

# FACULTAD DE CIENCIAS HUMANAS ESCUELA PROFESIONAL DE PSICOLOGÍA

#### **TESIS**

ESTILOS DE AFRONTAMIENTO Y RESILIENCIA EN ADOLESCENTES DE 4° y 5°

DE SECUNDARIA DE INSTITUCIONES PÚBLICAS DE VILLA MARÍA DEL

TRIUNFO

### PARA OBTENER EL TÍTULO DE

LICENCIADA EN PSICOLOGÍA

#### **AUTORA**

ZHAYDA FIORELA DE LA CRUZ VARGAS ORCID: 0000-0002-2655-9350

#### **ASESORA**

MAG. LUZ ELIZABETH MAYORGA FALCÓN ORCID: 0000-0001-6213-3018

#### LINEA DE INVESTIGACIÓN

DESÓRDENES EMOCIONALES, SU RELACIÓN CON LOS FACTORES DE RIESGO PARA LA SALUD Y CON EL DESARROLLO DE CONDUCTAS SALUDABLES

LIMA, PERÚ, JULIO DE 2021

#### **DEDICATORIA**

Esta tesis se la dedico en primer lugar, a mi madre, Luisa Vargas Valladolid, quien partió a la casa del padre a causa del COVID 19, siendo desde entonces fuente de inspiración para mí y poder culminar este proyecto. Así mismo, quiero dedicarle este trabajo a mi padre Alejandro De La Cruz Tenorio, quien con su resiliencia me enseñó a perseguir mis sueños desde pequeña.

#### **AGRADECIMIENTOS**

A los docentes de la universidad Autónoma del Perú, quienes me brindaron muchas herramientas para formarme profesionalmente.

A los jefes inmediatos de mis centros de práctica por las enseñanzas y la apertura que tuvieron con mi persona, especialmente a la Lic. Jharumy Otiniano, por su generosidad y apoyo para culminar este proceso de investigación, así mismo, a la Lic. Selene Soto quien confió en mi en todo este tiempo, a ellas dos mi agradecimiento absoluto.

## ÍNDICE

DEDI	CATORIA	2	
AGRADECIMIENTOS 3			
RESU	JMEN	7	
ABS	TRACT	8	
RESU	JMO	9	
INTR	ODUCCIÓN	10	
CAPÍ	TULO I: PROBLEMA DE INVESTIGACIÓN		
1.1.	Realidad problemática	13	
1.2.	Justificación e importancia de la investigación	15	
1.3.	Objetivos de la investigación: general y específicos	16	
1.4.	Limitaciones de la investigación	17	
CAPÍ	TULO II: MARCO TEÓRICO		
2.1.	Antecedentes de estudios	19	
2.2.	Bases teórico científicas	23	
2.3.	Definición de la terminología empleada	51	
CAPÍ	TULO III: MARCO METODOLÓGICO		
3.1.	Tipo y diseño de investigación	54	
3.2.	Población y muestra	54	
3.3.	Hipótesis	56	
3.4.	Variable – Operacionalización	57	
3.5.	Métodos y técnicas de investigación	58	
3.6.	Técnicas de procesamiento y análisis de datos	75	
CAPÍ	TULO IV: ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN DE RESULTADOS		
4.1.	Resultados descriptivos e inferenciales	77	
4.2.	Prueba de normalidad de las variables	82	
4.3.	Resultados correlacionales	88	
CAPÍ	TULO V: DISCUSIONES, CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES		
5.1.	Discusiones	90	
5.2.	Conclusiones	)3	
5.3.	Recomendaciones	)4	
REFERENCIAS			

## ANEXOS

### LISTA DE TABLAS

Tabla 1	Distribución de la muestra según institución
Tabla 2	Distribución de la muestra según grado escolar
Tabla 3	Distribución de la muestra según sexo
Tabla 4	Distribución de la muestra según edad
Tabla 5	Operacionalización de la variable afrontamiento
Tabla 6	Operacionalización de la variable resiliencia
Tabla 7	Validez de Contenido de la Escala de Afrontamiento para adolescentes -
	SCA de Frydenberg y Lewis
Tabla 8	Prueba binomial de la Escala de Afrontamiento para Adolescentes – SCA
	de Frydenberg y Lewis
Tabla 9	Correlación ítem – test de la Escala de Afrontamiento para Adolescentes
	<ul> <li>SCA de Frydenberg y Lewis</li> </ul>
Tabla 10	Confiabilidad de la Escala de Afrontamiento para Adolescentes – SCA de
	Frydenberg y Lewis
Tabla 11	Baremos de la Escala de Afrontamiento – ACS
Tabla 12	Validez de contenido de la Escala de Resiliencia para Adolescentes (ERA)
Tabla 13	Prueba Binomial de la Escala de Resiliencia para Adolescentes (ERA)
Tabla 14	Confiabilidad por ítems de la Escala de Resiliencia para Adolescentes
	(ERA)
Tabla 15	Confiabilidad de la Escala de Resiliencia para Adolescentes (ERA)
Tabla 16	Baremos de la Escala de Resiliencia (ERA)
Tabla 17	Estadísticos descriptivos de los estilos de afrontamiento
Tabla 18	Frecuencia de uso de los estilos de afrontamiento
Tabla 19	Estadísticos descriptivos de la Escala de Resiliencia (ERA)
Tabla 20	Nivel del área insight de la resiliencia
Tabla 21	Nivel del área interacción de la resiliencia
Tabla 22	Nivel del área independencia de la resiliencia
Tabla 23	Nivel del área moralidad de la resiliencia
Tabla 24	Nivel del área humor de la resiliencia
Tabla 25	Nivel del área iniciativa de la resiliencia
Tabla 26	Nivel del área creatividad de la resiliencia

Tabla 27	Nivel de resiliencia
Tabla 28	Prueba de normalidad de la escala de afrontamiento – ACS
Tabla 29	Prueba de normalidad de la Escala de Resiliencia (ERA)
Tabla 30	Estilos de afrontamiento según grado
Tabla 31	Estilos de afrontamiento según sexo
Tabla 32	Estilos de afrontamiento por grupos de edad
Tabla 33	Resiliencia según grado
Tabla 34	Resiliencia según sexo
Tabla 35	Resiliencia según grupos de edad
Tabla 36	Correlación entre los estilos de afrontamiento y las áreas de resiliencia

ESTILOS DE AFRONTAMIENTO Y RESILIENCIA EN ADOLESCENTES DE 4TO Y 5TO DE SECUNDARIA DE INSTITUCIONES PÚBLICAS DE VILLA MARÍA DEL

**TRIUNFO** 

ZHAYDA FIORELA DE LA CRUZ VARGAS

UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DEL PERÚ

RESUMEN

El objetivo del presente estudio fue establecer si existe relación entre los estilos de

afrontamiento y la resiliencia en 347 adolescentes de ambos sexos, con edades de

13 a 20 años pertenecientes al 4to y 5to grado de secundaria de 4 instituciones

públicas del distrito de Villa María del Triunfo. La investigación fue de tipo correlacional

transversal, de diseño no experimental. En cuanto a los instrumentos, se utilizó la

Escala de Resiliencia para Adolescentes – ERA de Del Águila y Prado y la Escala de

Afrontamiento de Frydenberg y Lewis. Los resultados indicaron que existe relación

significativa (p<.05) entre ambas variables y que los adolescentes utilizan en su

mayoría el estilo de afrontamiento referencia a otros y presentan un nivel de resiliencia

promedio.

Palabras clave: afrontamiento, resiliencia, adolescentes, instituciones públicas.

STYLES OF FACING AND RESILIENCE IN ADOLESCENTS OF 4TH AND 5TH SECONDARY PUBLIC INSTITUTIONS OF VILLA MARÍA DEL TRIUNFO

ZHAYDA FIORELA DE LA CRUZ VARGAS

UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DEL PERÚ

**ABSTRACT** 

The objective of this study was to establish whether there is a relationship between

coping styles and resilience in 347 adolescents of both sexes, aged 13 to 20 years,

belonging to the 4th and 5th grade of secondary school from 4 public institutions in the

district of Villa María del Triunfo. The research was of a cross-sectional correlational

type, of a non-experimental design. Regarding the instruments, the Resilience Scale

for Adolescents - ERA by Del Águila and Prado and the Coping Scale by Frydenberg

and Lewis were used. The results indicated that there is a significant relationship (p

<.05) between both variables and that the adolescents mostly use the coping style

referring to others and have an average level of resilience.

**Keywords:** coping, resilience, adolescents, public institutions.

ESTILOS DE ENFRENTAMENTO E RESILIÊNCIA EM ADOLESCENTES DAS 4 E 5 INSTITUIÇÕES PÚBLICAS SECUNDÁRIAS DA VILLA MARÍA DEL TRIUNFO

ZHAYDA FIORELA DE LA CRUZ VARGAS

UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DEL PERÚ

**RESUMO** 

O objetivo deste estudo foi verificar se existe relação entre estilos de enfrentamento

e resiliência em 347 adolescentes de ambos os sexos, com idades entre 13 e 20 anos,

pertencentes ao 4º e 5º ano do ensino médio de 4 instituições públicas do distrito de

Villa María del Triunfo. A pesquisa foi do tipo transversal correlacional, de

delineamento não experimental. Em relação aos instrumentos, foram utilizadas a

Escala de Resiliência para Adolescentes - ERA de Del Águila e Prado e a Escala de

Coping de Frydenberg e Lewis. Os resultados indicaram que existe uma relação

significativa (p <0,05) entre as duas variáveis e que os adolescentes mais utilizam o

estilo de enfrentamento referindo-se a outras pessoas e um nível médio de resiliência.

Palavras-chave: anfrentamento, resiliência, adolescentes, instituições públicas.

#### INTRODUCCIÓN

Según el Ministerio de Salud (MINSA, 2016) los adolescentes están expuestos a muchos riesgos pues existen problemáticas que podrían afectarlos tales como la carencia de recursos, entorno que propicie el consumo de estupefacientes, enfermedades como las de trasmisión sexual o según el Ministerio de la Mujer y Poblaciones Vulnerables (MINPV, 2019) violencia dentro y fuera del hogar. En este sentido a lo largo de los años ha surgido la necesidad de estudiar este segmento de la población generando diversas investigaciones en el campo de la psicología, esto con el fin de recolectar información para el tratamiento o prevención de estas problemáticas.

Cabe mencionar en relación con lo anteriormente expuesto que la resiliencia y el estilo o modo en el que los adolescentes enfrentan estas problemáticas juega un rol fundamental; por ello, la presente investigación tiene como finalidad hallar si existe relación entre resiliencia y estilos de afrontamiento en los alumnos del 4to y 5to de secundaria de 4 instituciones educativas públicas del distrito de Villa María del Triunfo.

Esto para aportar conocimiento acerca de ambas variables presentes en los adolescentes. Además de generar datos relevantes para la prevención e intervención en dicha población, la investigación fue de tipo correlacional y transversal (Bernal, 2010) mientras que el diseño, no experimental (Hernández et al., 2014).

A continuación, se presenta la organización del contenido en 5 capítulos:

El primer capítulo, describe los puntos básicos de esta investigación como son: la realidad problemática en donde se describen datos acerca de las variables a nivel nacional e internacional, la formulación del problema, es decir cómo se llega a la pregunta de investigación, la justificación del problema detallando los aportes que

tendría el presente trabajo, los objetivos generales y específicos y, por ultimo las limitaciones de la investigación.

En el segundo capítulo, se presentan los antecedentes de estudios, los cuales son una serie de investigaciones relacionadas con el tema de investigación de este trabajo, bases teórico-científicas y definición de los términos empleados a lo largo de la investigación.

En el tercer capítulo, se expone el tipo de investigación y su diseño, además de características de la población y muestra, también se plantea la hipótesis general y específicas de la investigación relacionadas a los objetivos, se visualiza la operacionalización de la variable, los métodos, técnicas de investigación y los detalles de las técnicas de procesamiento y análisis de datos.

En el cuarto capítulo, se detalla los hallazgos de la investigación relacionados con los objetivos e hipótesis, asimismo, se realiza la contrastación de estos. Además, se redacta de manera detallada los estadísticos de ambas variables, descriptivos, diferencias según variables sociodemográficas y relación de las dimensiones.

Finalmente, en el quinto y último capítulo, se expone la discusión, conclusiones y recomendaciones del estudio.

## CAPÍTULO I PROBLEMA DE INVESTIGACIÓN

#### 1.1. Realidad problemática

A lo largo del desarrollo del ser humano este va adquiriendo diversas características, experiencias y conocimientos que lo acompañarán a lo largo de su ciclo vital, no obstante, es la adolescencia la etapa en la que se dan más cambios ya que se ejecuta la transición a la etapa adulta, lo cual puede generar altos niveles de estrés pues se dan numerosos cambios en el aspecto físico, psicológico y cognitivo; se asume un nuevo rol en la sociedad y se va formando el proyecto de vida (Jessor,1991, citado en Uribe et al., 2018).

En este sentido, el estrés toma un papel importante, en el Perú, se encontró que 6 de cada 10 peruanos se siente estresado, además; entre el 10 y el 20% de los jóvenes padecen de problemas mentales pues también en una investigación realizada por el Instituto Nacional de Salud Mental "Honorio Delgado – Hideyo Noguchi" en 2015 se halló que un 20% de la población a partir de los 12 años padece de algún problema psicológico, posteriormente al brindar atención psicológica durante el año 2017, se encontró que el 70% los casos con problemas psicológicos eran protagonizados por niños y adolescentes (MINSA, 2018).

Como se evidencia en párrafos anteriores el estrés provocado en esta etapa es un problema latente y puede desencadenar con el paso de los años en dificultades físicas y psicológicas, ante este hecho toma gran relevancia el afrontamiento al estrés ya que la Organización Mundial de la Salud (OMS, 2019), determinó que en el campo de la salud mental la mayoría de los trastornos como ansiedad, depresión, consumo de sustancias a temprana edad, conductas violentas entre otro tipo de conductas de riesgo, provienen del estilo de afrontamiento que maneja cada persona.

Sin embargo, este afrontamiento al estrés también puede verse afectado o favorecido por diversos factores como se evidencia en un estudio realizado por

Canessa (2002) en el que se adaptó un instrumento de afrontamiento y halló que dentro de los factores principales del estrés en los adolescentes de 14 años se encuentra la familia, en los adolescentes de 15 y 17 años su círculo social y finalmente, en los adolescentes de 18 años el factor académico.

Esta situación nos alerta también con respecto a la falta de orientación que emiten los adultos, puesto que pueden generar mayor estrés y reforzar un estilo de afrontamiento no eficaz para solucionar cualquier tipo de problemática o hacerle frente a las nuevas exigencias y responsabilidades.

Este tipo de eventos perjudica el desarrollo del afrontamiento al estrés pues este parte de cuando el sujeto siente que determinada situación lo puede perjudicar (Lazarus y Folkman, 1986).

Frente a este tipo de problemática, los adolescentes ponen en marcha variables cognitivas y/o conductuales para sobresalir (Lippman et al., 2014), entre ellos la violencia la cual ha sido usada como un recurso para solucionar diferencias entre adolescentes, llegando en ocasiones a dañarse impactando en su salud mental y física. Por otro lado, existe otro estilo de afrontamiento que se relaciona con el impulso de tener una visión de superación que genera la resiliencia, variable que impulsó investigaciones desde hace 50 años en niños que habían atravesado situaciones difíciles (Kotliarenco et al. 1996) y que influyen en el comportamiento ya que la falta de resiliencia y afrontamiento al estrés pueden conllevar a tomar decisiones precipitadas.

En este sentido autores como Rodríguez (2009), mencionan la importancia de ser resiliente indicando que una persona con esta característica presenta competencia social para facilitar su comunicación y tener comportamientos prosociales; capacidad de resolución de problemas pensando de forma abstracta para

dar solución a diversas situaciones; autonomía para poder ejercer control sobre factores externos y comportarse de forma independiente y; finalmente sentido de propósito y futuro para trazar objetivos claros a través de la motivación y coherencia, por este motivo, las personas que no son resilientes pueden presentar dificultades que traigan consigo consecuencias negativas a futuro como el no poder sobreponerse ante situaciones difíciles o traumas que generan un gran impacto a nivel psicológico, resolver problemas de la vida diaria y actuar de forma independiente además de no tener metas claras y objetivas lo cual perjudicaría gravemente su desarrollo.

Esto nos da una noción multifactorial sobre las consecuencias que podrían acarrear la falta de estilos adecuados de afrontamiento al estrés y resiliencia, lo que despierta el interés por hallar la relación entre ambas variables y; aunque en la actualidad existen diversos estudios en provincias del Perú, hay pocas investigaciones enfocadas en hallar la relación de estas variables en adolescentes de Lima – Sur tomando en cuenta que este segmento de la población cuenta con 3 millones 130 mil jóvenes según el Instituto nacional de estadística e informática (2019), en base a ello y en concordancia con lo mencionado en párrafos anteriores se plantea la siguiente pregunta de investigación:

¿Cuál es la relación de estilos de afrontamiento y resiliencia en adolescentes de 4to y 5to de secundaria de instituciones públicas de Villa María del Triunfo?

#### 1.2. Justificación e importancia de la investigación

La presente investigación presenta su justificación en base a los criterios para evaluar la importancia potencial de una investigación planteados por Hernández, Fernández y Baptista (2014) en este sentido alcanza relevancia social ya que se interesa en evaluar a una población poco estudiada con necesidad a ser intervenida puesto que es de bajo nivel socioeconómico y presenta diversos problemas

relacionados a violencia, delincuencia juvenil, consumo de drogas y fácil acceso a ellas.

Justificación práctica debido a que se usará la información recolectada para tomarla en cuenta en la prevención e intervención de problemáticas pues los hallazgos de diversos trabajos de investigación dan a conocer la importancia del empleo de los estilos de afrontamiento las cuales ayudan a mitigar consecuencias negativas relacionadas al estrés que se produce por las nuevas exigencias que deben enfrentar los adolescentes (Olsson et al., 2013).

Justificación teórica puesto que aportará nueva información acerca de las variables estilos de afrontamiento y resiliencia considerando que a lo largo de los años las investigaciones en adolescentes han sido enfocadas específicamente en problemas mentales (depresión, ansiedad. problemas de conducta. drogodependencias, trastornos de conducta alimentaria y otros), sin embargo, muchas de estas variables son producto de problemas como el estrés, el cual no ha sido estudiado a profundidad por lo que carece de antecedentes y literatura científica, en base a ello se espera también que dicha información sea considerada para la elaboración de nuevos estudios con el fin de contribuir en la promoción, prevención y tratamiento desde un enfoque biopsicosocial.

Finalmente, presenta justificación metodológica ya que se realizaron estudios piloto los cuales aportan datos sobre las propiedades psicométricas de la Escala de Resiliencia para Adolescentes – ERA de Del Águila y Prado y la Escala de Afrontamiento de Frydenberg y Lewis.

#### 1.3. Objetivos de la investigación

#### 1.2.1. General

Determinar la relación entre estilos de afrontamiento y resiliencia en adolescentes de 4to v 5to de secundaria de Villa María del Triunfo.

#### 1.3.2 Específicos

Identificar la frecuencia de uso de los estilos de afrontamiento en adolescentes de 4to y 5to de secundaria de Villa María del Triunfo.

Identificar el nivel de resiliencia en adolescentes de 4to y 5to de secundaria de Villa María del Triunfo.

Determinar la frecuencia de uso de los estilos de afrontamiento en adolescentes de 4to y 5to de secundaria de Villa María del Triunfo, según grado, sexo y grupos de edad.

Determinar el nivel de resiliencia en adolescentes de 4to y 5to de secundaria de Villa María del Triunfo, según grado, sexo y grupos de edad.

#### 1.4. Limitaciones de la investigación

Una limitante para el desarrollo de la investigación fue el acceso a la población y el tiempo brindado por parte de las instituciones para la resolución de las pruebas psicométricas debido a que este se vio reducido a causa de las diversas actividades que se realizaban en ese momento como las olimpiadas escolares.

## CAPÍTULO II MARCO TEÓRICO

#### 2.1. Antecedentes de estudios

#### 2.1.1. Internacionales

Degollado (2019) evaluó a 200 adolescentes mexicanos de ambos sexos (101 hombres y 99 mujeres) con edades entre los 15 a 18 años pertenecientes al segundo, cuarto y sexto semestre de una institución de educación media superior en Toluca, ello con el fin de hallar la relación entre la resiliencia y autoestima además de comparar el comportamiento de ambas variables según sexo. Los instrumentos utilizados fueron el Cuestionario de resiliencia de González-Arratia (2011) y el Cuestionario de autoestima (IGA-2000). Los resultados indicaron que los estudiantes tenían un alto nivel de resiliencia y autoestima la cual en algunos casos llegaba a puntuar en un nivel muy alto, asimismo, no se hallaron diferencias significativas en la resiliencia según sexo, sin embargo, en la autoestima si se encontró que los hombres cuentan con nivel mayor, finalmente, se concluyó que sí existe relación entre la resiliencia y la autoestima, es decir, a mayor resiliencia mayor nivel de autoestima o viceversa.

