o duermo	A	B	C	D	E
65	Me reúno con las personas que tienen el mismo problema que yo	A	B	C	D	E
66	Cuando tengo problemas, me aislé para poder evitados	A	B	C	D	E
67	Me considero culpable de los problemas que me afectan	A	B	C	D	E
68	Ante los problemas, evito que otros sepan cómo me siento	A	B	C	D	E
69	Pido a Dios que cuide de mí	A	B	C	D	E
70	Me siento contento(a) de cómo van las cosas	A	B	C	D	E
71	Hablo acerca del problema con personas que tengan más experiencia que yo	A	B	C	D	E
72	Consigo apoyo de otros, como de mis padres o amigos, para solucionar mis problemas	A	B	C	D	E
73	Pienso en distintas formas de enfrentarme al problema	A	B	C	D	E
74	Me dedico a mis tareas en vez de salir	A	B	C	D	E
75	Me preocupo por el futuro del mundo	A	B	C	D	E
76	Procuró pasar más tiempo con la persona con quien me gusta salir	A	B	C	D	E
77	Hago lo que quieren mis amigos	A	B	C	D	E
78	Me imagino que las cosas van a ir mejor	A	B	C	D	E
79	Sufro dolores de cabeza o de estómago	A	B	C	D	E
80	Encuentro una forma de aliviar la tensión; por ejemplo, llorar o gritar o beber o tomar drogas	A	B	C	D	E

## Anexo 2

### *Escala de Bienestar Psicológico en Jóvenes Adolescentes – BIESP-J* Casullo, 2002

#### I. INFORMACIÓN GENERAL:

a) Edad: (13) (14) (15) (16) (17)

b) Sexo: (F) (M)

c) Grado de estudios: segundo ( ) Tercero ( ) Cuarto ( ) Quinto ( )

**Instrucciones:** Le pedimos que lea con atención las frases siguientes. Marque su respuesta en cada una de ellas sobre la base de lo que pensó y sintió durante el último mes. Las alternativas de respuesta son: **-ESTOY DE ACUERDO- NI DE ACUERDO NI EN DESACUERDO – ESTOY EN DESACUERDO-** No hay respuestas buenas o malas: todas sirven. No deje frases sin responder. Marque su respuesta con una cruz (aspa) en uno de los tres espacios.

ITEMS	De acuerdo	Ni de acuerdo Ni en des-Acuerdo	En des-acuerdo
1. Creo que me hago cargo de lo que digo o hago.			
2. Tengo amigos /as en quienes confiar.			
3. Creo que sé lo que quiero hacer con mi vida.			
4. En general estoy conforme con el cuerpo que tengo.			
5. Si algo me sale mal puedo aceptarlo, admitirlo.			
6. Me importa pensar que haré en el futuro.			
7. Generalmente caigo bien a la gente.			
8. Cuento con personas que me ayudan si lo necesito.			
9. Estoy bastante conforme con mi forma de ser.			
10. Si estoy molesto /a por algo soy capaz de pensar en cómo cambiarlo.			
11. Creo que en general me llevo bien con la gente.			
12. Soy una persona capaz de pensar en un proyecto para mi vida.			
13. Puedo aceptar mis equivocaciones y tratar de mejorar.			