Meneses et al. (2019) desarrollaron un estudio correlacional con el objetivo de hallar la relación entre las variables estrategias de afrontamiento y resiliencia en 124 adolescentes de 16 y 19 años en España. Para la recolección de datos se usó la Escala de Resiliencia de Connor y Davidson para la medición de la resiliencia y la Escala de Afrontamiento COPE - 28 de Carver. Lo hallado demostró que estrategias de afrontamiento como autoinculpación, desconexión y uso de sustancias se relacionan con puntajes más bajos de resiliencia, además, se halló que las estrategias con mayor presencia y puntajes en adolescentes eran el afrontamiento activo, la reevaluación positiva, la aceptación del problema y la religión, finalmente se concluyó

que las estrategias de afrontamiento con menor puntaje presente en adolescentes eran la autoinculpación, desconexión y uso de sustancias.

Espinoza et al. (2018) evaluaron a 1001 alumnos ecuatorianos de la ciudad de Cuenca pertenecientes a instituciones particulares, fiscales y fiscomisionales de ambos sexos con edades entre 16 a 19 años, ello con el objetivo de hallar los perfiles de estilos de afrontamiento según sexo y etapas de la vida. Los instrumentos utilizados para la recolección de datos fueron una ficha sociodemográfica y la Escala de Afrontamiento para Adolescentes (ACS) de Fryedenberg y Lewis; los resultados indican que los estilos con mayor frecuencia son el de resolución de problemas y el afrontamiento no productivo, en cuanto a los resultados según sexo se halló que la mujeres utilizan con mayor frecuencia el estilo no productivo mientras que los hombres utilizan con mayor frecuencia el estilo referencia a otros y resolución de problemas.

Serrano (2018) investigó acerca de la relación entre la resiliencia y el estrés académico para lo cual evaluó a 150 alumnos de ambos sexos con edades entre 16 a 19 años pertenecientes al tercer año de bachillerato de la Unidad Educativa Municipal Eugenio Espejo, Pusuquí en Ecuador. La autora se basó en la psicología positiva de Martin Seligman para el estudio de la resiliencia y en el modelo cognitivo transaccional del estrés de Lazarus y Folkman para la segunda variable. Los instrumentos utilizados fueron la escala de resiliencia de Wagnild y Young y el inventario SISCO para la evaluación del estrés académico. Los resultados indican que el 47% de los evaluados presentó resiliencia en un nivel moderado y que sus factores cuentan con altos puntajes a excepción del factor perseverancia. En cuanto al estrés académico, se halló que el 88% de ellos presentaba un nivel moderado, finalmente, se concluye que no existe relación entre la resiliencia y el estrés académico.

Casas et al. (2015) investigaron acerca de la relación entre las variables estrategias y estilos de afrontamiento con bienestar personal evaluando así a 656 adolescentes con edades entre los 11 y 17 años en Girona - España. Se utilizó la Escala de Afrontamiento de Frydenberg y Lewis y El Personal Well Being Index - PWI. Lo hallado indicó que existe relación directa en las variables, es decir, a mayor bienestar personal mayores estilos de afrontamiento, adicional a ello los resultados indicaron que existe mayor correlación entre bienestar y el afrontamiento productivo, sin embargo, no se hallaron diferencias significativas en la correlación de ambas variables según sexo o edad.

#### 2.1.2. Nacionales

Chuquillanqui y Villanes (2020) investigaron acerca de la relación de la resiliencia y el afrontamiento, para ello evaluaron a 180 estudiantes de 1° a 5° de la carrera profesional de Trabajo Social de una Universidad Estatal de Huancayo, para la recolección de información se utilizó la escala de resiliencia de Wagnild y Young y el cuestionario de modos de afrontamiento (COPE). Los resultados indican que existe relación entre la resiliencia y los estilos de afrontamiento, además, en cuanto a la resiliencia es el nivel alto el que predominó en los evaluados (82.2%), por otro lado, se halló que el estilo más utilizado por ellos era el centrado en la emoción el cual estaba presente en un 45% de los evaluados.

Huanay (2019) investigó acerca de los niveles de resiliencia y los estilos de afrontamiento al estrés para lo cual evaluó a 137 soldados que prestaban servicio militar voluntario en 13 unidades del Ejército Peruano, esto en la ciudad del VRAEM. Los instrumentos utilizados para la recolección de datos fueron la escala de resiliencia de Wagnild y Young para la medición de la resiliencia y el cuestionario de modos de afrontamiento al estrés de Carver para la medición del afrontamiento. Los resultados

indican que, si existe relación entre los niveles de resiliencia y los estilos de afrontamiento, adicional a ello, se halló que el 41.91% de los evaluados usa con mayor frecuencia el afrontamiento centrado en el problema y el 59.56% de ellos presenta niveles adecuados de resiliencia, finalmente, cabe resaltar que no se encontró relación entre los niveles de resiliencia y el estilo de afronte centrado en la emoción.

Keyko (2019) realizó una investigación de tipo correlacional para determinar la relación entre las variables afrontamiento y resiliencia en estudiantes del 1° y 2° ciclo de un Instituto Privado de Huancayo, la muestra estuvo conformada por 231 estudiantes entre hombres y mujeres. Los instrumentos utilizados fueron la Escala de Afrontamiento – ACS de Frydenberg y Lewis y la Escala de Resiliencia de Walgnild y Young. Lo hallado indica que existe relación entre los estilos de afrontamiento resolver el problema y referencia a otros con la resiliencia de forma directa, asimismo, el nivel de resiliencia medio es el predominante en la muestra y el estilo más utilizado por ellos es el de resolver el problema.

Velezmoro (2018) investigó la influencia entre las variables cohesión familiar y resiliencia en 100 jóvenes trujillanos pertenecientes a una Institución Educativa Pública, se aplicó la Escala de Cohesión - FACES III y la Escala de Resiliencia para Adolescentes - ERA. Lo hallado indica que hay relación en un nivel medio de cohesión familiar con algunas dimensiones de la Escala de Resiliencia, lo que implica que la cohesión familiar tiene un gran rol en la resiliencia de los adolescentes.

Bolaños y Jara (2016) investigaron acerca de la relación entre las variables clima social familiar y resiliencia en alumnos de 2do a 5to grado de nivel secundaria en Tarapoto, los evaluados fueron en total 280 estudiantes de ambos sexos con edades entre los 12 y 17 años. Los instrumentos usados para la recolección de información fueron la Escala de Clima Social Familiar de Moss y Trickett y la Escala

de Resiliencia de Wagnild y Young. Los resultados indicaron que hay relación en ambas variables (r=0.335) es decir a mayor clima social familiar mayores índices o niveles de resiliencia, en este sentido la resiliencia se relacionó significativamente con la dimensión de relaciones familiares (p<=0.004), desarrollo familiar (p<=0.000) y estabilidad familiar (p<=0.001) del clima social familiar.

Murillo (2014) realizó una investigación con el fin de comparar el nivel de resiliencia en adolescentes hombres y mujeres trujillanos de una institución educativa publica, los evaluados fueron en total 193 hombres y 186 mujeres de 12 a 16 años. Se aplicó para la recolección de datos la Escala de Resiliencia para Adolescentes de Prado y Del Águila, entre los hallazgos se resalta que al comparar los puntajes obtenidos por ambos sexos en distintos factores determinaron que no existen diferencias en el nivel de resiliencia según género.

#### 2.2. Bases teórico científicas

#### 2.2.1. Afrontamiento

Las investigaciones sobre el afrontamiento se inician alrededor de los años 1960, gracias a ello la literatura científica acerca de esta variable se ha ido incrementando y en la actualidad existen diversas teorías, entre ellas la de Lazarus y Folkman (1986) quienes mencionan que esta variable es parte de una fuerza en los procesos a nivel cognitivo y conductual que busca hacerle frente a procesos internos o externos.

Asimismo, estos procesos que demandan cambios cognitivos y conductuales varían constantemente y se adaptan a las situaciones que le toque al individuo enfrentar.

En este sentido, los autores plantean las diferencias con algunos conceptos, por ejemplo, el afrontamiento como proceso en lugar de rasgo puesto que este es

cambiante, también se debe diferenciar entre el afrontamiento y la conducta adaptativa automatizada pues mientras que el afrontamiento implica hacerles frente a situaciones de estrés, la conducta adaptativa automatizada no requiere esfuerzo alguno.

Por otro lado, el afrontamiento difiere del resultado contenido pues durante el proceso se permite incluir acciones o pensamientos independientemente del resultado que se pueda obtener y; finalmente, el afrontamiento se diferencia del dominio ya que este puede significar minimizar, evitar y aceptar condiciones, así como también dominar el entorno.

Otros autores como Fernández-Abascal (1997) tratan de orientar el concepto de afrontamiento de manera más específica como una forma que la persona encuentra para afrontar determinadas situaciones, recalcando que, de encontrar una respuesta positiva en este proceso, el sujeto repetirá dicho afronte. Enfatiza también en que éste es un medio para canalizar la perturbación del sujeto debido a que podría ayudar su salud, de lo contrario también podría tener consecuencias como enfermedades, es decir, un buen afronte podría influir mucho en nuestro estado físico (Cassaretto et. al, 2003).

Por otro lado, Casullo y Fernández-Liporace (2001) conceptualizan este proceso como un grupo de reacciones los cuales pueden ser pensamientos, emociones o acciones que la persona mantiene para resolver eventos problemáticos con el fin de reducir la carga emocional que éstos generan; el peso de estos eventos se reducirá al significado que la persona le da a partir de situaciones de su vida, relaciones actuales y su grado de tolerancia al estrés, de este modo el afrontamiento se reduce a la utilización de esfuerzos en el pensamiento y acciones que contribuirán en la disminución de la situación.

#### Estrés.

El estrés es una variable con gran relevancia en el ámbito de la salud mental a nivel global y ha sido definido de diversas formas:

Según Lazarus y Folkman (1986) el término "Stress", ya era utilizado en el siglo XIV para hacer referencia a la dureza, tensión o adversidad y fue incluido en el ámbito de la física a finales del siglo XVIII, asimismo, este término fue tomando otro significado refiriéndose a una fuerza interna que parte de una consecuencia externa.

En este sentido Cannon (1932) en sus investigaciones relacionadas a la psicología de la emoción, consideró definir al estrés como una perturbación del equilibrio y enfatizó en que el estrés podía ser medible.

En cambio, Selye (1936) utilizó este término para referirse a una serie de reacciones fisiológicas ante estímulos que sean perjudiciales, las cuales incluyen amenazas psicológicas, enfatizando en que el estrés no era una demanda externa, sino que era un conjunto de reacciones orgánicas a determinado evento.

Carver et al. (1989) añaden que el estrés se manifiesta de forma multicausal, además, sostiene relación entre el individuo y los acontecimientos del ambiente en el que se desarrolla, este tipo de situaciones son evaluados por la persona como una amenaza al estado de neutralidad que pueda tener.

El estrés tiene un papel determinante en la persona, ya que puede partir de un evento estresante que el sujeto pueda ejecutar su propio afrontamiento. Es así como se llega a la conclusión de que un estilo afrontamiento al estrés es un conjunto de respuestas a nivel cognitivo, conductual y emocional para poder controlar el evento o generar equilibrio que pueda reducir cualquier tipo de emoción no deseada.

Esta hipótesis se sostiene en estudios recientes donde Sandín et al. (2009) añaden que el estrés se reduce a una respuesta adaptativa que parte de nuestro organismo y de situaciones ambientales las cuales han sido adquiridas a lo largo de

nuestras experiencias personales, dentro de este proceso señala que surge una activación fisiológica que puede variar en su proceso de duración e impulsa al sujeto a prepararse para nuevos eventos.

Por otra parte, Oblitas (2006) plantea que el estrés es un estado psicológico que puede impactar de forma negativa en la salud, este autor sostiene la idea de que el estrés desde su manifestación se asocia a efectos en la salud con enfermedades y supresión del sistema autoinmune.

Navas (citado en Naranjo 2004) sostiene todo lo contrario en cuanto a la definición de estrés, este autor, manifiesta que no solo se trata de factores asociados a la persona o al ambiente ni es una respuesta; el maneja la teoría de que la persona no necesariamente será una víctima del evento estresante, sino que el estrés se asocia a con la forma en la que la persona percibe e interpreta la situación y sus capacidades para hacerle frente.

Ante lo expuesto Arellano (2002) refuerza la idea de que el estrés es una respuesta con manifestaciones completamente subjetivas hacia la situación que acontece.

De acuerdo con Folkman et al. (1986, citado en Cassaretto et al., 2003) el estrés es el conjunto de eventos que pueden ser activadores de un desequilibrio emocional, estos autores afirman que el estrés puede aparecer cuando la persona toma conciencia de la situación como amenaza y ésta amenaza supera el umbral de tolerancia que el sujeto pueda tener, es así como plantean dos procesos que explicativos:

 Valoración cognitiva del acontecimiento: En este primer proceso, los autores plantean que la persona analiza si la situación puede generar daños o por el contrario lo beneficiará. 2. Proceso de afrontamiento: Este segundo proceso, implica un análisis de cuan capaz es la persona de hacer o no hacer para enfrentar el problema, prevenirlo o mejorarlo.

Lazarus (1966) plantea que el estrés es una palabra cuyo concepto implica una serie de patrones que ayudan al ser humano en su adaptación, dicho proceso puede estar compuesto por diversas variables. Sin embargo, este autor enfatiza en que no solo se debe orientar al estrés como un factor de adaptación, ya que diversas personas pueden adaptarse a determinada situación sin haber percibido estrés; por esto añade que el término en el campo de la psicología puede ser mencionado a través de estímulos.

Finalmente, con relación al estrés, los autores toman la iniciativa hacer estudios posteriores relacionando uno de los procesos como es la valoración cognitiva del acontecimiento con el proceso de afrontamiento, encontrando que los tipos de afrontamiento pueden variar según la importancia que le dan a lo que está en riesgo.

#### Fases del estrés.

Melgosa (1995) plantea que el estrés se manifiesta de forma inesperada y que incluso el organismo de la persona tiene la habilidad para detectar la situación de amenaza, debido a esto explica las 3 fases de este proceso, desde su aparición hasta que llega a la consecuencia máxima.

La primera es la fase de alarma, la cual consiste en el aviso que siente la persona ante un evento estresante, aquí las reacciones fisiológicas son las primeras en advertir a la persona para ponerla en un estado de alerta. Es decir, parte de la intuición de la persona ante una situación dada, esta intuición ayudará a tomar una iniciativa que no genere carga en ella ya que la persona solo percibirá estrés si ve que la situación podría escapar de sus manos.

La segunda fase es llamada resistencia, y se inicia específicamente cuando la persona siente que el evento es inmanejable, es decir, si la persona no logra procesar la fase de alarma se mantiene en ella, entra en la fase de resistencia.

La fase de resistencia implica una serie de actividades que la persona toma en cuenta para mantenerse inmersa en la situación, pero hay un grado de conciencia en la cual percibe que su capacidad no puede resolver o manejar aquello por lo que empieza a presenciar signos de frustración y sufrimiento es así como su rendimiento no es el mismo que al inicio del evento, más aún la persona sigue insistiendo hasta desarrollar un círculo vicioso.

Finalmente, llega la fase de agotamiento, en donde se concluye la fase de alarma y resistencia; se manifiesta a través de la fatiga, ansiedad y depresión, esta manifestación puede darse al mismo tiempo o variar.

#### La respuesta al estrés.

Melgosa (1995) define las respuestas al estrés en 3 categorías las cuales son: cognitivas, emotivas y conductuales.

En relación con las respuestas cognitivas, éstas se caracterizan por la dificultad que presenta la persona para poder concentrarse en una actividad, ya que la retención de memoria se reduce y por ende cualquier tipo de problema que se presente y demande una solución inmediata puede que se dé con gran cantidad de errores ya que la manera de pensar en ese momento no seguirá un orden, sino que por el contrario será desorganizada.

Por otro lado, desde el área emotiva, las respuestas impiden que la personas se mantengan relajadas física y emotivamente, hay aparición de enfermedades y aumento de desánimo, asimismo, la autoestima se ve afectada por pensamientos negativos.

Finalmente, en cuanto a la conducta, las manifestaciones de estrés se expresan a través de acciones limitantes como la dificultad para hablar frente a un determinado grupo de personas de forma clara, también se puede presentar falta de entusiasmo, ausencia en actividades laborales o sociales y en algunos casos se evidencia consumo de alcohol, tabaco u otras sustancias. Asimismo, la persona puede presentar, alteración del sueño y reacciones extrañas no son usuales en la persona. Si el estrés que se presenta se encuentra en un nivel muy elevado, de manera conductual la persona puede tener mayor dificultad para el afronte desarrollando también enfermedades psicosomáticas.

#### Teoría basada en la respuesta.

Selye (1942) expone el primer enfoque de estrés basado en la respuesta, este autor era un fisiólogo que en enfocada sus investigaciones hacia enfermedades que se caracterizaban por ser síntomas usuales en las personas como por ejemplo el cansancio, alteración del apetito, alteración de sueño y otros.

Ante lo planteado el decide nombrarlo "síndrome de estar enfermo", desde su perspectiva fisiológica, trata de explicar el estrés como un impulso del sistema nervioso causado por un estímulo externo.

Selye denominó el estrés como un grupo manifestaciones que parten del organismo ante cualquier estimulo del ambiente que pueda generar carga en el sujeto, asimismo, trata de orientar el estrés juntamente con la enfermedad ya que esta serie de eventos impedirían la homeostasis, adicional a ello menciona que el estrés es una consecuencia dentro de cualquier manifestación, pero es difícil conceptualizar su origen ya que varían los estímulos que puedan generar el estrés, llegando así a denominarlo como "Síndrome General de Adaptación", esta conceptualización es la

que más resalta en los planteamientos que sostenían que el estrés era solo producto de enfermedad.

Este autor hace otras aportaciones que sostienen su teoría pues señala que la reacción que se tiene ante el estrés está específicamente formada por el mecanismo tripartito debido a que implican respuestas estereotipadas las cuales son: fase de alarma, fase de resistencia y fase de agotamiento.

#### Teoría basada en el estímulo.

Esta teoría está planteada por Holmes y Rahe (1967) quienes denominan al estrés como un conjunto de reacciones asociadas al ambiente que se percibe como amenaza, esto para alterar alguna situación, es decir, el estrés aparece ante eventos que puedan alterar el organismo, sin embargo, tiene una orientación evolutiva la cual explica que el organismo también tiene la capacidad de adaptarse ya que posee un nivel de tolerancia y esto puede variar según lo interprete cada persona.

#### Modelo transaccional.

El modelo planteado por Lazarus y Folkman, llamado "Modelo cognitivo transaccional" o "Modelo interactivo" del estrés; fue publicada en 1984 en el libro "Estrés y procesos cognitivos", siendo de gran aporte a la psicología aplicada. Esta propuesta concibe y está basado en la relación de la persona con el ambiente en el que se desarrolla, la valoración que da a las demandas de este entorno y la percepción, es decir, la forma en la que actúa según asume compromisos y les otorga un significado en base a sus vivencias, posición social, relaciones, etc., todo ello para determinar cómo actuará para poder cumplir con sus objetivos según los estilos de afrontamiento ya que al aplicarlas, la situación se modificará de forma directa afectando la relación del individuo con su ambiente.

Este modelo, considera a las personas, capaces de resistir a las diversas situaciones que le generen estrés, todo ello considerando como punto importante el afrontamiento pues este es un proceso entre la situación que causa estrés y las acciones de la persona. Por ello, este proceso tiene un paso a paso en el que se evalúa el ambiente, recursos que pueden ser suficientes o no y opciones, también se ven implicados procesos a nivel cognitivo, finalmente, la persona es quien percibe si una situación resulta estresante o no.

El aporte de Lazarus y Folkman fue muy significativo pues ayudó a ordenar el flujo que se sigue al afrontar situaciones comenzando por los estímulos que pueden ser percibidos como estresantes, situaciones del exterior, reacciones de la persona, los medios que son percibidos por el sujeto como suficientes o no y los moduladores los cuales disminuyen o aumentan el nivel de estrés de este proceso.

Lazarus y Folkman (1986), brindan dos puntos en los que se basa el afrontamiento:

- Afrontamiento dirigido al problema: hace referencia a los esfuerzos de la persona por impactar en aquella situación que le genera estrés.
- 2. Afrontamiento dirigido a la emoción: es la forma en la que la persona puede controlar pensamientos e ideas para guardar la calma y manejar la situación, esto se considera un mecanismo de afronte que contribuye a la estabilidad emocional y física.

#### Modelo de Carver.

La variable afrontamiento se ha estudiado por varios años, esto causó que se llegue a clasificar en dos tipos: estilos y estrategias (Carver, 1989).

El afrontamiento es un proceso que conlleva a la ejecución de un conjunto de acciones que hace que el estrés se vuelva una situación más llevadera. (Lazarus, 1993)

Ante esto se da un planteamiento basado en el problema y la emoción que genera una situación difícil (Lazarus y Folkman, 1986), esto quiere decir que el afrontamiento centrado en el problema hace que el individuo intente buscar medios para resolver la situación problemática, esto implica la toma de decisiones, buscar orientación, etc.

Por otro lado, el afronte asociado en la emoción se centra en la reducción o eliminación de la angustia que la situación estresante genera, en este proceso el sujeto es consciente de que la situación no es modificable y ante ello trata de hacer lo posible por quitarle peso y atención para evitar la consecuencia emocional.

Esto refuerza la posición de que parte de un tipo de afronte al estrés puede ser tomar distancia de situaciones que generen emociones negativas en la persona.

Carver et al. (1989) también enfatizan en la existencia de un tipo de afronte evitativo, el cual consiste en que el sujeto niegue la situación estresante y por ello trata de evadir o extinguir todas las posibilidades de poder enfrentar el problema por demandas sociales. El afrontamiento evitativo puede brindar buenos resultados a través de su adaptación específicamente en situaciones en la que hay poco control; sin embargo, esto puede traer otras consecuencias negativas como bloquear sus propias estrategias de adaptación.

Por el momento no se plantea que un estilo de afrontamiento sea necesariamente mejor que otro, ya que la función de ésta estará sometida al tipo de situación y la persona, ante esto se podría decir que ambos modos de afrontamiento planteados se complementarían, ya que el estilo orientado al problema es funcional

en contextos que puedan resolverse y el estilo orientado a las emociones aportaría en la función de adaptación del sujeto en situaciones que no pueden ser cambiadas (Cassaretto et al., 2003).

Asimismo, otros autores plantearon un modelo que engloba los estilos de afronte en tres dimensiones que explican y sintetizan los estilos existentes (Fernández-Abascal,1997).

#### Estas son:

- a. El método empleado en el afrontamiento: En esta dimensión se encuentran los estilos activos que se basan en la ejecución de esfuerzos para encontrar diversas soluciones al problema; el estilo de afrontamiento pasivo en el cual el sujeto no hace nada especifico en torno a la situación sino solo se centra en esperar que la situación pase porque trata de evitar y el estilo de evitación la cual consiste en huir de la situación y sus efectos o consecuencias.
- b. La focalización del afrontamiento: En este se puede encontrar los estilos centrados en el problema, los cuales buscan modificar el origen de la situación problemática y, los estilos centrados en modificar la evaluación de dicha situación, es decir aquellas en las que se realiza una reevaluación de la situación estresante.
- c. La actividad movilizada en el afrontamiento: En esta dimensión se encuentran aquellos estilos cognitivos basados en el análisis de la situación y el planteamiento de posibles soluciones y los estilos conductuales caracterizados por la adaptación del individuo a la situación estresante.

Posterior a esto Carver et al. (1989) añaden 15 estrategias de afronte para su medición, estas compuestas por la planificación, la cual se basa en pensar estrategias para una toma de decisiones; la supresión de actividades competentes, la cual

consiste en centrarse en la situación difícil dejando de lado cualquier otra actividad; la postergación del afrontamiento, la cual consiste en tomarse el tiempo para la evaluación de la situación con el objetivo de no actuar impulsivamente; el soporte social instrumental, que implica ser orientado por otra persona; el soporte emocional, que consiste en la búsqueda de comprensión de la situación que se está atravesando y apoyo en el transcurso de esta; la reinterpretación positiva, que enfatiza en la lección que da la situación y darle un sentido positivo; la aceptación, que ayuda a aceptar la situación desencadenada; la negación, que consiste en no aceptar la situación; el acudir a la religión, que consiste en buscar ayuda en la vida espiritual; enfocar y liberar emociones, en donde se expresa intensamente las emociones que demanda el sujeto; el uso de sustancias, que implica la ingesta de estupefacientes; el desentendimiento conductual y cognitivo, la cual se basa en evitar el compromiso y; por último el humor basado en tomar a broma el acontecimiento desencadenado.

Luego de proponer las 15 estrategias Carver et al. (1989) inician con la elaboración de un cuestionario que tiene como objetivo la identificación de un estresor en un grupo de personas desde una perspectiva en que la se pueda determinar si el sujeto sostiene o no un estilo de afronte.

#### Estilos de afrontamiento.

Según lo planteado por Lazarus y Folkman (1986), el afronte es accionar para hacerle frente a diversas situaciones independientemente del resultado (Salanova et al., 2005) entendiendo que dichos resultados estarían orientados al efecto de cada estilo.

Por otro lado, cabe resaltar la diferencia entre estilo y estrategia de afrontamiento pues según Fernández-Abascal (1997) los estilos, son predisposiciones para afrontar diversas situaciones y está influenciado por

preferencias personales mientras que las estrategias son procesos específicos empleados en diversas situaciones, aunque pueden variar dependiendo de las condiciones.

Lazarus y Folkman (1986), mencionan dos tipos de estilos según el foco en el que se centra la respuesta de afrontamiento, dichos estilos se detallan a continuación:

#### Afrontamiento centrado en el problema.

El objetivo de este afronte es modificar el problema de forma directa y con autocontrol, también se le conoce como afrontamiento activo pues en base a esta acción busca cambiar el contexto, situación o entorno en el que se lleva a cabo la situación estresante, llegando incluso a cambiar la propia percepción pues se buscan soluciones analizando los puntos a favor y en contra, los autores mencionan que cuando la situación es considerada susceptible al cambio es cuando más se considera este estilo de afronte.

#### Afrontamiento centrado en la emoción.

En este estilo de afronte el individuo busca reducir el malestar emocional que le causa la situación estresante, por ello todas las respuestas son dirigidas por las emociones, este estilo de afronte es también llamado pasivo o evitativo.

Asimismo, dentro de este estilo de afronte existen dos grupos, en el primero los procesos cognitivos disminuyen el malestar emocional o se le resta importancia al problema, minimizándolo y extrayendo factores positivos de la situación negativa. El segundo grupo eleva el malestar emocional a través de estrategias cognitivas, este estilo de afrontamiento suele aparecer cuando se considera que la situación o entorno no pueden ser modificados por lo que a través de ella lo que se modifica es la forma de percibir el problema, esto equivale a un cambio a nivel personal y a una reevaluación de la situación.

Finalmente, se sintetizan estos estilos en un conjunto de estilos que permite clasificarlos en términos generales, para su medición, los cuales se describen a continuación:

- Resolver el problema: Hace referencia a una serie de esfuerzos que permiten la resolución de la situación con actitud positiva y optimista.
- Referencia a otros: Implica una seria de intentos para enfrentar el problema través de apoyo.
- Afrontamiento no productivo: Se basa en que tan incapaz se siente el sujeto para afrontar los problemas.

#### Estilos y estrategias de afrontamiento.

Por su parte, Frydenberg y Lewis (1997) construyeron un instrumento con el fin de evaluar el afrontamiento, esto tomando como referencia los hallazgos de Lazarus y Folkman, para ello subdividió los estilos de afrontamiento en 3 partes y 18 estrategias.

#### a) Resolver el problema

- Centrarse en resolver el problema: Enfocado en buscar solución al problema, a través del análisis y búsqueda de distintas opciones.
- Esforzarse y tener éxito: Se caracteriza por manifestar un grado de compromiso, empeño y dedicación a la situación estresante.
- Fijarse en lo positivo: Se orienta en mostrar una actitud positiva sintiéndose afortunado en medio del evento estresante para generar equilibrio.
- Buscar diversiones relajantes: Consiste en que la persona trata de buscar actividades de recreación como escuchar música, salir a caminar, etc.
- Distracción física: Se caracteriza por actividades de deporte, esfuerzo físico, etc.

 Invertir en amigos íntimos: Hace referencia al esfuerzo que pone la persona por mantener o establecer vínculos sociales e interpersonales.

#### b) Referencia a otros

- Buscar apoyo social: Se orienta al apoyo que se puede encontrar en el entorno o circulo social, compartiendo sus experiencias estresantes.
- Acción social: Se caracteriza por dar a conocer a los demás sus problemas
   y buscar soluciones a través de peticiones.
- Buscar apoyo espiritual: Consiste en la inclinación hacia ritos espirituales,
   como rezar, buscar refugio en Dios, etc.
- Buscar ayuda profesional: Consiste en buscar apoyo profesional para obtener mayor solución.

#### c) Afrontamiento no productivo

- Hacerse ilusiones: Hace referencia a la esperanza de que todo concluirá con un final bueno.
- Preocuparse: Se basa en el temor que presencia la persona hacia el futuro.
- Falta de afrontamiento: Se caracteriza por la dificultad que presenta el individuo para afrontar la situación estresante, cabe resaltar que muchas veces este tiene consecuencias psicosomáticas.
- Ignorar el problema: Refleja la negación de determinada situación o le quita importancia.
- Reducción de la tensión: La capacidad de mejorar el estado de ánimo para generar equilibrio.
- Reservarlo para sí: Consiste en como el sujeto guarda sus problemas o no los comparte con los demás.

- Autoinculparse: Consiste en que tanto se siente responsable la persona de determinada situación.
- Buscar pertenencia: Manifiesta la intención de mantener en buen estado su relación con otras personas.

#### Afrontamiento y etapas del desarrollo.

Erikson (1970) describe las características de las etapas del ciclo vital las cuales se relacionan estrechamente con el desarrollo del afrontamiento en el sentido de que en cada etapa hay diversos conflictos y tareas. Asimismo, Pfeiffer (1977) menciona que a medida que la persona se va haciendo adulta, su afronte se vuelve más pasivo, en otras palabras, pasan del afrontamiento basado en el problema al afrontamiento basado en la emoción, años más tarde dicho planteamiento es reforzado por Carver y Connor – Smith (2010) quienes llegaron a la misma conclusión.

En este sentido, los niños y adolescentes quienes experimentan diversos cambios a nivel psicológico, físico y emocional, suelen tener un afronte activo, es decir, centrado en el problema; eso se va modificando pues años más tarde al convertirse en adultos mayores presentan un afronte centrado en las emociones, pues deben hacerle frente a otro tipo de cambios como son la perdida de seres queridos, disminución de la independencia y riesgos en la salud propios de la edad, cabe resaltar también que estas situaciones hacen a la persona vulnerable a problemas psicológicos, en conclusión según Heckhausen et al. (2010) en la infancia y adolescencia existe mayor control debido a los diversos cambios a los que deben adaptarse por lo que suelen tener un afronte activo, mientras que en la vejez se suele utilizar un afronte pasivo posiblemente debido a la disminución de la independencia.

#### Afrontamiento según sexo.

El afrontamiento no se presenta de igual forma en ambos sexos, ya que la misma situación puede generar reacciones diferentes en ambos incluso, tener diferentes estilos de afrontamiento ya que mientras los hombres suelen afrontar directamente el problema o negarlo, las mujeres suelen accionar en base a sus emociones y analizar más a profundidad la situación (Tamres et al., 2002).

En esta línea Yeh et al. (2009), mencionan que las mujeres suelen empatizar con las emociones de otras personas experimentando y conectando eficazmente con ellas, mientras que los hombres suelen autocontrolar o reprimir dichas emociones. Kirchner et al. (2008) concuerdan con lo anterior y plantean que el estilo de afrontamiento de los hombres suele basarse más en lo cognitivo que lo comportamental mientras que las mujeres combinan ambos factores centrándose también en las emociones.

#### 2.2.2. Resiliencia

El origen del término resiliencia proviene de la palabra en latín *resilio* que hace referencia a volver de un salto, regresar al estado inicial y resaltar, esto quiere decir que la resiliencia ayuda a comprender como nos motivaríamos para crecer o resaltar en medio de la dificultad.

Es así como el Instituto de Resiliencia Infantil y Familia (IRIF,1994) define a la resiliencia como la capacidad de sobresalir a determinadas situaciones causando que la persona pueda adaptarse y posteriormente tener como resultado la enfocada a una situación productiva.

Osborn (1993) ve la resiliencia no solo desde un punto, sino que enfatiza en que son un conjunto de factores en el ambiente acompañado del temperamento de las personas con cierto manejo de habilidades cognitivas que influyen en ésta ante una situación de estrés.

Vanistendael (1994) define a la resiliencia y la clasifica en dos componentes, los esfuerzos por no llegar a la autodestrucción que implica la capacidad de preservarse a sí mismo, y por otro lado está la capacidad que tiene el sujeto para construir un ambiente positivo frente a situaciones difíciles. Estas pueden ser capacidades de una sola persona o de todo un sistema. Asimismo, este autor enfatiza en que es difícil poder clasificar la resiliencia en una sola definición pues abarca campos ajenos a la psicología.

Luthar y Cushing (1999) han determinado que la resiliencia es "un proceso dinámico" el cual causa un afronte positivo en distintos contextos, dentro de este proceso de definición, clasifican 3 componentes indispensables:

- La percepción de adversidad o amenaza al desarrollo humano
- La adaptación positiva de la situación estresante.
- El proceso que implican las emociones, los pensamientos personales y socioculturales.

Cornejo (2010) define la resiliencia como una capacidad para hacerle frente a situaciones adversas usando estrategias personales y sociales tomando acciones que conlleven al éxito, auto o sociorealización, así como la modificación de dicha situación adversa.

González-Arratia et al. (2011) añaden que a lo largo del tiempo el comportamiento de la resiliencia en el aspecto teórico y práctico ha llevado a considerar esta variable a nivel afectivo y cognitivo. Afectivo (sentimientos y emociones) y cognitivo (percepciones del individuo) sobre determinada situación

La resiliencia toma un papel indispensable por eso Wolin y Wolin (1993) añaden que es de suma importancia esta variable dentro del proceso del desarrollo de la persona pues genera que éstas puedan afrontar adecuadamente diversas

situaciones, asimismo considera muchos factores dentro de la famosa "mándala de la resiliencia", las cuales consisten en insight, independencia, Interacción, Iniciativa, humor, creatividad y moralidad.

#### Insight (introspección).

Tal y como lo plantea Wolin y Wolin (1993) el Insight es la manera en que la persona puede darse cuenta de sus capacidades a través de la autocrítica.

#### Independencia.

Se enfoca en evitar situaciones de conflicto, saber determinar límites con uno mismo y los conflictos presentados además de mantenerse al margen a nivel emocional sin ausentarse físicamente.

#### Interacción (capacidad de relacionarse).

Wolin y Wolin (1993) lo definen como la capacidad de una persona para crear o mantener relaciones interpersonales que aporten en la situación de conflicto y por consecuencia genere un equilibrio en la persona.

#### Iniciativa.

La iniciativa comprende la capacidad para autoexigirse y ponerse retos en actividades o situaciones más exigentes, esto ayuda al individuo a afrontar sus problemas y mantener la capacidad de control dentro de la situación.

#### Humor.

Consiste en la capacidad que desarrolla el sujeto para abordar de manera cómica la situación estresante, en este proceso la persona trata de buscar lo absurdo para poder manejarlo.

#### Creatividad.

En la creatividad el sujeto desarrolla estrategias en medio del caos, es decir, organiza y busca soluciones que aporten a la situación de estrés.

#### Moralidad.

Consiste en la manera en que la persona plasma sus pensamientos, trata de buscar a través de la imaginación el objetivo deseado, mantiene la visión de buscar su paz interior en medio del caos mientras trata de discriminar entre lo bueno y malo.

#### Resiliencia y optimismo.

El concepto de optimismo es uno de los más interesantes para los investigadores de la psicología positiva, esta puede concebirse como aquella característica que es parte de la personalidad y aporta a la interpretación que tiene la persona ante alguna situación, este valor o característica ayuda a conservar el buen ánimo ante situaciones difíciles perseverando para encontrar una solución, también aporta a descubrir lo positivo de cada situación o persona. Adicional a ello, da una connotación positiva al mismo individuo pues confía en sus capacidades, en este sentido los factores de protección del ambiente y personales toman un rol fundamental (Grimaldo, 2004).

#### La perspectiva holística.

Este modelo busca integrar los diversos procesos que se dan en la resiliencia considerando la independencia y complejidad de cada uno, asimismo, reconoce la existencia de diversos factores de este constructo. Lo anteriormente expuesto coincide con Smuts (1926) quien tiene una perspectiva holística basada en que el todo es mayor en comparación a la suma de sus partes.

Asimismo, este modelo postula la no resiliencia, hallando factores observables como actitudes, conductas y estrategias; todo ello para constituir con ello lo que será la semilla de la resiliencia pues se irán obteniendo experiencias y aprendizajes además de habilidades.

Se resaltan 3 puntos fundamentales en los procesos de resiliencia: la energía de relación, la energía de aprendizaje y la energía creativa (Gil, 2013). Se concluye que este modelo da una amplia variedad de opciones para solucionar las situaciones estresantes y fomentar las acciones, así como las diversas formas en las que se puede actuar.

#### Modelo de Rutter.

Este autor es conocido como uno de los pioneros de la resiliencia en el ámbito psicológico pues alrededor de los años 60, bajo su criterio conductista, planteaba a la resiliencia como una capacidad de "flexibilidad social" que comprende la adaptación del sujeto; esto generó que el concepto de resiliencia parta de un marco teórico moderno. Sus estudios partieron en Gran Bretaña, en donde llega a concluir que la capacidad de resiliencia en las personas es un proceso en el cual el individuo intenta mantenerse fuerte y atravesar la emoción de dolor que esto le genera.

Tras varios años de estudio y teniendo la opinión de diversos autores que se interesaron por la definición de la resiliencia, Rutter (1992) aportó a la investigación de esta variable indicando que en esta existen procesos a nivel social e intrapsíquicos que permiten el desarrollo saludable de la vida en un medio que no es saludable. Este proceso puede darse a lo largo del tiempo dando como resultado buenas combinaciones en la habilidad del menor y en su ambiente familiar y social, asimismo hace énfasis en factores que influyen en la resiliencia como:

- Apoyo Social Familiar
- Clima
- Modelos Sociales
- Responsabilidad
- Capacidades cognitivas

- Rasgos conductuales
- Actuación Positiva
- Insight

#### Modelo de Grotberg.

Esta teoría se mantiene a través de la teoría del desarrollo de Erikson, quien plantea que la resiliencia es una capacidad general para enfrentar adversidades en las etapas de la vida de la persona la cual tendrá como resultado una transformación personal, asimismo Grotberg (1995) añade que la resiliencia debe ser orientada desde la infancia del sujeto, este autor concibe este término como un componente ambiental y multifactorial que está implicado en distintas etapas del desarrollo del ser humano.

#### Modelo de Richardson.

Richardson (1990) añade que la resiliencia es parte de una transición por el que atraviesa una persona para enfrentar la adversidad presentada en determinado momento, esto implica que el afronte se dará en función al contexto, esta no se enfoca en una sola propuesta sino en el sujeto. El autor trata de responder como es que la persona va adquiriendo la capacidad de tener conductas resilientes con una adaptación positiva.

- La reintegración resiliente: hace referencia a experimentar alguna lección luego del evento desencadenante, esto tendría como resultado el fortalecimiento y realce de las cualidades de la persona.
- La reintegración que vuelve a la homeostasis: Se enfoca en explicar como la persona deja pasar la crisis sin necesidad de aprender de ella.
- La recuperación: Explica como el sujeto trata de mantener la automotivación y esperanzas en próximos eventos de la vida.

 La reintegración disfuncional: Sucede cuando las personas mantienen refugio en el consumo de sustancias o desencadenan conductas autodestructivas, la persona carece de la capacidad para realizar una instrospección.

El autor tuvo diversos comentarios con respecto al modelo explicativo que sostiene pues hay diversidad de reacciones ante eventos estresantes en una persona y no necesariamente se dan en fases, sino que estas pueden presentarse a la vez y en pequeños segundos como puede tomar muchos años para poder realizarse, asimismo, la resiliencia no solo toma un papel individual, sino que se aplica a contextos familiares, de pareja, académicos, comunidades, etc. Finalmente, cabe resaltar que aquellos comportamientos resilientes también pueden ser plateados por la misma persona.

# Resiliencia y adolescencia.

En principio, el concepto de resiliencia toma protagonismo al hablar acerca de la transición de la infancia y adolescencia a la etapa adulta, esto debido a que esta transición se caracteriza por cambios en diversos aspectos incluso sociales ya que se asumirá un nuevo rol llevando al adolescente a forjar su carácter social lo cual genera también presión y estrés puesto que según Urbano y Yuni (2016) el mismo entorno social es confuso al brindar responsabilidades, derechos y obligaciones.

Por ello, muchos adolescentes sienten esta etapa como difícil pues en ella también se toman decisiones claves para la construcción de la identidad la cual a su vez estará estrechamente relacionado con el contexto familiar, social y escolar tomando un rol aún más importante, sin embargo, existe mayor presencia de adolescentes saludables quienes encuentran la mejor forma de afrontar estas situaciones desarrollando estrategias y emitiendo conductas diferenciadas que le

permiten seguir adelante con sus objetivos, este proceso según Vinaccia et al. (2007) los hace adolescentes resilientes.

Factores protectores internos y externos de la resiliencia.

#### a) Factores protectores internos

Respecto a los factores intrínsecos de la resiliencia, se habla de aquellos que suelen estar presentes en las personas resilientes Wolin y Wolin (1993) mencionan los siguientes:

- Control de impulsos, asertividad y resolución de situaciones difíciles.
- Sentido del humor, sociabilidad
- Autonomía
- Positivismo
- Motivación intrínseca

# b) Factores protectores externos

Rutter (1985) menciona que los factores protectores externos se manifiestan luego de experimentar alguna situación de estrés modificando su respuesta por una mejor y más adaptativa, por otro lado, también se consideran factores protectores externos a los diversos grupos sociales como el colegio, comunidad y la familia los cuales según González-Arratia (2011) estimulan acciones para el buen desarrollo del adolescente tales como:

- Relaciones estrechas
- Educación
- Interacción
- Fijación de límites y objetivos
- Relaciones de apoyo
- Solidaridad

#### Liderazgo

#### Resiliencia y psicología positiva.

Martin Seligman propuso la psicología del positivismo con el fin de generar interés en la comunidad científica para el estudio de aspectos positivos de las personas tomando en cuenta sus fortalezas y debilidades como factores importantes que restan importancia a aspectos negativos o de enfermedad. El autor priorizó la investigación sobre emociones positivas, rasgos personales positivos e instituciones positivas; posteriormente algunos autores agregaron el concepto de relaciones interpersonales positivas, como se evidencia, no se deja de lado la aplicación de la psicología positiva y lo relevante que es el desarrollo de planes de intervención basados en esta teoría. Por tanto, esta teoría enfatiza las características más positivas de las personas, entre otros temas, relacionados con la resiliencia. (Hervás, 2009)

Diferentes estudios realizados acerca de esta teoría muestran que la valoración del bienestar es de gran importancia y el hecho de construir relaciones interpersonales que conecten emociones positivas, satisfacción y pensamiento positivo.

Lo mencionado en el párrafo anterior ha sido relacionado con algunas características de personalidad como gratitud, esperanza y entusiasmo ante situaciones problemáticas, asimismo, se resalta uno de los hallazgos más consistentes en el desarrollo de esta teoría la cual fue el establecer relaciones interpersonales saludables el cual es un factor clave en la persona. (Park et al., 2013)

Es así que el positivismo de Seligman, brinda una visión más alentadora para la humanidad pues tiene en cuenta lo positivo de una situación y, ante aspectos que puedan ser limitantes, menciona que es posible gestionar desde diferentes entornos

de relación la mejora de estos para reducir los efectos negativos que trae ya que puede afectar la salud mental. Como se menciona, hay experiencias que marcan la vida del individuo, como el ejemplo de Víctor Frankl, quien tuvo una gran experiencia al sobrevivir a un campo de concentración y aprendió de esto pues esta situación reforzó aspectos positivos de su persona (Frankl, 2011).

Por este motivo, esta teoría resalta los aspectos positivos de cada etapa de vida, ya que en cada una de ellas resaltan los recursos personales los cuales se fortalecen constantemente en su interacción con el entorno, se considera que incluso en la adversidad resaltan características especiales de protección de cada persona.

Puig y Rubio (2011) mencionan que, a partir de estos postulados, Wolin y Wolin (1993) proponen un modelo de reto que se propone un modelo de autodesarrollo más optimista pues señala que, aunque las personas se lastiman en la adversidad, por lo general desarrollan su fuerza para triunfar, todo ello considerando la creación del mándala de resiliencia que comprende 7 ventajas que nos hacen resilientes:

- Insight: Date cuenta de lo que está sucediendo en ti y en el entorno, date una respuesta. Esto revela toda la información conocida sobre la realidad actual, como la experiencia del sujeto, que constituye el terreno de la propia supervivencia y la forma en que percibe e interpreta los hechos, independientemente de cómo lo hagan otras personas. Debes utilizar tus habilidades cognitivas para tomar decisiones y ejecutarlas de forma que te permita planificar, imaginar, explicar y ejecutar las acciones necesarias.
- Independencia: se establece distancia a nivel físico y emocional del entorno sin llegar a desentenderse por completo, se necesita de la autoconfianza y el establecimiento de estándares personales con otras personas basados en el juicio de valores morales para evitar la dependencia emocional de los demás

y tratar de adentrarse en el entorno social de manera flexible. Calatayud y Serra (2009) mencionan que el ser independiente es una parte muy importante de la identidad de los adolescentes porque en esta etapa comienzan a cuestionar las reglas, las costumbres y la búsqueda de la liberación espiritual, es decir, la independencia y autonomía del pensamiento. Además, amplían su perspectiva del mundo que lo rodea considerando otras opciones y percepciones, logrando así una mayor madurez convirtiéndose en un ser más autónomo.

- Interacción: La capacidad y el equilibrio para construir vínculos exitosos, considera al ser humano como un sistema que interactúa biológica y psicológicamente así como social y culturalmente; de igual manera, considera que el desarrollo de este implica interdependencia y comunicación con otras personas o situaciones del entorno, los adolescentes que permanece en continua interrelación, desarrollan la flexibilidad con la que obtienen nuevos conocimientos, además consideran y organizan lo que tienen y toman en cuenta aquellas cosas menos importantes (Urbano y Yuni, 2016).
- Moralidad: valores muy marcados, búsqueda de una vida cómoda y satisfactoria que toma en cuenta aspectos intrínsecos importantes, en esta etapa del ciclo vital las normas que en su momento se plantearon durante la niñez se convierten en valores internalizados que causan que las personas sean conscientes del sentido de responsabilidad, por lo que la moral de aceptación e imitación ha cambiado a la moralidad del razonar (Castillo, 2016).

Este razonamiento estaría basado en la confianza, la lealtad, el cuidado y la comprensión de la justicia y el orden social (Kohlberg,1958, citado en Santrock, 2004).

- Humor: hallar el aspecto cómico en una situación difícil, según la investigación de Fernández (2009) esta habilidad es la razón para aprender y poner en práctica activamente el humor y beneficiarse de él siendo sensible al sentido del humor, pone atención a situaciones con poco sentido, mira a su entorno y a sí mismo con el objetivo de hallar cualidades que parecen estar ocultas. Además, este autor señaló que el humor puede promover la convivencia con los demás, fomentar la comunicación, ayudar a afrontar situaciones negativas y reiterar el sentido de pertenencia.
- Iniciativa: habilidad para el afronte de situaciones problemáticas controlándolas, Lisbona y Frese (2012) señalaron que esta iniciativa y predisposición son capacidades del individuo para transformar pensamientos en acciones además, mencionan que hay tres características involucradas en el proceso las cuales serían: conducta espontánea (no requiere comandos o alguien invitándolo a hacerlo), proactividad (prever los acontecimientos) y perseverancia (tener la capacidad de ser resiliente, es decir, superar las dificultades para alcanzar las metas).
- Creatividad: la capacidad de revertir las dificultades para producir otras que sean hermosas y ordenadas; eliminar sentimientos y experiencias dolorosas, como la soledad, el miedo, la ira y la desesperación. De igual forma, Blanco (2014) mencionó que esta habilidad para revertir situaciones se encuentra vinculada al uso de la razón y la imaginación y, el pasado con el futuro, porque con la creatividad, la realidad se percibe como una combinación de sensibilidad y sabiduría.

#### 2.2.3 Afrontamiento y resiliencia

La resiliencia y los estilos de afrontamiento presentan una relación basada en diversos análisis planteados por autores como Werner y Smith (2001) y Luthar (2006) quienes sostienen que la resiliencia es una serie de adaptaciones frente a situaciones que desea hacer exitosas, esto implica que el sujeto más adelante pueda tener menos vulnerabilidad en próximos eventos con la misma carga. Frente a este estudio se refuerza la idea que estas variables son indispensables para que el sujeto se ajuste a escenarios altamente estresantes y acumulativos a lo largo de su vida dando énfasis en las lecciones positivas de la vida, las cuales son indispensables en todo ser humano para gozar de buena salud mental.

Las personas no solo están enfocadas en mantener la resiliencia y sobrepasar las situaciones que generen estrés en ellos, sino además quieren mantener la solución adecuada para evitar eventos similares a futuros, sin embargo, es necesario precisar que si no hubiera situación estresando la persona no se desarrollaría.

#### 2.3. Definición conceptual de la terminología empleada

#### Afrontamiento

Según lo planteado por Lazarus y Folkman (1986), se trata del esfuerzo para hacerle frente a diversas situaciones independientemente del resultado (Salanova et al., 2005).

#### Resiliencia

El Instituto de Resiliencia infantil y Familia en 1994, menciona que la resiliencia es la capacidad de sobresalir y sobreponerse a determinada situación, en la que la persona pueda adaptarse y posteriormente tener como resultado la recuperación y enfocarla a una situación productiva.

#### Estrés

Lazarus y Folkman (1986) mencionan que el término "Stress", ya era utilizado en el siglo XIV para hacer referencia a la dureza, tensión o adversidad y fue incluido en el ámbito de la física a finales del siglo XVIII, asimismo, este término fue tomando otro significado refiriéndose a una fuerza interna que parte de una consecuencia externa.

#### Estilo de afrontamiento

Predisposiciones influenciadas por preferencias personales para afrontar diversas situaciones (Fernández-Abascal, 1997).

# Estrategia de afrontamiento

Procesos específicos empleados en diversas situaciones (Fernández-Abascal, 1997).

# CAPÍTULO III MARCO METODOLÓGICO

#### 3.1. Tipo y diseño de investigación

#### Tipo de investigación

Debido a que la presente investigación busca hallar la relación entre dos variables se define como una investigación de tipo correlacional y transversal puesto que se recolectó la información en un momento determinado (Bernal, 2010).

#### Diseño de investigación

No se manipulan las variables por lo que se determina que es una investigación de diseño no experimental, dichas variables solo son observadas con el objetivo de evaluar la información recolectada posteriormente (Hernández-Sampieri et al., 2014).

#### 3.2. Población y muestra

La población del presente estudio estuvo conformada por 823 alumnos pertenecientes al 4° y 5° grado de nivel secundario de 4 Instituciones Educativas Estatales de Villa María del Triunfo en Lima, sus edades oscilan entre los 13 y 20 años y eran de ambos sexos. Dicha población en su mayoría proviene de familias disfuncionales además presentan problemas psicosociales por lo que muchos de los adolescentes han adquirido conductas de riesgo.

En cuanto al muestreo es probabilístico de tipo aleatorio simple y se extrajo a través de una formula en que se estableció un nivel de confianza del 95% y un margen de error del 4%, dando como resultado una muestra de 347 adolescentes quienes fueron participes de la investigación.

**Tabla 1**Distribución de la muestra según institución

Institución	Fr	%
IE 6081 Manuel Scorza Torres	131	38
I.E. Villa Limatambo N° 7106	125	36
I.E. Soberana Orden Militar de Malta	43	12
Institución Educativa N°7220 Paraíso	48	14
Total	347	100

#### Para los alumnos de las 4 instituciones se consideró:

- Pertenecer al 4° o 5° grado de nivel secundaria
- Tener entre 13 a 20 años.

#### Criterios de exclusión:

- Tener algún inconveniente que le impida resolver las pruebas aplicadas.
- Rechazar su participación a través del consentimiento informado.
- Tener menos de 13 años o ser mayor de 20.
- No saber leer ni escribir.
- Quienes dejen el cuestionario incompleto.

# Variables sociodemográficas

- Sexo: masculino y femenino
- Grado: 4° y 5° de nivel secundaria.
- Edad: desde los 13 a 20 años.

**Tabla 2**Distribución de la muestra según grado escolar

Institución	41	to	5to		Total		
msutucion	Fr	%	Fr	%	Fr	%	
IE 6081 Manuel Scorza Torres	99	29	32	9	131	38	
I.E. Villa Limatambo N° 7106	72	21	53	15	125	36	
I.E. Soberana Orden Militar de Malta	43	12	0	0	43	12	
Institución Educativa N°7220 Paraíso	48	14	0	0	48	14	
Total	262	76	85	24	347	100	

**Tabla 3**Distribución de la muestra según sexo

Institución	Feme	nino	Masc	ulino	To	otal
	Fr	%	Fr	%	Fr	%
IE 6081 Manuel Scorza Torres	67	19	64	18	131	37
I.E. Villa Limatambo N° 7106	64	18	61	18	125	36
I.E. Soberana Orden Militar de Malta	24	7	19	5	43	12
Institución Educativa N°7220 Paraíso	25	7	23	8	48	15
Total	180	51	167	49	347	100

Tabla 4Distribución de la muestra según edad

				Edad				
13 a	13 a 15		a 18	19 a	20	Total		
Fr	%	Fr	%	Fr	%	Fr	%	
140	40	202	58	5	2	347	100	

# 3.3 Hipótesis

#### 3.3.1. Hipótesis general

Hg: Existe relación entre los estilos de afrontamiento y la resiliencia en adolescentes de 4to y 5to de secundaria de Villa María del Triunfo.

Ho: No existe relación entre los estilos de afrontamiento y resiliencia en adolescentes de 4to y 5to de secundaria de Villa María del Triunfo.

57

3.3.2. Hipótesis específicas

H1: Existen diferencias significativas en la frecuencia de uso de los estilos de

afrontamiento en adolescentes de 4to y 5to de secundaria de Villa María del Triunfo,

según grado, sexo y grupos de edad.

Ho: No existen diferencias significativas en la frecuencia de uso los estilos de

afrontamiento en adolescentes de 4to y 5to de secundaria de Villa María del Triunfo,

según grado, sexo y grupos de edad.

H2: Existen diferencias significativas en el nivel de resiliencia en adolescentes

de 4to y 5to de secundaria de Villa María del Triunfo, según grado, sexo y grupos de

edad.

Ho: No existen diferencias significativas en el nivel de resiliencia en

adolescentes de 4to y 5to de secundaria de Villa María del Triunfo, según grado, sexo

y grupos de edad.

3.4 Variables – Operacionalización

Variable: Afrontamiento

Definición conceptual

Lazarus y Folkman (1986) estudiaron a fondo el afrontamiento al estrés

llegando a definirlo como aquellos esfuerzos a nivel cognitivo y conductual que se

adaptan para controlar o hacerle frente a situaciones internas o externas.

Definición operacional

El Afrontamiento al Estrés fue evaluado mediante 80 reactivos los cuales

constan de 3 dimensiones que contienen 18 sub test de la Escala de Afrontamiento

al Estrés – SCA de Frydenberg y Lewis.

**Tabla 5**Operacionalización de la variable afrontamiento

Variable	Dimensiones	Ítems	Escala de medición
	Resolver el	2,20,38,56,72 15,33,51,69	
Afrontamiento	problema	18,36,54,17,35,53	Nominal
	problema	3,21,39,57,73	
Variable	Dimensiones	Ítems	Escala de medición
	Referencia a	1,19,37,55,71,5,23,41,59,75	
	otros	6,24,42,60,76,14,32,50,68	
	01105	16,34,52,70, 10,28,46,64	
	Afrontamiento	4,22,40,58,74,7,25,43,61,77	
	no productivo	8,26,44,62,78	

#### Variable: Resiliencia

# Definición conceptual

Wolin y Wolin (1993) estudiaron la resiliencia llegando a definirla como una serie de capacidades que ayudan a la persona ante diversas situaciones.

# Definición operacional

Esta se medirá mediante 34 reactivos los cuales constan de 7 dimensiones.

**Tabla 6**Operacionalización de la variable resiliencia

Variable	Dimensiones	Ítems	Escala de medición
	Insight	1, 3, 9, 15, 30.	
	Independencia	22, 29, 32, 33.	
Resiliencia	Interacción	19, 20, 21, 24, 26.	Nominal
	Moralidad	14, 16, 17, 18, 28.	
	Humor	8, 11, 12, 13, 34.	
Variable	Dimensiones	Ítems	Escala de medición
Decilionaia	Iniciativa	6, 10, 23, 25, 27.	Naminal
Resiliencia	Creatividad	2, 4, 5, 7, 31.	Nominal

# 3.5. Métodos y técnicas de investigación

La recolección de información se llevará a cabo a través de la Escala de Afrontamiento para Adolescentes – SCA de Frydenberg y Lewis adaptada por Beatriz Canessa en 2002 y la Escala de Resiliencia para Adolescentes – ERA de Mónica Del Águila Chávez y Rodolfo Prado Álvarez.

# 3.5.1. Escala de Afrontamiento para Adolescentes – SCA de Frydenberg y Lewis Ficha técnica.

Nombre original: Adolescente Coping Scale (ACS)

Autores: Frydenberg y Lewis

Creación: 1993

Procedencia: Australia

Adaptación Peruana: Beatriz Canessa

Año de Adaptación: 2002

Tipo de aplicación: Individual y colectiva

Ámbito de Aplicación: Adolescentes de 12 a 18 años.

Nº de Ítems: 79 ítems cerrados – 1 ítem abierto

Objetivo: Recolectar información con el objetivo de

identificar cuáles son los estilos de afronte

más utilizados por los adolescentes para lo

cual cuenta con 80 ítems distribuidos en 18

escalas de hasta 5 ítems.

#### Dimensiones.

 Resolver el problema: hace referencia a los esfuerzos de la persona para resolver o hacerle frente a un problema manteniendo una actitud positiva y siendo socialmente activa. Las subescalas presentes en esta dimensión son: centrarse en resolver el problema, tener éxito, inversión en amigos íntimos, esforzarse, fijarse en lo positivo, buscar actividades relajantes y la distracción física.

- Referencia a otros: caracterizado por la capacidad que presenta el sujeto para enfrentar el problema buscando apoyo y recursos de personas de su entorno. En esta dimensión podemos encontrar las subescalas de búsqueda de apoyo social, espiritual y ayuda profesional además de la acción social.
- Afrontamiento no productivo: hace referencia a la dificultad que tienen las personas para hacerle frente a los problemas, dentro de esta dimensión se incluyen las estrategias de evitación. Esta dimensión comprende las subescalas de preocupación, búsqueda de pertenencia, hacerse ilusiones, falta de afrontamiento, reducción de la tensión, ignorar el problema, reservarse para sí mismo y autoinculpación

#### Confiabilidad y validez.

La escala de Afrontamiento para Adolescentes - ACS fue creada con el propósito de brindar herramientas para seguir investigando el afrontamiento, ya que el autor enfatiza en que el afrontamiento de los menores será determinante y muy relevante en su futuro; su modo de respuesta es una escala de tipo Likert y el puntaje es el resultado de la suma de todas las respuestas.

Para la siguiente investigación se utilizó una adaptación psicométrica realizada por Beatriz Canessa, en la cual determinó la validez de contenido mediante el criterio de expertos, seguidamente la validez de constructo a través del análisis de ítems y análisis factorial y finalmente la confiabilidad por consistencia interna a través del estadístico alfa de Cronbach en el cual se obtuvieron valores que oscilaban entre .48 y .84 (*p*>.05). La población consistió en 1236 adolescentes, los cuales 636 fueron

hombres y 600 fueron mujeres, ambos entre los 14 y 17 años cursando el 3°, 4° y 5° de secundaria.

En lo que a la validez de contenido respecta, en la presente investigación el instrumento fue revisado por 10 jueces, posteriormente se aplicó la fórmula de coeficiente V de Aiken para hacer las modificaciones correspondientes; estas correcciones fueron aplicadas a un grupo piloto de 19 adolescentes los cuales eran de distintos niveles socioeconómicos para descartar algún error, para culminar este proceso se hicieron modificaciones en base a los resultados del piloto.

En lo referente a la validez de constructo por análisis de ítems la mayoría se tomaron en cuenta dos criterios: que sea mayor a 0.20 y en caso de ser menor que su porcentaje aumente el coeficiente de alfa de Cronbach respecto a lo hallado, la mayoría de los ítems cumplieron con los criterios.

En relación con el análisis factorial de rotación oblicua, se realizó en tres etapas al igual que la prueba original. Los resultados demostraron la existencia de 6 factores en las tres etapas; la primera etapa obtuvo un 50.2% de varianza total. El primer factor obtuvo una varianza de 12.8%, este incluyó todos los reactivos de la escala 15 y uno de la escala 4, dando a entender que este factor predomina en la escala 15.

El segundo factor obtuvo un 10.8% de varianza en la mayoría ítems de la escala 12 y un ítem de la escala 11, por lo que se concluye que predomina la escala 12. El tercer factor con un 9.5% de varianza predomino la escala 11, así mismo, el factor 4 con un 6.7% de varianza dio énfasis en la escala 10, seguidamente el factor 5 con una varianza de 6.3% resaltando la escala 18 y por último el factor 6 con varianza de 4.1% dando importancia a la escala 10. En las siguientes etapas se obtuvieron porcentajes similares por lo que se concluye que la Escala de

Afrontamiento posee validez de constructo a través del análisis factorial por partes y por escalas.

# Estudio Piloto.

**Tabla 7**Validez de Contenido de la Escala de Afrontamiento para Adolescentes – SCA de Frydenberg y Lewis

ITEMS	J 1	J 2	J 3	J 4	J 5	J 6	J 7	J 8	J 9	J10	TOTAL	V	ITEMS	J 1	J 2	J 3	J 4	J 5	J 6	J 7	J 8	J 9	J10	TOTAL	V
1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	10	1.00	41	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	10	1.00
2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	10	1.00	42	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	10	1.00
3	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	10	1.00	43	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	10	1.00
4	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	10	1.00	44	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	10	1.00
5	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	9	0.90	45	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	10	1.00
6	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	10	1.00	46	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	10	1.00
7	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	10	1.00	47	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	10	1.00
8	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	10	1.00	48	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	10	1.00
9	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	10	1.00	49	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	10	1.00
10	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	9	0.90	50	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	10	1.00
11	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	9	0.90	51	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	10	1.00
12	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	10	1.00	52	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	10	1.00
13	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	10	1.00	53	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	10	1.00
14	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	9	0.90	54	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	10	1.00
15	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	10	1.00	55	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	9	0.90
16	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	10	1.00	56	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	10	1.00
17	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	10	1.00	57	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	10	1.00
18	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	10	1.00	58	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	10	1.00
19	1	1	1	1	0	1	0	1	1	1	8	0.80	59	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	10	1.00
20	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	10	1.00	60	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	9	0.90
21	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	10	1.00	61	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	10	1.00
22	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	10	1.00	62	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	10	1.00
23	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	10	1.00	63	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	10	1.00
24	1	1	1	1	0	0	0	1	1	1	7	0.70	64	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	10	1.00

25	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	10	1.00	65	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	10	1.00
26	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	10	1.00	66	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	10	1.00
27	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	10	1.00	67	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	10	1.00
28	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	9	0.90	68	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	10	1.00
29	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	10	1.00	69	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	10	1.00
30	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	9	0.90	70	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	10	1.00
31	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	10	1.00	71	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	10	1.00
32	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	9	0.90	72	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	10	1.00
33	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	10	1.00	73	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	10	1.00
34	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	9	0.90	74	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	10	1.00
35	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	10	1.00	75	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	10	1.00
36	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	10	1.00	76	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	10	1.00
37	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	9	0.90	77	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	10	1.00
38	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	10	1.00	78	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	10	1.00
39	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	10	1.00	79	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	10	1.00
40	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	10	1.00	80	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	10	1.00

En la tabla 7, lo hallado a través de los resultados de la validez de contenido por criterio de jueces mediante el Coeficiente V de Aiken evidencia que los ítems del test se ajustan a la prueba, sin embargo, el ítem 24 presenta puntuación baja por lo que se eliminó del protocolo oficial para evitar alteraciones en los resultados de la muestra.

**Tabla 8**Prueba binomial de la Escala de Afrontamiento para Adolescentes – SCA de Frydenberg y Lewis

	Jueces	Categoría	N	Prop. observada	Prop. de prueba	р
 J1	Grupo 1	1	80	1.00	.50	.000
JI	Grupo 2	0				
J2	Grupo 1	1	80	1.00	.50	.000
02	Grupo 2	0				
J3	Grupo 1	1	80	1.00	.50	.000
00	Grupo 2	0				
J4	Grupo 1	1	80	1.00	.50	.000
0-1	Grupo 2	0				
J5	Grupo 1	1	76	.95	.50	.000
00	Grupo 2	0	4	.05		
J6	Grupo 1	1	78	.98	.50	.000
00	Grupo 2	0	2	.03		
J7	Grupo 1	1	80	1.00	.50	.000
07	Grupo 2	0				
J8	Grupo 1	1	80	1.00	.50	.000
00	Grupo 2	0				
J9	Grupo 1	1	80	1.00	.50	.000
00	Grupo 2	0				
J10	Grupo 1	1	80	1.00	.50	.000
	Grupo 2	0				

En la tabla 8, se muestra la Prueba binomial a través del criterio de jueces, en la que se evidencia que existe significancia de .000 (p<.05), lo que implica que los ítems se ajustan al instrumento.

**Tabla 9**Correlación ítem – test de la Escala de Afrontamiento para Adolescentes – SCA de Frydenberg y Lewis

		•		, ,,	
Ítems	Correlación total de	Alfa de Cronbach si el elemento	Ítems	Correlación total de	Alfa de Cronbach si el elemento
ILEITIS	elementos corregida	se ha suprimido	пешь	elementos corregida	se ha suprimido
Ítem1	.399	.888	Ítem41	.454	.887
Ítem2	.300	.888	Ítem42	.380	.887
Ítem3	.272	.889	Ítem43	.332	.888
Ítem4	.370	.888	Ítem44	.031	.890
Ítem5	.374	.888	Ítem45	.141	.890
Ítem6	.380	.888	Ítem46	147	.891
Ítem7	.171	.890	Ítem47	.406	.887
Ítem8	.197	.889	Ítem48	.264	.889
Ítem9	.111	.890	Ítem49	.283	.889
Ítem10	.451	.887	Ítem50	.124	.890
Ítem11	.276	.889	Ítem51	.072	.891
Ítem12	.029	.891	Ítem52	.379	.888
Ítem13	.100	.890	Ítem53	.414	.887
Ítem14	.021	.891	Ítem54	.451	.887
Ítem15	.148	.890	Ítem55	.328	.888
Ítem16	.364	.888	Ítem56	.673	.885
Ítem17	.417	.887	Ítem57	.499	.886
Ítem18	.312	.888	Ítem58	.344	.888
Ítem19	.357	.888	Ítem59	.177	.895

Ítem20	.426	.887	Ítem60	.486	.886
Ítem21	.406	.887	Ítem61	.439	.887
Ítem22	011	.890	Ítem62	.294	.888
Ítem23	.467	.887	Ítem63	.075	.890
Ítem24	.395	.887	Ítem64	.289	.888
ĺtem25	.472	.887	Ítem65	.435	.887
Ítem26	.158	.890	Ítem66	.192	.889
Ítem27	195	.892	Ítem67	.149	.890
Ítem28	.063	.890	Ítem68	.222	.889
Ítem29	.385	.888	Ítem69	.282	.889
Ítem30	.110	.890	Ítem70	.367	.888
Ítem31	.253	.889	Ítem71	.538	.886
Ítem32	136	.892	Ítem72	.310	.888
Ítem33	.628	.885	Ítem73	.353	.888
Ítem34	.553	.886	Ítem74	.234	.889
ĺtem35	.388	.888	Ítem75	.180	.890
Ítem36	.357	.888	Ítem76	.504	.886
Ítem37	.352	.888	Ítem77	.221	.889
Ítem38	.623	.885	Ítem78	.480	.887
Ítem39	.469	.887	Ítem79	005	.891
Ítem40	.258	.889	Ítem80	009	.891

En la tabla 9, se analiza los ítems según la correlación ítem total corregida donde 25 ítems no logran superar el criterio para ser aceptados, según Kline (1998).

**Tabla 10**Confiabilidad de la Escala de Afrontamiento para Adolescentes – SCA de Frydenberg y Lewis

Alfa de Cronbach	N de elementos
.917	54

En la Tabla 10, obtenemos los resultados de Confiabilidad de la Escala de Afrontamiento al evaluar a 100 alumnos. El puntaje es de ,917 lo que significa que el instrumento posee una alta confiabilidad (>0.70).

**Tabla 11**Baremos de la Escala de Afrontamiento – ACS y sus dimensiones

NII I	De	Afrontamiento no	Resolver el	Referencia a	
Nivel	Pc	productivo	problema	otros	
	5	35	44	63	
	10	38	48	68	
No las utiliza	15	40	51	71	
NO las utiliza	20	41	53	73	
	25	43	55	75	
	30	43	56	76	
	35	45	58	77	
	40	46	59	79	
	45	46	61	80	
Las utiliza algunas	50	47	62	82	
veces	55	48	64	84	
	60	50	65	86	
	65	51	67	89	
	70	51	69	91	
	75	53	71	93	
	80	54	74	95	
Las utiliza con	85	55	77	98	
frecuencia	90	57	79	102	
	95	59	83	106	
	99	63	90	113	
Media		48	63	83	
Mediana		47	62	82	
D.S		6,872	12,006	13,039	

En la tabla 11, encontramos los baremos por dimensiones de la escala de afrontamiento – ACS además de su clasificación por frecuencia de uso de los estilos, se divide en: no las utiliza, las utiliza algunas veces y las utiliza con frecuencia.

### 3.5.2. Escala de Resiliencia para Adolescentes – ERA

#### Ficha técnica.

Título : Escala de Resiliencia para Adolescentes (ERA)

Autores : Mónica Del Águila Chávez.

Rodolfo Prado Álvarez.

Duración : 30' (aproximadamente)

Ámbito de Aplicación : Adolescentes de 12 a 18 años.

Estandarización : Estandarizada en Trujillo por Roxana Mercedes Aponte

Valladolid a través de la evaluación de 256 adolescentes

trujillanos.

Material : Manual del instrumento, ficha de evaluación y manual de

corrección.

Aplicación : Colectivo o individual

#### Confiabilidad y Validez.

La prueba fue creada por Mónica del Águila Chávez y Rodolfo Prado Álvarez (2000) con la finalidad de medir resiliencia a través del enfoque de Wolin y Wolin; consta de 34 ítems clasificado en 7 dimensiones (Insight, Independencia, Interacción, Moralidad, Humor, Iniciativa y Creatividad). En cuanto a su validez, posee validez de contenido por criterio de jueces, se analizó la correlación total de elementos corregida donde los puntajes en todos los ítems fueron mayores a 0.20 y también se obtuvo un valor de 0.86 en su confiabilidad por consistencia interna.

# Estudio piloto.

Tabla 12
Validez de contenido de la Escala de Resiliencia para Adolescentes (ERA)

ITEMS	J 1	J 2	J 3	J 4	J 5	J 6	, J7	J 8	J 9	J 10	TOTAL	V
1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	10	1.00
2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	10	1.00
3	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	10	1.00
4	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	10	1.00
5	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	10	1.00
6	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	10	1.00
7	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	10	1.00
8	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	10	1.00
9	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	10	1.00
10	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	10	1.00
11	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	10	1.00
12	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	10	1.00
13	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	10	1.00
14	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	10	1.00
15	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	10	1.00
16	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	10	1.00
17	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	10	1.00
18	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	10	1.00
19	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	10	1.00
20	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	10	1.00
21	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	9	0.90
22	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	10	1.00
23	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	10	1.00
24	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	10	1.00
25	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	9	0.90
26	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	10	1.00
27	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	10	1.00
28	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	10	1.00
29	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	10	1.00
30	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	10	1.00
31	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	10	1.00
32	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	10	1.00
33	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	10	1.00
34	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	10	1.00

En la tabla 12, se evidencia la validez de contenido a través del criterio de jueces por el coeficiente V de Aiken, en el que se indica que los ítems se ajustan correctamente a las dimensiones.

Tabla 13

Prueba Binomial de la Escala de Resiliencia para Adolescentes (ERA)

Jueces		Cotogoría	NI.	Prop.	Prop. de	Significación	
J	ueces	Categoría	N	observada	prueba	exacta (bilateral)	
J1	Grupo 1	1	80	1.00	.50	.000	
JI	Grupo 2	0					
J2	Grupo 1	1	80	1.00	.50	.000	
JZ	Grupo 2	0					
J3	Grupo 1	1	80	1.00	.50	.000	
JJ	Grupo 2	0					
J4	Grupo 1	1	80	1.00	.50	.000	
J <del>4</del>	Grupo 2	0					
J5	Grupo 1	1	33	.97	.50	.000	
33	Grupo 2	0	1	.03			
J6	Grupo 1	1	33	.97	.50	.000	
30	Grupo 2	0	1	.03			
J7	Grupo 1	1	80	1.00	.50	.000	
37	Grupo 2	0					
10	Grupo 1	1	80	1.00	.50	.000	
J8	Grupo 2	0					
J9	Grupo 1	1	80	1.00	.50	.000	
	Grupo 2	0					
110	Grupo 1	1	80	1.00	.50	.000	
J10	Grupo 2	0					

En la tabla 13, obtenemos la prueba binomial mediante el criterio de expertos, el cual confirma que los reactivos se ajustan al instrumento de medición con una significancia de .000.

Tabla 14

Confiabilidad por ítems de la Escala de Resiliencia para Adolescentes (ERA)

	Correlación total de	Alfa de Cronbach si		Correlación total de	Alfa de Cronbach si
Ítems	elementos	el elemento se ha	Ítems	elementos	el elemento se ha
	corregida	suprimido		corregida	suprimido
Ítem1	.535	.862	Ítem18	.584	.861
Ítem2	.302	.867	Ítem19	.447	.864
Ítem3	.243	.868	Ítem20	.329	.867
Ítem4	.250	.868	Ítem21	.559	.861
ĺtem5	.360	.866	Ítem22	.312	.867
Ítem6	.529	.863	Ítem23	.313	.867
Ítem7	.473	.863	Ítem24	.412	.865
Ítem8	.362	.866	Ítem25	.409	.865
Ítem9	.410	.865	Ítem26	.296	.867
Ítem10	.476	.863	Ítem27	.365	.866
ĺtem11	.215	.869	Ítem28	.118	.881
Ítem12	.422	.865	Ítem29	.307	.867
Ítem13	.467	.863	Ítem30	.446	.864
Ítem14	.534	.863	Ítem31	.309	.867
Ítem15	.474	.863	Ítem32	.374	.866
Ítem16	.551	.862	Ítem33	.389	.865
Ítem17	.481	.863	Ítem34	.302	.867

En la tabla 14, se analiza los ítems según la correlación ítem total corregida donde 1 ítem no logra superar el criterio para ser aceptados, según Kline (1998).

**Tabla 15**Confiabilidad de la Escala de Resiliencia para Adolescentes (ERA)

Alfa de Cronbach	N de elementos		
.844	33		

En la Tabla 15, observamos los resultados de la confiabilidad de la Escala de Resiliencia en una muestra de 100 estudiantes. El puntaje es de ,869 lo que significa que la prueba cuenta con una confiabilidad adecuada.

**Tabla 16**Baremos de la Escala de Resiliencia (ERA)

Nivel	Pc	Total	Total	Total	Total	Total	Total	Total	Total
		Insight	Independencia	Interacción	Moralidad	Humor	Iniciativa	Creatividad	Resiliencia
	1	0 a 5	0 a 7	0 a 5	0 a 6	0 a 6		0 a 5	0 a 54
	2	6		6	7		0 a 6	6	
	3			7	8				55 a 56
	4	7			9				57 a 61
MUY BAJO	5						7		62 a 64
	6				10				65 a 67
	7		8			7	8		68
	8				11				
	9	8		8					
	10							7	69 a 70
BAJO	15				12	8	9		71 a 75
	20	9 a 10	9	9	13	9		8	76 a 79
	25			10			10		80 a 81
	30				14	10			82 a 83
	35			11	15		11	9	
PROMEDIO	40	11	10			11			84 a 86
	45							10	
	50	12		12			12		87 a 89
	55					12		11	90 a 91

	60		11	13	16		13		92
	65	13				13		12	93 a 95
	70				17		14		96
	75		12	14		14		13	97 a 99
	80	14			18		15	14	100
ALTO	85	15	13	15		15	16		101 a 102
	90			16	19				103 a 105
	91					16		15	106
	92								107 a 108
	93	16					17		109 a 110
	94		14			17		16	111
MUY ALTO	95								
MOT ALTO	96	17		17			18	17	112 a 114
	97			18		18 a 19	19		115 a 116
	98	18	15					18	117 a 119
	99	19 a	16 a más	19 a más	20 a más	20 a más	20 a más	19 a más	120 a más
	33	más	ro a mas	13 4 11143	20 a mas	20 a mas	20 4 11143	10 a mas	120 a mas
Media		12.36	11.23	12.56	15.82	12.35	12.76	11.28	88.74
Desviación está	ındar	2.908	1.958	2.999	3.353	3.160	3.191	3.178	14.486

En la tabla 16, se establecen los baremos por cada dimensión de la escala de afrontamiento y clasificadas por niveles: Muy bajo, Bajo, Promedio, Alto y Muy alto.

### 3.6 Técnicas de procesamiento y análisis de datos

Para el análisis estadístico de los datos se utilizó el programa estadístico SPSS versión 25, se ingresó y organizó la información que sería analizada posteriormente.

Sin embargo, los instrumentos de medición utilizados en esta investigación pasaron por un estudio piloto para poder determinar propiedades psicométricas como la validez y confiabilidad. Se extrajo la validez de contenido a través de 10 jueces especializados en el área clínica y educativa, adicional a ello se utilizó el coeficiente V de Aiken y la Prueba Binomial. Para obtener la confiabilidad, se usó el coeficiente Alfa de Cronbach y finalmente se obtuvieron los baremos para mayor clasificación de los resultados.

Finalmente, se realizó la prueba de normalidad por dimensiones y totales de ambos instrumentos para conocer la distribución de la muestra a través del estadístico Kolgomorov – Smirnov que permitió determinar los estadísticos utilizados los cuales fueron no paramétricos: R de Spearman, U de Mann Whitney y Kruskal Wallis.

# CAPÍTULO IV ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN DE RESULTADOS

#### 4.1. Resultados descriptivos e inferenciales

### Estadísticos descriptivos de Estilos de Afrontamiento

**Tabla 17**Estadísticos descriptivos de los estilos de afrontamiento

		Estilos	
Estadísticos	Afrontamiento no productivo	Referencia a otros	Resolver el problema
Media	47,45	83,41	62,83
Mediana	47,00	82,00	62,00
Moda	51	77	67
D.S	6,872	13,039	12,006

En la tabla 17, se muestran los estadísticos descriptivos de los estilos de afrontamiento en donde se observa que el estilo de afrontamiento no productivo presenta una media de 47,45, el estilo referencia a otros una media de 83,41 y, finalmente el estilo resolver el problema con una media de 62,83.

**Tabla 18**Frecuencia de uso de los estilos de afrontamiento

Frecuencia de	Afrontamiento no productivo		Resolver el problema		Referencia a otros	
uso	F	%	F	%	F	%
No las utiliza	115	33,1	114	32,9	107	30,8
Algunas veces	144	41,5	143	41,2	149	42,9
Con frecuencia	88	25,4	90	25,9	91	26,2
Total	347	100,0	347	100,0	347	100,0

En la tabla 18, se observa que todos los estilos son usados en su mayoría algunas veces por los alumnos evaluados.

#### Estadísticos descriptivos de resiliencia

**Tabla 19**Estadísticos descriptivos de la Escala de Resiliencia (ERA)

	Estadísticos descriptivos					
Área	Media	Mediana	Moda	D.S		
Insight	12,7003	12,0000	11,00	2,80422		
Independencia	10,2104	10,0000	10,00	2,39800		
Interacción	12,6484	13,0000	13,00	3,06345		
Moralidad	15,6686	16,0000	16,00	3,09712		
Humor	12,5735	12,0000	11,00	3,01196		
Creatividad	11,4035	11,0000	9,00	3,07024		
Iniciativa	13,0692	13,0000	13,00	3,09313		
Resiliencia total	88,2738	88,0000	90,00	13,64316		

En la tabla 19, se muestran los estadísticos descriptivos de la escala de resiliencia, en ella observamos las diversas medias de cada área de la resiliencia insight (M=12,7003), independencia (M=10,2104), interacción (M=12,6484), moralidad (M=15,6686), humor (M=12,5735), creatividad (M=11,4035), iniciativa (M=13,0692) y el puntaje total de la resiliencia (M=88,2738).

Tabla 20
Nivel del área insight de la resiliencia

Insight				
Nivel	F	%		
Muy bajo	21	6,1		
Bajo	47	13,5		
Promedio	149	42,9		
Alto	68	19,6		
Muy alto	62	17,9		
Total	347	100,0		

En la tabla 20, se encuentra el nivel del área insight de la resiliencia en donde se observa que el 42,9% de la los evaluados cuenta con un nivel promedio, seguido del nivel alto con un 19,6%.

**Tabla 21**Nivel del área interacción de la resiliencia

	Interacción	
Nivel	Frecuencia	Porcentaje
Muy bajo	32	9,2
Bajo	21	6,1
Promedio	199	57,3
Alto	51	14,7
Muy alto	44	12,7
Total	347	100,0

En la tabla 21, observamos que es el nivel promedio el cual sobresale en el área de interacción de la resiliencia con un 57,3%, seguido de nivel alto con un 14,7%.

**Tabla 22** *Nivel del área independencia de la resiliencia* 

	Independencia	
Nivel	Frecuencia	Porcentaje
Muy bajo	88	25,4
Bajo	50	14,4
Promedio	142	40,9
Alto	36	10,4
Muy alto	31	8,9
Total	347	100,0

En la tabla 22, observamos que es el nivel promedio el cual sobresale en el área de independencia de la resiliencia con un 40,9%, seguido de nivel muy bajo con un 25,4%.

**Tabla 23**Nivel del área moralidad de la resiliencia

Nivel	Frecuencia	Porcentaje
Muy bajo	33	9,5
Bajo	53	15,3
Promedio	147	42,4
Alto	76	21,9
Muy alto	38	11,0
Total	347	100,0

En la tabla 23, encontramos que es el nivel promedio el cual predomina en el área de moralidad de la resiliencia con un porcentaje de 42,4%, seguido del nivel alto con un 21,9%.

**Tabla 24** *Nivel del área humor de la resiliencia* 

Nivel	Frecuencia	Porcentaje
Muy bajo	16	4,6
Bajo	35	10,1
Promedio	205	59,1
Alto	57	16,4
Muy alto	34	9,8
Total	347	100,0

En la tabla 24, se indica que es el nivel promedio el cual sobresale en el área de humor de la resiliencia con un porcentaje de 59,1%, seguido del nivel alto con un 16,4%

Tabla 25

Nivel del área iniciativa de la resiliencia

Nivel	Frecuencia	Porcentaje
Muy bajo	26	7,5
Bajo	18	5,2
Promedio	196	56,5
Alto	28	8,1
Muy alto	79	22,8
Total	347	100,0

En la tabla 25, se evidencia que es el nivel promedio el cual sobresale en el área de iniciativa de la resiliencia con un porcentaje de 56,1%, seguido del nivel muy alto con un 22,8%

Tabla 26

Nivel del área creatividad de la resiliencia

Nivel	Frecuencia	Porcentaje
Muy bajo	10	2,9
Bajo	55	15,9
Promedio	200	57,6
Alto	19	5,5
Muy alto	63	18,2
Total	347	100,0

La tabla 26 indica que es el nivel promedio el cual sobresale en el área de creatividad de la resiliencia con un porcentaje de 57,6%, seguido del nivel muy alto con un 18,2%

**Tabla 27** *Nivel de resiliencia* 

Nivel	Frecuencia	Porcentaje
Muy bajo	24	6,9
Bajo	63	18,2
Promedio	188	54,2
Alto	36	10,4
Muy alto	36	10,4
Total	347	100,0

La tabla 27 indica que es el nivel promedio el cual sobresale en la resiliencia en general con un porcentaje de 54,2%, seguido del nivel bajo con un 18,2%

#### 4.2 Prueba de Normalidad de las variables

**Tabla 28**Prueba de normalidad de la escala de afrontamiento – ACS

Estilos	KS	р	
Resolver el problema	,043	,200	
Referencia a otros	,063	,002	
Afrontamiento no	063	.002	
productivo	,063	,002	

En la tabla 28, se indican los resultados de la prueba de normalidad de la escala de afrontamiento obtenidos mediante el estadístico Kolmogorov - Sminov, en él se encontró que dos de los estilos cuentan con una significancia menor a .05 lo que indica que se trata de una distribución no normal en la que se emplearon estadísticos no paramétricos.

**Tabla 29**Prueba de normalidad de la Escala de Resiliencia (ERA)

Área	KS	р
Insight	,103	,000
Independencia	,097	,000
Interacción	,071	,000
Moralidad	,116	,000
Humor	,100	,000
Iniciativa	,073	,000
Creatividad	,108	,000
Resiliencia	,040	,200

La tabla 29, muestra los resultados de la prueba de normalidad de la escala de resiliencia - ERA, en la que se evidencia que en las siete áreas de la resiliencia existe un valor de significancia menor a .05 por lo que se empleó estadísticos no paramétricos.

## Afrontamiento y variables sociodemográficas

**Tabla 30**Estilos de afrontamiento según grado

Estilos	Grado	n	Rango promedio	U	р
Resolver el	4tosec	263	173,07		
problema	5tosec	84	176,92	10,801,000	,759
problema	Total	347			
Afrontamiento	4tosec	263	173,79		
no productivo	5tosec	84	174,67	10990000	,944
no productivo	Total	347			
Referencia a otros	4tosec	263	168,86		
	5tosec	84	190,10	9693500	,091
	Total	347			

En la tabla 30, encontramos que no existen diferencias significativas(*p*>0.05) en los estilos de afrontamiento según grado.

**Tabla 31** *Estilos de afrontamiento según sexo* 

Estilos	Sexo	n	Rango promedio	U	р
Resolver el	Mujer	179	177,64		
	Hombre	168	170,12	14384500	,485
problema	Total	347			
A francisco de la contra	Mujer	179	178,34		
Afrontamiento	Hombre	168	169,38	14259500	,405
no productivo	Total	347			
Referencia a	Mujer	179	171,00		
	Hombre	168	177,20	14499000	,565
otros	Total	347			

En la tabla 31, encontramos que no existen diferencias significativas(*p*>0.05) en los estilos de afrontamiento según sexo.

**Tabla 32**Estilos de afrontamiento por grupos de edad

Estilos	Edad	n	Rango promedio	H de Kruskal-Wallis	р
	13 a 15	140	174,09		
Resolver el	16 a 18	202	174,22	,068	,967
problema	19 a 20	5	162,40	,008	,907
	Total	347			
	13 a 15	140	163,65		
Referencia a	16 a 18	202	181,23	2542	,281
otros	19 a 20	5	171,90	2342	,201
	Total	347			
	13 a 15	140	183,64		
Afrontamiento	16 a 18	202	168,88	3818	,148
no productivo	19 a 20	5	110,70	3010	,140
	Total	347			

En la tabla 32, observamos que no existen diferencias significativas en la frecuencia de uso de los estilos de afrontamiento según edad (p>.05).

# Resiliencia y variables sociodemográficas

**Tabla 33** *Resiliencia según grado* 

Área	Grado	<u> </u>	Rango	U	<b>n</b>
Area	Grado	n	promedio	U	p
	4tosec	263	173,76		
Insight	5tosec	84	174,76	10982000	,936
	Total	347			
	4tosec	263	171,00		
Independencia	5tosec	84	183,39	10257500	,321
	Total	347			
	4tosec	263	173,85		
Interacción	5tosec	84	174,48	11006000	,960
	Total	347			
Moralidad	4tosec	263	175,39		
	5tosec	84	169,65	10681000	,647
	Total	347			
	4tosec	263	177,04		
Humor	5tosec	84	164,47	10245500	,315
	Total	347			
	4tosec	263	170,60		
Iniciativa	5tosec	84	184,64	10152500	,262
	Total	347			
	4tosec	263	171,21		
Creatividad	5tosec	84	182,74	10312000	,357
	Total	347			
	4tosec	263	173,60		
Resiliencia	5tosec	84	175,26	10940000	,895
	Total	347			

En la tabla 33, observamos que no existen diferencias significativas en las áreas de la variable resiliencia en los alumnos de 4to y 5to grado de nivel secundaria.

**Tabla 34** *Resiliencia según sexo* 

Área	Sexo	n	Rango promedio	U	р
	Mujer	179	182,66		
Insight	Hombre	168	164,78	13486500	,095
	Total	347			
	Mujer	179	174,47		
Independencia	Hombre	168	173,49	14951000	,927
	Total	347			
	Mujer	179	177,80		
Interacción	Hombre	168	169,96	14356500	,465
	Total	347			
	Mujer	179	190,44		
Moralidad	Hombre	168	156,49	12093500	,002
	Total	347			
	Mujer	179	167,11		
Humor	Hombre	168	181,35	13802000	,184
	Total	347			
	Mujer	179	169,23		
Iniciativa	Hombre	168	179,09	14181500	,358
	Total	347			
	Mujer	179	175,94		
Creatividad	Hombre	168	171,93	14689000	,709
	Total	347			
	Mujer	179	179,13		
Resiliencia	Hombre	168	168,54	14118000	,325
	Total	347			

En la tabla 34, observamos que sólo existen diferencias significativas en el área de moralidad de la resiliencia (p<.05) según sexo.

**Tabla 35** *Resiliencia según grupos de edad* 

Área	Edad	n	Rango promedio	H de Kruskal-Wallis	p
	13 a 15	140	174,66		
Insight	16 a 18	202	172,58	,805	,669
msignt	19 a 20	5	212,80	,803	
	Total	347			
	13 a 15	140	158,76		
Independencia	16 a 18	202	184,26	5501	064
	19 a 20	5	186,20	5501	,064
	Total	347			
Interacción	13 a 15	140	166,13		
	16 a 18	202	180,44	2496	,287
	19 a 20	5	134,40	2490	
	Total	347			
Moralidad	13 a 15	140	177,44		,835
	16 a 18	202	171,99	,361	
	19 a 20	5	159,00	,301	
	Total	347			
	13 a 15	140	158,88		,067
Humor	16 a 18	202	184,20	5392	
Hullioi	19 a 20	5	185,30	5592	
	Total	347			
	13 a 15	140	167,48		554
Injointivo	16 a 18	202	177,94	1194	
Iniciativa	19 a 20	5	197,70	1194	,551
	Total	347			
	13 a 15	140	163,66		
Croatividad	16 a 18	202	181,18	2540	200
Creatividad	19 a 20	5	173,40	2549	,280
	Total	347			
	13 a 15	140	165,64		
Docilionois	16 a 18	202	179,75	1641	440
Resiliencia	19 a 20	5	175,70	1641	,440
	Total	347			

La tabla 35, indica que no existen diferencias significativas en la resiliencia según edad (p>.05).

#### 4.2. Resultados correlacionales

Tabla 36

Correlación entre los estilos de afrontamiento y las áreas de resiliencia

		Resolver el	Referencia a	Afrontamiento no
		problema	otros	productivo
Total	rho	,583**	,576**	,538**
	p	,000	,000	,000
Resiliencia	n	341	341	341

En la tabla 36, se presenta la correlación entre estilos de afrontamiento y la resiliencia en los alumnos de 4to y 5to grado de nivel secundaria a través del coeficiente rho de Spearman en la que se puede observar que hay relación estadísticamente significativa entre ambas variables.

# CAPÍTULO V DISCUSIONES, CONCLUSIÓN Y RECOMENDACIONES

#### 5.1. Discusiones

La presente investigación, parte del objetivo de determinar la relación entre estilos de afrontamiento y resiliencia en adolescentes de 4to y 5to de secundaria de 4 instituciones educativas del distrito de Villa María del Triunfo, en los resultados, se aprecia diversos hallazgos que concuerdan o difieren con investigaciones a nivel nacional e internacional, por ejemplo, se encontró que existe una correlación positiva estadísticamente significativa (*p*<0.01) entre los puntajes de los estilos de afrontamiento y la resiliencia; dichos resultados concuerdan en primer lugar con lo hallado por Huanay (2019) quien al evaluar 137 soldados que prestaban servicio militar voluntario en 13 unidades del Ejército Peruano, también encontró relación entre ambas variables a pesar de que la muestra tenía características diferentes. Asimismo, Keyko (2019) también encontró relación entre ambas variables tras evaluar a 231 estudiantes Huancaínos de ambos sexos.

Como se evidencia, la variable resiliencia guarda relación con los estilos de afrontamiento; esto puede deberse a que según Lazarus y Folkman (1984) ambas variables se complementan para darle solución a una situación estresante de manera que, el afrontamiento hace referencia a los recursos usados para darle solución a una situación, mientras que la resiliencia representa la capacidad del individuo para hacerle frente a dicha situación para superarla y transformar esa experiencia en algo positivo.

En este sentido, cabe destacar que la resiliencia también guarda relación con variables como la autoestima la cual es sumamente importante a lo largo de la vida del ser humano (Degollado, 2019) el clima social familiar el cual otorga un ambiente propicio para el buen desarrollo de la persona (Bolaños y Jara, 2016) y la cohesión familiar (Velezmoro, 2018) por este motivo es que siempre se menciona la importancia

de la familia en el desarrollo del niño y adolescente pues son aspectos que influyen y generan un gran impacto sus vidas.

En cuanto al afrontamiento, se sabe que este puede darse con acciones dirigidas a resolver la situación (estilo de afrontamiento centrado en el problema), manejar las respuestas emocionales (estilo de afrontamiento centrado en la emoción) o pasando por alto dicha situación (afrontamiento no productivo) y el adoptar uno de estos estilos hace que el estrés se convierta en algo más llevadero (Lazarus, 1993) por ello Lazarus menciona también que el afrontamiento se reduce al uso de recursos en el pensamiento y la ejecución de acciones que contribuirán a la disminución del estrés que causa la situación problemática ya que cuando la persona encuentra la forma de hacerle frente de manera adecuada y positiva a esa situación, es muy probable que este repita este estilo de afronte pues ha sido reforzado por los resultados obtenidos incluso si se ejecuta el estilo no productivo pues Carver et al. (1989) menciona que aunque en este estilo se niegue la situación estresante y evada o extinga las posibilidades a poder enfrentar el problema por demandas sociales, dicho estilo también puede brindar buenos resultados a través de su adaptación específicamente en situaciones en la que hay poco control con que se refuerza una vez más que no existen estilos de afrontamiento que sean mejores que otros.

En los adolescentes evaluados, se halló que la frecuencia de uso de los estilos de afronte se presenta de la siguiente manera: afrontamiento no productivo (41,5%), resolver el problema (41,2%) y referencia a otros (42,9%); lo que significa que la frecuencia de uso de los estilos son usados algunas veces, estos resultados difieren con lo hallado por Huanay (2019) y Keyko (2019) quienes a diferencia de la presente investigación encontraron que el afrontamiento centrado en el problema era el más usado; cabe resaltar que aunque existan diferencias en la frecuencia de uso de los

estilos, es de gran relevancia comprender que ningún estilo de afrontamiento es mejor que otro, si no que cada uno de ellos está en función al tipo de situación y a la persona (Cassaretto et al., 2003) pues el estilo que adopte la persona estará basado en su proceso de evaluación.

Por otro lado, en cuanto al nivel de resiliencia de los evaluados, se encontró que predomina el nivel promedio (54,2%), este resultado que coincide con los encontrados por Velezmoro (2018) quien, al evaluar a 100 estudiantes de una institución educativa en Trujillo, halló que estos presentaban un nivel promedio de resiliencia. Asimismo, Serrano (2018) y Bolaños y Jara (2016) hallaron un nivel promedio de esta variable en sus investigaciones coincidiendo además con Chuquillanqui y Villanes (2020) y Degollado (2019) quienes también hallaron un nivel promedio de resiliencia en sus evaluados.

Como se observa, aunque todos estos estudios se han realizado en diversas partes del Perú y el mundo coinciden en resultados por lo que podemos considerar que la resiliencia es una variable dinámica como lo planteó Pereira (2007) quien menciona que esta variable se desarrolla en el transcurso de la vida y se fundamentan en la relación entre la persona y su contexto, familia y ámbito social; en este sentido, estos hallazgos también coinciden con lo mencionado por los autores Wagnild y Young (1993) quienes indicaron que los adolescentes tienen la habilidad de afrontar situaciones difíciles con éxito considerando que estos cuentan con la resiliencia, es decir, la capacidad para resistir, tolerar la presión y los obstáculos que se le presenten haciendo las cosas correctas aun cuando todo parece actuar en su contra.

En base a ello, también Ruiz-Román et al. (2017), citados por Chávez (2018) señalan:

(...) ante la búsqueda de empoderamiento personal y de entereza que permitan la resignificación de la estigmatización cultural; tanto la familia de la que proviene la persona, su espacio académico o el medio directo en donde se desenvuelve constituyen ámbitos de gran valor educativo para comprender desde un enfoque sistémico-ecológico, como el individuo y su entorno determinan el impacto que la resiliencia tiene en el proceso vital. (p. 22)

En lo que concierne a variables demográficas, no se encontraron diferencias significativas (*p*>.05) en cuanto a edad y grado en ninguna de las variables lo cual coincide con lo hallado por Casas et al. (2015) quienes tampoco encontraron diferencias en su investigación.

En cuanto al sexo respecta, si se encontraron diferencias significativas en la resiliencia, específicamente en el área de moralidad, lo cual afirma lo mencionado por Garaigordobil et al. (2005) quienes indican que las mujeres suelen tener una imagen más positiva de ellas y de sus capacidades, aunque estos hallazgos difieran con estudios como el de Degollado (2019) y Murillo (2014) quienes no encontraron diferencias significativas según sexo en esta variable.

Finalmente, en cuanto a los estilos de afrontamiento según sexo tampoco se encontraron diferencias significativas en los resultados, lo cual apoya lo afirmado por Kahn (1964, citado por Lazarus y Folkman, 1986) quien indica que la mayoría de los adolescentes tienen formas similares de hacerle frente a situaciones estresante aunque estos resultados sean contrarios a los de Espinoza et al. (2018) quienes encontraron que las mujeres utilizan con mayor frecuencia un estilo no productivo mientras que los hombres utilizan más el estilo centrado en la emoción y en el problema.

#### 5.2. Conclusiones

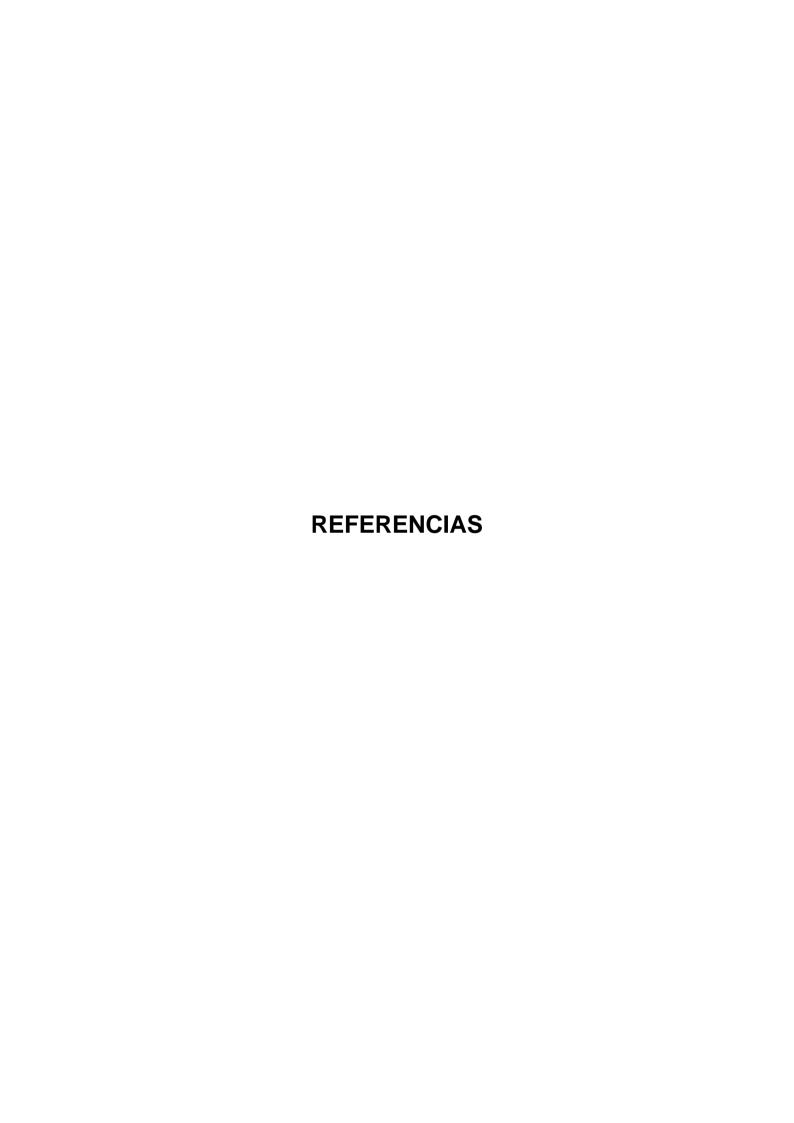
En base a la información y resultados obtenidos tras el procesamiento estadístico de los datos y, en concordancia con las hipótesis, se llega a las siguientes conclusiones:

- 1. En lo que respecta al objetivo general, encontramos que existe relación positiva y significativa (*p*< 0.01), entre los estilos de afrontamiento: resolver el problema (rho = ,583), referencia a otros (rho= ,576), afrontamiento no productivo (rho = 538) y la resiliencia.
- 2. En cuanto al primer objetivo específico, la frecuencia de uso de los estilos de afronte se presenta de la siguiente manera: afrontamiento no productivo (41,5%), resolver el problema (41,2%) y referencia a otros (42,9%).
- 3. Respecto al segundo objetivo específico, encontramos que el nivel de resiliencia es promedio (54,2%).
- 4. En lo que respecta al tercer objetivo específico, no se encontraron diferencias significativas en los estilos de afrontamiento, según grado, sexo y edad de los estudiantes (*p*>0.05).
- 5. Finalmente, en el cuarto objetivo específico, no se hallaron diferencias estadísticamente significativas en la resiliencia, según grado y edad de los estudiantes (*p*>0.05), sin embargo, hay evidencia de diferencias significativas según sexo en lo que respecta al área de moralidad.

#### 5.3. Recomendaciones

 Seguir realizando estudios en poblaciones con problemáticas psicosociales y bajo nivel socioeconómico, que permitan conocer la realidad en la que conviven los adolescentes y determinar acciones preventivas según las necesidades psicológicas.

- Se recomienda evaluar las mismas variables en más distritos de Lima Sur considerando que es una población que según el INEI, presenta mayor índice de violencia para tener una noción más clara de la problemática según sectores.
- Desarrollar programas de prevención y promoción de la salud, que tengan como principal objetivo potencializar las capacidades de afrontamiento y resiliencia en la vida diaria.
- Desarrollar programas de prevención y promoción de la salud para las autoridades de las instituciones evaluadas con el fin de fortalecer la intervención del profesional en la salud mental.
- Desarrollar talleres dirigidos a la familia, específicamente a padres de hijos pertenecientes a instituciones públicas, esto con el objetivo de orientarlos en adecuados estilos de crianza y prevención de conductas de riesgo.
- Incluir actividades participativas como escenificaciones artísticas, que permitan
  a los adolescentes desarrollar habilidades en relación con las problemáticas de
  su entorno.



- Bernal, C. (2010). *Metodología de la investigación* (3ª ed.). Pearson Educación.
- Blanco, C. (2014). Lógica, ciencia y creatividad. Dykinson.
- Bolaños, L y Jara, J (2016). Clima Social Familiar y Resiliencia en los estudiantes del segundo al quinto año del nivel secundario de la Institución Educativa Aplicación Tarapoto [tesis de pregrado no publicada]. Universidad Peruana Unión.
- Bragagnolo, G.; Paris, L. y Vaamonde, J. (noviembre, 2009). Resiliencia y afrontamiento en jóvenes y adolescentes de tres países latinoamericanos.

  [Presentación de memorias]. 4to Encuentro Iberamericano de Psicología Positiva "La Psicología Positiva y sus Aplicaciones", Buenos Aires, Argentina. https://www.researchgate.net/publication/280113765\_Resiliencia\_y\_afrontami ento\_en\_jovenes\_y\_adolescentes\_de\_tres\_paises\_latinoamericanos
- Calatayud, M. y Serra, E. (2009). Las relaciones de amor en los adolescentes de hoy.

  Octaedro S.L.
- Carver, C. y Connor-Smith, J. (2010). Personalidad y afrontamiento. *Revisión anual de psicología*, (61), 679-704.
- Carver, Ch., Scheier, M. y Weintraub, J. (1989). Evaluación de estrategias de afrontamiento: un enfoque basado en la teoría. *Revista de personalidad y psicología social*, 56 (2), 267-283.
- Castillo, G. (2016). *Adolescencia: Mitos y enigmas*. Verbo Divino.
- Canessa, B. (2002). Adaptación psicométrica de las Escalas de Afrontamiento para Adolescentes de Frydenberg y Lewis en un grupo de escolares de Lima metropolitana. *Persona*, (005), 191-233. https://doi.org/10.26439/persona2002.n005.876
- Cannon, W. (1932). La sabiduría del cuerpo. Norton.

- Cassaretto, M., Chau, C., Oblitas, H. y Valdez, N. (2003). Estrés y afrontamiento en estudiantes de Psicología. *Revista de Psicología de la PUCP*, *21*(2), 363-392.
- Casas, F., García, M., Gonzáles, M., Malo, S. y Viñas, 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.
- Casullo, M., Fernández, M. (2001). Estrategias de afrontamiento en estudiantes adolescentes. Revista del Instituto de Investigaciones de la Facultad de Psicología/ UBA, 6(1), 25-49.
- Chávez, M. y Prado, R. (2000). Escala de Resiliencia para Adolescentes ERA. https://es.scribd.com/document/344900702/Ficha-Tecnica-de-Resiliencia.
- Chávez, E. (2018). La relación entre la resiliencia y la calidad de vida de los estudiantes de una universidad pública de Cajamarca 2018 [Tesis de pregrado, Universidad Privada del Norte]. Repositorio de la Universidad Privada del Norte. https://repositorio.upn.edu.pe/handle/11537/14753
- Chuquillanqui, G. y Villanes, J. (2020). Resiliencia y afrontamiento del estrés en estudiantes de trabajo social de una universidad estatal de Huancayo 2019.

  [Tesis de pregrado, Universidad Peruana Los Andes]. Repositorio de la Universidad Peruana de los Andes. https://repositorio.upla.edu.pe/handle/20.500.12848/1450
- Cornejo, W. (2010). Resiliencia: Una definición. Revista Electrónica Athenea, 2.
- Degollado, L. (2019). Resiliencia y autoestima en adolescentes de educación media superior, de Toluca, Estado de México [Tesis de pregrado, Universidad Autónoma del Estado de México]. Repositorio de la Universidad Autónoma del Estado de México.

- http://ri.uaemex.mx/bitstream/handle/20.500.11799/105062/tesis%20LP%20R esilienica%20Degollado%20completa.pdf?sequence=5&isAllowed=y
- Erikson, E. (1970). Infancia y Sociedad. Hormé.
- Espinoza, A., Guamán, M. y Sigüenza, W. (2018). Estilos de afrontamiento en adolescentes de colegios de la ciudad de Cuenca, Ecuador. *Revista Cubana Educación*Superior, 37(2), 45-62. http://scielo.sld.cu/pdf/rces/v37n2/rces04218.pdf
- Fernández-Abascal, E. (1997). Estilos y Estrategias de Afrontamiento. Cuaderno de prácticas de motivación y emoción. Pirámide.
- Fernández, J. (2009). *Pedagogía del humor: El valor terapéutico del humor* (3° ed.). Descleé de Brouwer.
- Frankl, V. (2011). Lo que no está escrito en mis libros (2° ed.). San Pablo.
- Frydenberg, E. (1997). Afrontamiento adolescente. Perspectivas teóricas y de investigación. Routledge.
- Frydenberg, E., y Lewis, R. (2010). Escala de afrontamiento para adolescentes.

  Adaptación Peruana.
- Garaigordobil, M., Durá, A., y Pérez, J.I. (2005). Síntomas psicopatológicos, problemas de conducta y autoconcepto / autoestima: un estudio con adolescentes de 14 a 17 años. *Annuary of Clinical and Health Psychology*, 1, 53-63.
- García-Vesga, M. y Domínguez-de la Ossa, E. (2013). Desarrollo teórico de la Resiliencia y su aplicación en situaciones adversas: Una revisión analítica. Revista Latinoamericana de Ciencias Sociales, Niñez y Juventud, 11 (1), 63-77.
- Gil, G. (2013). La resiliencia holística y su aplicación al entorno escolar. Narcea S.A.

- González-Arratia, L. (2011). Resiliencia y personalidad en niños. Cómo desarrollarse en tiempos de crisis. Universidad Autónoma del Estado de México.
- González-Arratia, N., Reyes, M., Valdez, J. y González, S. (2011). Resiliencia, autoestima y personalidad resistente en niños y adolescentes con antecedentes de maltrato. *Revista Mexicana de Investigación en Psicología Social y de la Salud*, 1, 51-62.
- Gonzáles, R., Montoya, I., Casullo, M. y Bernabeu, J. (2002) Relación entre estilos y estrategias de afrontamiento y bienestar psicológico en adolescentes. *Psicothem*a, 14, 363 – 368.
- Gonzalez, N. y Valdez, J. (2007). Resiliencia en niños. Psicología Iberoamericana.
- Grimaldo, M. (2004). Niveles de Optimismo en un grupo de estudiantes de una universidad particular de la ciudad de Lima. *Liberabit*, 10 (1) 97-107.
- Grotberg, E. (1995): Una guía para promover la resiliencia en los niños: fortalecer el espíritu humano. The International Resilience Project. Bernard Van Leer.
- Heckhausen, J., Wrosch, C. y Schulz, R. (2010). Una teoría motivacional del desarrollo a lo largo de la vida. *Revisión psicológica*, *117*, 32-60.
- Hernández-Sampieri, R., Fernández-Collado, C., y Baptista-Lucio, P. (2014). *Metodología de la investigación.* McGraw-Hill.
- Hervás, G. (2009). Psicología positiva: una introducción. *Revista Interuniversitaria de Formación de Profesorado*, 23, 3.
- Holmes, T. y Rahe, R. (1967). La Escala de Reajuste Social. *Journal of Psychosomatic Research*, 11, 213-218.
- Huanay, M. (2019). Resiliencia y estilos de afrontamiento al estrés en soldados que prestan servicio militar voluntario en zona VRAEM del Ejército Peruano [Tesis de pregrado, Universidad Continental]. Repositorio de la Universidad

Continental.

- https://repositorio.continental.edu.pe/bitstream/20.500.12394/6052/2/IV\_FHU\_501\_TE\_Huanay\_Yauli\_2019.pdf
- Instituto Nacional de Estadística e Informática. (2015). *El 27% de la población peruana son jóvenes*. Instituto Nacional de Estadística e Informática. https://www.inei.gob.pe/prensa/noticias/el-27-de-la-poblacion-peruana-son-jovenes-8547/
- Instituto Nacional de Estadística e Informática. (2019). Perú tiene una población de 9

  millones 652 mil niñas, niños y adolescentes al primer semestre del presente

  año. [Comunicado de prensa]

  https://www.inei.gob.pe/media/MenuRecursivo/noticias/np207\_2019.pdf
- Instituto de Resiliencia Infantil y Familia. (1994). Resiliencia: ¿Proceso de superación de la adversidad?

  http://www.iin.oea.org/Cursos\_a\_distancia/explotacion\_sexual/Lectura18.resiliencia.pdf
- Keyko, B. (2019). Relación entre el afrontamiento y la resiliencia en estudiantes de I II ciclo de un Instituto Privado de Huancayo [Tesis de pregrado no publicada]. Universidad Continental.
- Kirchner, T., Forns, M., Muñoz, D. y Pereda, N. (2008). Propiedades psicométricas y estructura dimensional de la versión en español del Inventario de Respuestas de Afrontamiento-Formulario de Adultos. *Psicothema*, 20, 902-909.
- Kotliarenco, M.A., Cáceres, I. y Fontecilla, M. (1996). Resiliencia. Construyendo en la adversidad. Ceanim.
- Lazarus, R. y Folkman, S. (1986). Estrés, valoración y afrontamiento. Springer.
- Lazarus, R. y Folkman, S. (1993). Estrés y procesos cognitivos. Martínez Roca.

- Lazarus, R. (1966). El estrés psicológico y el proceso de afrontamiento. McGrawHill.
- Lippman, L., Anderson, K., Guzman, L., Ryberg, R., McIntosh, H., Ramos, M. y Kuhfeld, M. (2014). Niños florecientes: definición y prueba de indicadores de desarrollo positivo. Springer Science.
- Lisbona, A. y Frese, M. (2012). *Iniciativa personal: Cómo hacer que las cosas sucedan*. Larousse-Ediciones Pirámide.
- Luthar, S. y Cushing, G. (1999). Problemas de medición en el estudio empírico de la resiliencia. *Resiliencia y desarrollo: adaptación positiva a la vida*, 3, 129-160.
- Luthar, S. (2006). Resiliencia en el desarrollo: una síntesis de la investigación a lo largo de cinco décadas. Psicopatología del desarrollo: riesgo, trastorno y adaptación. Sons Inc.
- Malaver, C; Montgomery, W y Quintana, A (2009). Modos de afrontamiento y conducta resiliente en adolescentes espectadores de violencia entre pares. *IIPSI*, 12(1),153-171.
- Melgosa, J. (1995). Nuevo estilo de vida. ¡Sin estrés!. Safeliz.
- Meneses, E, Morán, M y Ramalho, M (2019). Afrontamiento y Resiliencia: Un estudio con Adolescentes Sanos. *INFAD Revista de psicología*, 2(2). 281-288.
- Ministerio de la Mujer y Poblaciones Vulnerables. (2019). Programa nacional contra la violencia familiar y sexual. *Boletín estadístico mensual*, setiembre.
- Ministerio de Salud. (2016). Centro nacional de epidemiología, prevención y control de enfermedades. situación del VIH/Sida en el Perú. *Boletín epidemiológico mensual*, diciembre.
- Ministerio de Salud. (2018). Oficina de epidemiología y salud ambiental. *Boletín* epidemiológico mensual, febrero.

- Murillo, C (2014). Resiliencia en Adolescentes Varones y Mujeres de una Institución Educativa Estatal del Distrito de la Esperanza, Trujillo [Tesis de pregrado no publicada]. Universidad Privada Antenor Orrego.
- Naranjo, M. (2004). *Enfoques conductistas, cognitivos y racional emotivos*.

  Universidad de Costa Rica.
- Naranjo, M (2009). Una revisión teórica sobre el estrés y algunos aspectos relevante de éste en el ámbito educativo. *Revista Educación*, 33(2), 171-190.
- Obando, O., Villalobos, M. y Arango, S. (2010). Resiliencia en niños con experiencias de abandono. *Acta Colombiana de Psicología*, *13(2)*, 149-159. https://goo.gl/bYHB79
- Oblitas, L (2008). Psicología de la Salud: Una ciencia del bienestar y la felicidad. *Unifé,* 16(1), 9.
- Oblitas, L. (2006). Psicología de la salud y calidad de vida. Thompson Learning.
- Olsson, C, McGee, R. y Nada-Raja, S. (2013). Un estudio longitudinal de 32 años de los caminos hacia el bienestar de niños y adolescentes en la edad adulta. *J Happiness Stud* 14, 1069–1083. https://doi.org/10.1007/s10902-012-9369-8
- Organización Mundial de la Salud. (2019). Salud mental del adolescente. https://www.who.int/es/news-room/fact- sheets/detail/adolescent-mental-health
- Organización Mundial de la Salud. (2019). Salud de la madre, el recién nacido,

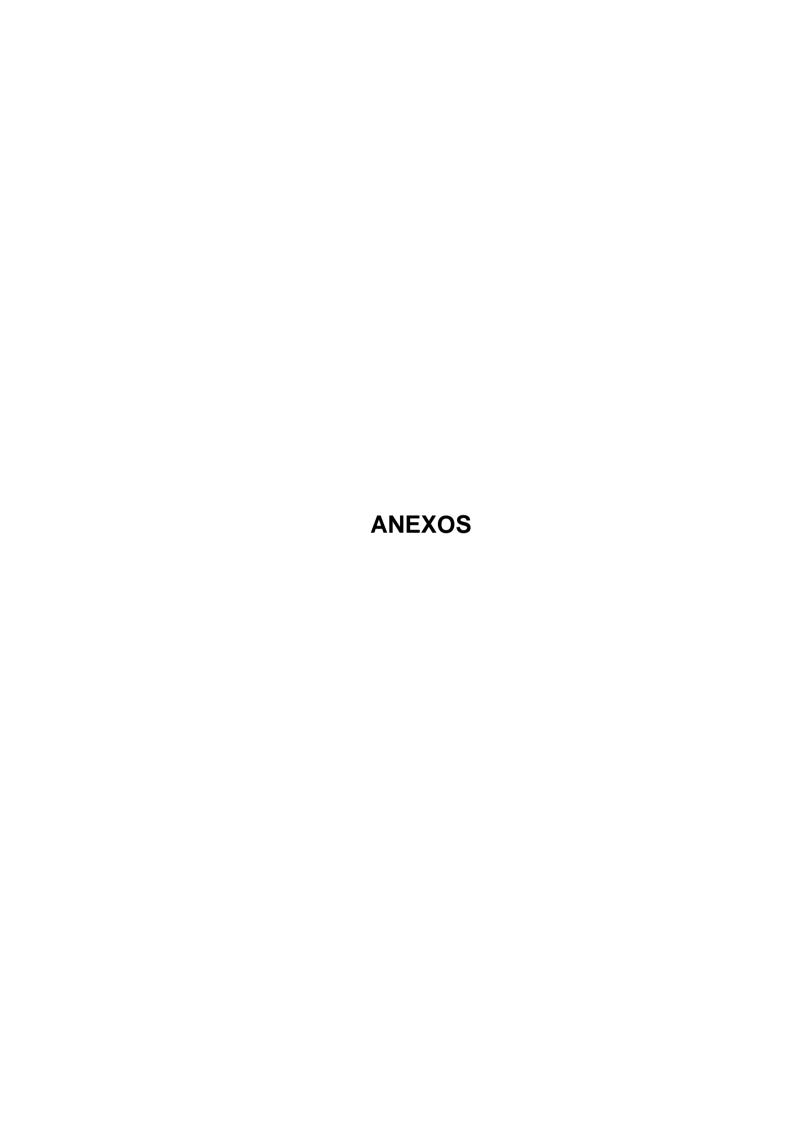
  del niño y del adolescente.

  https://www.who.int/maternal\_child\_adolescent/es/
- Osborn, A. (1993). ¿Cuál es el valor del concepto de resiliencia para las políticas y la intervención?. International Catholic Child Burea.

- Park, N., Peterson, C. y Sun, J. (2013). La psicología positiva: Investigación y aplicaciones. *Terapia Psicológica*, 31(1), 11-19.
- Pereira, R. (2007). Resiliencia individual, familiar y social. Manual de psicología del envejecimiento. Van Nostrand Reinhold.
- Puig, G., y Rubio, J. (2011). Manual de resiiencia aplicada. Gedisa S.A
- Richardson, G., Neiger, B., Jenson, S. y Kumpfer, K. (1990). El modelo de resiliencia. *Educación para la salud*, 21(6), 33-39.
- Rodríguez, A. (2009). Resiliencia. *Revista Psicopedagogía*, 26 (80), 291-302. http://pepsic.bvsalud.org/pdf/psicoped/v26n80/v26n80a14.pdf
- Rodríguez, B. (2019). Relación entre el afrontamiento y la resiliencia en estudiantes de I–II ciclo de un Instituto Privado en Huancayo [Tesis de pregrado no publicada]. Universidad Continental.
- Rojas, Y. (2016). Resiliencia y Afrontamiento del estrés en estudiantes de una Institución educativa secundaria. [Tesis de pregrado, Universidad Señor de Sipán]. Universidad Señor de Sipán. http://repositorio.uss.edu.pe/bitstream/handle/uss/3241/ROJAS\_CASTRO\_YASARI.pdf?sequence=7&isAllowed=y.
- Rutter, M. (1985). Resiliencia ante la adversidad: factores protectores y resistencia al trastorno psiquiátrico. *British Journal of Psychiatric*, 147, 598-611.
- Rutter, M. y Rutter, M. (1992). *Mentes en desarrollo: desafío y continuidad a lo largo de la vida*. Penguin Books.
- Salanova, M., Martínez, I., Bresó, E., Llorens, S., y Grau, R. (2005). Bienestar psicológico en estudiantes universitarios: facilitadores y obstaculizadores del desempeño académico. *Anales de Psicología*, (21) 1, 170- 180.

- Sandín, B., Chorot, P., Valiente, R., y Lostao, L. (2009). Validación española del cuestionario de preocupación PSWQ: Estructura factorial y propiedades psicométricas. Revista de Psicopatología y Psicología Clínica, 14, 107-122. https://doi. org/10.5944/rppc.vol.14.num.2.2009.4070.
- Santrock, J. (2004). *Psicología del desarrollo en la adolescencia (9° ed.)*. McGraw-Hill España.
- Sausa, B. (2018). Violencia escolar en Perú va en aumento: En 2017 hubo 5,591 de denuncias. *Perú21*. https://peru21.pe/peru/violencia-escolar-peru-aumento-2017-hubo-5-591-denuncias-informe-398961-noticia/
- Selye, H. (1936). Timo y glándulas suprarrenales en la respuesta del organismo a lesiones e intoxicaciones. *British Journal of Experimental Psychology*, 17, 234-348.
- Selye H. (1942). Correlaciones entre la estructura química y las acciones farmacológicas de los esteroides. *Endocrinology*, 30, 437.
- Smuts, J. (1926). *Holismo y Evolución*. http://www.newciv.org/ISSS\_Primer/asem03sd. html.
- Serrano, C. (2018). Relación entre resiliencia y estrés académico en los estudiantes de la Unidad Educativa Municipal Eugenio Espejo, Pusuquí [Tesis de pregrado, Universidad Central del Ecuador]. Repositorio de la Universidad Central del Ecuador. http://www.dspace.uce.edu.ec/bitstream/25000/16515/1/T-UCE-0007-CPS-028.pdf
- Tamres, L., Janicki, D. y Helgeson, V. (2002). Diferencias sexuales en el comportamiento de afrontamiento: una revisión metaanalítica y un examen del afrontamiento relativo. Personality and Social Psychology Review, 6, 2-30.

- Urbano, C. y Yuni, A. (2016). *Psicología y cultura de los adolescentes*. Encuentro Grupo Editor.
- 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),
  186-221.
  https://doi.org/10.17081/psico.21.40.3082
- Vanistendael, S. (1994). Resiliencia: algunas cuestiones clave. International Catholic Child Bureau.
- Velezmoro, G (2018). Cohesión familiar y Resiliencia en adolescentes de una Institución Educativa Estatal de Trujillo [Tesis de maestría no publicada]. Universidad Peruana Cayetano Heredia.
- Villalba, C. (2004). El concepto de resiliencia individual y familiar. Aplicaciones en la intervención social. *Dossier*, *12(1)*. *283-299*.
- Vinaccia, S., Quiceno, J., y Moreno San Pedro, E. (2007). Resiliencia en adolescentes. *Revista Colombiana de Psicología* (16), 139-146.
- Wagnild, G. y Young, H. (1993). Desarrollo y evaluación psicométrica de la Escala de Resiliencia. *Journal of Nursing Measurement*, 1(2), 165-178. https://sapibg.org/.../1054-wagnild\_1993\_resilience\_scale\_2.pdf
- Werner, E. E., y Smith, R.S. (2001). *Viajes desde la infancia hasta la mediana edad:* riesgo, resiliencia y recuperación. Cornell University Press.
- Wolin, S. J. y Wolin, S. (1993): El yo resiliente: cómo los sobrevivientes de familias con problemas superan la adversidad. Villard Books.
- Yeh, S., Huang, C., Chou, H. y Wan, T. (2009). Diferencias de género en el estrés y el afrontamiento entre pacientes ancianos en hemodiálisis. *Sex Roles*, 60, 44-56



# Anexo 1

## Matriz de consistencia

TITULO	PROBLEMA	OBJETIVOS	HIPOTESIS	VARIABLES	METODOLOGIA	MUESTRA	INSTRUMENTOS
		Determinar la relación entre Estrategias de Afrontamiento y Resiliencia en adolescentes de 4to y 5to de secundaria de Villa María del Triunfo	Estrategias de Afrontamiento y Resiliencia en Adolescentes de 4to y 5to de secundaria de instituciones públicas de Villa	Afrontamiento		Población: 823 adolescentes	
Afrontamiento y Resiliencia en adolescentes de 4to y 5to de	Afrontamiento y Resiliencia en Adolescentes de 4to y 5to de secundaria de Instituciones Públicas de	de secundaria de Villa María del Triunfo.  • Identificar el nivel de Resiliencia en adolescentes de 4to y 5to de secundaria de Villa María del Triunfo.  • Determinar las estrategias de Afrontamiento en adolescentes de 4to y 5to de secundaria de Villa María del Triunfo, según grado, sexo y grupos de edad.  • Determinar los tipos de Resiliencia en adolescentes de 4to y 5to de secundaria de Villa María del Triunfo, según grado, sexo y grupos de edad.  • Determinar la relación entre las Estrategias de Afrontamiento y los Tipos de Resiliencia en adolescentes	María del Triunfo.  Hipótesis Específicas  Existe un buen nivel de Estrategias de Afrontamiento en adolescentes de 4to y 5to de secundaria de Villa María del Triunfo.  Existe un buen nivel de Resiliencia en adolescentes de 4to y 5to de secundaria de Villa María del Triunfo.  Existen buen nivel de estrategias de Afrontamiento en adolescentes de 4to y 5to de secundaria de Villa María del Triunfo, según grado, sexo y grupos de edad.  Existe buen nivel de Resiliencia en adolescentes de 4to y 5to de secundaria de Villa María del Triunfo, según grado, sexo y grupos de edad.  Existe buen nivel de Resiliencia en adolescentes de 4to y 5to de secundaria de Villa María del Triunfo, según grado, sexo y grupos de edad.  Existe relación entre las Estrategias de Afrontamiento		Esta investigación es de enfoque cuantitativo, diseño no experimental y tipo correlacional	Muestra: 347 adolescentes de 4to y 5to de secundaria de Instituciones Publicas	Escala de Afrontamiento para adolescentes - ACS de Frydenberg y Lewis  Escala de Resiliencia para Adolescentes - ERA de Prado y Del Águila
		de 4to y 5to de secundaria de Villa María del Triunfo.	y los Tipos de Resiliencia en adolescentes de 4to y 5to de secundaria de Villa María del Triunfo.				

## Anexo 2A

## Escala de Afrontamiento para Adolescentes – SCA de Frydenberg y Lewis

Sexo:	Edad:	Grado y Sección:					
Colegio:	Turno						
En la presente escala verá afirmaciones que una persona siente cuando enfrenta diversas situaciones, problemas, dificultades							
por ello debe marcar lo que normalm	ente hace o siente.						

	Α	В	С	D	E
ITEMS	Nunca lo hago	Lo hago raras veces	Lo hago algunas veces	Lo hago a menudo	Lo hago con mucha frecuencia
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.					
3. Sigo con mis tareas como es debido.					
4. Me preocupo por mi futuro.					
5. Me reúno con mis amigos más cercanos.					
6. Trato de dar una buena impresión en las personas que me importan.					
7. Espero que me ocurra lo mejor.					
8. Como no puedo hacer nada para resolver el problema, no hago nada.					
9. Me pongo a llorar y/o gritar.					
10. Organizo una acción en relación con mi problema.					
<ul><li>11. Escribo una carta a una persona que siento que me puede ayudar con mi problema.</li><li>12. Ignoro el problema.</li></ul>					
13. Ante los problemas, tiendo a criticarme.					
14. Guardo mis sentimientos para mí solo(a).					
15. Dejo que Dios me ayude con mis problemas.					
16. Pienso en aquellos que tienen peores problemas, para que los míos no parezcan tan graves.					
17. Pido consejo a una persona que tenga más conocimiento que yo.					
18. Encuentro una forma de relajarme, como oír música, leer un libro, tocar un instrumento musical, ver la televisión, etc.					
19. Practico un deporte.					
20. Hablo con otros para apoyarnos mutuamente.					
21. Me dedico a resolver el problema utilizando todas mis capacidades.					
22. Sigo asistiendo a clases					
23. Me preocupo por buscar mi felicidad.					
24. Llamo a un(a) amigo(a) íntimo(a).					
25. Me preocupo por mis relaciones con los demás.					

T. T					
26. Espero que un milagro resuelva mis problemas.					
27. Frente a los problemas, simplemente me doy por vencido(a).					
28. Intento sentirme mejor bebiendo alcohol, fumando o tomando drogas.					
29. Organizo un grupo que se ocupe del problema.					
30. Decido ignorar conscientemente el problema.					
31. Me doy cuenta que yo mismo(a) me complico la vida frente a los problemas.					
32. Evito estar con la gente.					
33. Pido ayuda y consejo para que se resuelvan mis problemas.					
34. Me fijo en el aspecto positivo de las cosas y trato de pensar en					
las cosas buenas.					
	Α	В	С	D	E
ITEMS	Nunca lo hago	Lo hago raras veces	Lo hago algunas veces	Lo hago a menudo	Lo hago con mucha frecuencia
35. Busco ayuda o consejo de un profesional para resolver los problemas.					
36. Salgo y me divierto para olvidar mis dificultades.					
37. Realizo ejercicios para mantenerme en forma y con buena salud.					
38. Busco ánimo en otras personas.					
39. Considero otros puntos de vista y trato de tenerlos en cuenta.					
40. Trabajo intensamente (Trabajo duro).			l.	l.	
41. Me preocupo por lo que está pasando.					
42. Empiezo, o si ya existe, mejoro la relación con mi enamorado(a).					
43. Trato de adaptarme a mis amigos.					
44. Espero que el problema se resuelva por sí solo.					
45. Me pongo mal (Me enfermo).					
46. Culpo a los demás de mis problemas.					
47. Me reúno con otras personas para analizar el problema.					
48. Saco el problema de mi mente.					
49. Me siento culpable por los problemas que me ocurren.					
50. Evito que otros se enteren de lo que me preocupa.					
51 Leo la Biblia o un libro sagrado.					
52. Trato de tener una visión positiva de la vida.					
53. Pido ayuda a un profesional.					
54. Me doy tiempo para hacer las cosas que me gustan					
55. Hago ejercicios físicos para distraerme.					
56. Hablo con otras personas sobre mi problema para que me ayuden a salir de él.					
57. Pienso en lo que estoy haciendo y por qué lo hago.					
58. Busco tener éxito en las cosas que estoy haciendo.					
59. Me preocupo por las cosas que me puedan pasar.					
60. Trato de hacerme amigo(a) íntimo(a) de un chico o de una chica.					
61. Trato de mejorar mi relación personal con los demás.					
62. Sueño despierto que las cosas van a mejorar.					
63. Cuando tengo problemas, no sé cómo enfrentarlos.					

o duermo.  65. Me reúno con las personas que tienen el mismo problema que yo.  66. Cuando tengo problemas, me aíslo para poder evitarlos.  67. Me considero culpable de los problemas que me afectan.  68. Ante los problemas, evito que otros sepan cómo me siento.  69. Pido a Dios que cuide de mí.  70. Me siento contento(a) de cómo van las cosas.  71. Hablo acerca del problema con personas que tengan más experiencia que yo.  72. Consigo apoyo de otros, como de mis padres o amigos, para solucionar mis problemas.  73. Pienso en distintas formas de enfrentarme al problema.  74. Me dedico a mis tareas en vez de salir.  75. Me preocupo por el futuro del mundo.	
yo.  66. Cuando tengo problemas, me aíslo para poder evitarlos.  67. Me considero culpable de los problemas que me afectan.  68. Ante los problemas, evito que otros sepan cómo me siento.  69. Pido a Dios que cuide de mí.  70. Me siento contento(a) de cómo van las cosas.  71. Hablo acerca del problema con personas que tengan más experiencia que yo.  72. Consigo apoyo de otros, como de mis padres o amigos, para solucionar mis problemas.  73. Pienso en distintas formas de enfrentarme al problema.  74. Me dedico a mis tareas en vez de salir.	
66. Cuando tengo problemas, me aíslo para poder evitarlos. 67. Me considero culpable de los problemas que me afectan. 68. Ante los problemas, evito que otros sepan cómo me siento. 69. Pido a Dios que cuide de mí. 70. Me siento contento(a) de cómo van las cosas. 71. Hablo acerca del problema con personas que tengan más experiencia que yo. 72. Consigo apoyo de otros, como de mis padres o amigos, para solucionar mis problemas. 73. Pienso en distintas formas de enfrentarme al problema. 74. Me dedico a mis tareas en vez de salir.	
67. Me considero culpable de los problemas que me afectan.  68. Ante los problemas, evito que otros sepan cómo me siento.  69. Pido a Dios que cuide de mí.  70. Me siento contento(a) de cómo van las cosas.  71. Hablo acerca del problema con personas que tengan más experiencia que yo.  72. Consigo apoyo de otros, como de mis padres o amigos, para solucionar mis problemas.  73. Pienso en distintas formas de enfrentarme al problema.  74. Me dedico a mis tareas en vez de salir.	
68. Ante los problemas, evito que otros sepan cómo me siento.  69. Pido a Dios que cuide de mí.  70. Me siento contento(a) de cómo van las cosas.  71. Hablo acerca del problema con personas que tengan más experiencia que yo.  72. Consigo apoyo de otros, como de mis padres o amigos, para solucionar mis problemas.  73. Pienso en distintas formas de enfrentarme al problema.  74. Me dedico a mis tareas en vez de salir.	
69. Pido a Dios que cuide de mí.  70. Me siento contento(a) de cómo van las cosas.  71. Hablo acerca del problema con personas que tengan más experiencia que yo.  72. Consigo apoyo de otros, como de mis padres o amigos, para solucionar mis problemas.  73. Pienso en distintas formas de enfrentarme al problema.  74. Me dedico a mis tareas en vez de salir.	
70. Me siento contento(a) de cómo van las cosas.  71. Hablo acerca del problema con personas que tengan más experiencia que yo.  72. Consigo apoyo de otros, como de mis padres o amigos, para solucionar mis problemas.  73. Pienso en distintas formas de enfrentarme al problema.  74. Me dedico a mis tareas en vez de salir.	ļ
71. Hablo acerca del problema con personas que tengan más experiencia que yo.  72. Consigo apoyo de otros, como de mis padres o amigos, para solucionar mis problemas.  73. Pienso en distintas formas de enfrentarme al problema.  74. Me dedico a mis tareas en vez de salir.	
experiencia que yo.  72. Consigo apoyo de otros, como de mis padres o amigos, para solucionar mis problemas.  73. Pienso en distintas formas de enfrentarme al problema.  74. Me dedico a mis tareas en vez de salir.	
solucionar mis problemas.  73. Pienso en distintas formas de enfrentarme al problema.  74. Me dedico a mis tareas en vez de salir.	
74. Me dedico a mis tareas en vez de salir.	
75. Me preocupo por el futuro del mundo.	
76. Procuro pasar más tiempo con la persona con quien me gusta salir.	
77. Hago lo que quieren mis amigos.	
78. Me imagino que las cosas van a ir mejor.	
79. Sufro dolores de cabeza o de estómago.	
80. Encuentro una forma de aliviar la tensión; por ejemplo, llorar o gritar o beber o tomar drogas	

# Anexo 2B Escala de Resiliencia para Adolescentes (ERA)

Nombre y Apellido:		Edad:	Grado y Sección		
Turno:	Sexo:	Colegio:			

A continuación, verás las siguientes oraciones; debes marcar con un ASPA (X), en el casillero que más refleje tu situación.

N°	ITEMS	RARA VEZ	A VECES	A MENUDO	SIEMPRE
1	Me doy cuenta de lo que sucede a mi alrededor				
2	Cuando tengo problemas escucho música, bailo o juego				
3	cuando hay problemas en casa trato de no meterme				
4	Utilizo el arte para expresar mis temores				
5	Me gusta inventar cosas para solucionar problemas				
6	cuando sucede algo inesperado busco soluciones posibles				
7	Después de realizar una actividad artística me siento mejor que antes				
8	Me agradan inventar cosas que me hagan reír antes de deprimirme				
9	Tengo mis propias explicaciones de lo que sucede en casa.				
10	Consigo lo que me propongo				
11	Prefiero las cosas cómicas que lo serio				
12	Prefiero estar con personas alegres				
13	Cuando tengo muchos problemas me los tiro al hombro y sonrío				
14	Me gusta ser justo con los demás				
15	Busco conocer cómo actúan mis padres en determinadas situaciones				
16	Me gustaría ser buen ejemplo para los demás				
17	Creo que los principios son indispensables para mi vivir en paz				
18	Tengo bien claros mis ideas y creencias				
19	Comparto con otros lo que tengo				
20	Soy amigo de mis vecinos o compañeros				

21	Quiero encontrar un lugar que me ayude a superar mis problemas		
22	Deseo poder independizarme de mi casa lo más pronto posible		
23	Realizo actividades fuera de casa y del colegio		
24	Cuando una persona me ayuda siempre es como un miembro de mi familia		
25	Todos mis problemas tienen solución		
26	Participo en organizaciones que ayudan a los demás		
27	Me gusta saber y lo que no sé pregunto		
28	Aspiro ser alguien importante en la vida		
29	Cuando mis padres fastidian trato de permanecer calmado		
30	Cuando mis padres están molestos quiero conocer por qué		
31	Me gustaría ser artista para poder expresarme.		
32	Siento y pienso diferente que mis padres		
33	Me gusta hacer lo que quiero aunque mis padres se opongan		
34	Me rio de las cosas malas que me suceden		

Anexo 3A

Cartas de permiso para el uso de la Escala de Afrontamiento para

Adolescentes - SCA de Frydenberg y Lewis

Autónoma
Universidad Autónoma del Perú

FACULTAD DE CIENCIAS HUMANAS

ESCUELA DE PSICOLOGÍA

PERMISO PARA USO DE INSTRUMENTO PSICOMETRICO

Estimada, Beatriz Canessa

Me dirijo a usted con mucho respeto y me presento mi nombre es

Zhayda Fiorela De La Cruz Vargas,

Soy alumna de la Universidad Autónoma del Perú, actualmente estoy en

proceso de desarrollo de mi tesis para obtener el grado académico de

Licenciada, por lo expuesto estoy interesada en tomar su adaptación del

instrumento: Escala de Afrontamiento de Frydenberg y Lewis; para ello le

solicito concederme el permiso para poder hacer uso del mencionado

instrumento de medición.

Estaré a la espera de su pronta respuesta para poder dar inicio a la ejecución de

la investigación.

Atentamente

Zhayda Fiorela De La Cruz Vargas

DNI: 72970400

#### Anexo 3B

## Cartas de permiso para el uso de la Escala de Resiliencia para Adolescentes (ERA)



## FACULTAD DE CIENCIAS HUMANAS ESCUELA DE PSICOLOGÍA

#### PERMISO PARA USO DE INSTRUMENTO PSICOMETRICO

Estimada, Mónica Del Águila Chávez

Me dirijo a usted con mucho respeto y me presento mi nombre es

Zhayda Fiorela De La Cruz Vargas,

Soy alumna de la Universidad Autónoma del Perú, actualmente estoy en proceso de desarrollo de mi tesis para obtener el grado académico de Licenciada, por lo expuesto estoy interesada en tomar su instrumento: Escala de Resiliencia para Adolescentes - ERA; para ello le solicito concederme el permiso para poder hacer uso del mencionado instrumento de medición.

Estaré a la espera de su pronta respuesta para poder dar inicio a la ejecución de la investigación.

Atentamente

Zhayda Fiorela De La Cruz Vargas DNI: 72970400

#### Anexo 4A

# Validez de contenido de la Escala de Afrontamiento para Adolescentes – SCA de Frydenberg y Lewis a través del juicio de expertos



## CARTA DE PRESENTACIÓN

Estimado (a):	
Presente	

#### VALIDACIÓN DE INSTRUMENTOS A TRAVÉS DE JUICIO DE EXPERTO

Me es muy grato comunicarme con usted para expresarle mis saludos y así mismo, hacer de su conocimiento que, siendo estudiante de pregrado de la Escuela de Psicología de la Universidad Autónoma del Perú, requiero validar los instrumentos con los cuales recolectare la información necesaria para poder desarrollar mi investigación con la cual optare el Grado de Licenciada en Psicología.

EL título de mi investigación es: "Estrategias De Afrontamiento Y Resiliencia En Adolescentes De 4º Y 5º De Secundaria De Instituciones Públicas De Villa Maria Del Triunfo" siendo imprescindible hacer la validez de contenido a través de criterio de jueces de profesionales especializados para poder aplicar los instrumentos en mención, he considerado conveniente recurrir a usted, ante su connotada experiencia en temas educativos y clínicos.

El expediente de validación, que le hacemos llegar contiene:

- 1. Carta de presentación.
- Definición conceptual de la variable.
- 3. Operacionalización de la variable
- 4. Certificado de validez de contenido del instrumento

Expresándole mi sentimiento de respeto y consideración me despido de usted, no sin antes agradecerie por la atención.

Atentamente.

Zhayda De la Cruz Vargas.

D N I: 72970400



#### DEFINICIÓN CONCEPTUAL DE LA VARIABLE

#### Variable: Afrontamiento

Lazarus y Folkman (1986), definen el Afrontamiento al estrés como esfuerzos cognitivos y conductuales que varian para dar buen manejo a situaciones externas o internas.

#### Dimensiones:

- Resolver el problema: Está caracterizado por los esfuerzos que se dirigen a resolver el problema manteniendo una actitud optimista y
  socialmente conectada.
- Referencia a otros: Implica un Intento para enfrentar el problema acudiendo al apoyo y a los recursos de las demás personas.
- Afrontamiento No productivo: Asociado a una incapacidad para afrontar los problemas e incluye estrategias de evitación.

#### OPERACIONALIZACIÓN DE LA VARIABLE AFRONTAMIENTO

N°	Onesselenellenelle i Henre	Pertinencia <sup>1</sup>		Relevancia <sup>2</sup>		Claridad <sup>2</sup>		Sugerenclas
M.	Operacionalización / Items	SI	No	SI	No	SI	No	
	Dimension 1: Resolver el Problema		•		•	•	•	***
2	Me dedico a resolver lo que está provocando el problema.							
20	Hablo con otros para apoyarnos mutuamente.							
38	Busco ánimo en obas personas.							
71	Hablo acerca del problema con personas que tengan más experiencia que yo.							
3	Sigo con mis tareas como es debido							
21	Me dedico a resolver el problema utilizando todas mis capacidades.							
39	Considero atros puntas de viste y treto de tenerios en cuenta.		T					
57	Pienso en lo que estoy haciendo y por que lo hago.							
73	Pienso en distintas formas de enfrentarme al problema.		$\overline{}$					



5	Me reuno con mis amigos más cercanos.				
23	Me preocupo por buscar mi felicidad.				
	Me preocupo por lo que está pasando.				
	Me preocupo por las cosas que me puedan pasar.				
75	Me preocupo por el futuro del mundo.				
6	Trato de dar una buena impresión en las personas que me importan.				
	Llamo a un(a) amigo(a) intimo(a).				
	Empiezo, o si ya existe, mejoro la relación con mi enamorado(a).				
60	Trato de hacerme amigo(a) intimo(a) de un chico o de una chica.				
	Procuro pasar más tiempo con la persona con quien me gusta salir.				
13	Ante los problemas, tiendo a criticarme.				
31	Me doy cuenta que yo mismo(a) me complico la vida frente a los problemas.				
49	Me siento culpable por los problemas que me ocurren.				
67	Me considero culpable de los problemas que me afectan.				
17	Pido consejo a una persona que tenga más conocimiento que yo.				
35	35. Busco ayuda o consejo de un profesional para resolver los problemas.				
53	Pido ayuda a un profesional.				
18	Encuentro una forma de relajarme, como oir música, leer un libro, tocar un instrumento músical, ver la televisión, etc.				
36	Salgo y me divierto para olvidar mis dificultades.				
54	Me doy tiempo para hacer las cosas que me gustan				
15	Dejo que Dios me ayude con mis problemas.				
	Pido ayuda y consejo para que se resuelvan mis problemas.				
	Leo la Biblia o un libro sagrado.				
	Pido a Dios que cuide de mi.				
53	Pido ayuda a un profesional.				



19	Encuentro una forma de relajarme, como oir música, leer un libro,					
10	tocar un instrumento musical, ver la televisión, etc.					
36	Salgo y me divierto para olvidar mis dificultades.					
	Dimensión 2: Referencia a otros			_	_	_
-	Hablo con otros para saber lo que ellos harian si tuviesen el					
ı .	mismo problema.					
19	19. Practico un deporte.					
37	Realizo ejercicios para mantenerme en forma y con buena salud.					
55	Hago ejercicios físicos para distraerme.					
	Hablo acerca del problema con personas que tengan más					
/1	experiencia que yo.					
10	Organizo una acción en relación con mi problema.					
28	Intento sentime mejor bebiendo alcohol, fumando o tomando					
	drogas.					
46	Culpo a los demás de mis problemas.					
64	Ante los problemas, cambio mis cantidades de lo que como, bebo					
	o duermo.					
	Guardo mis sentimientos para mi solo(a).					
	Evito estar con la gente.					
50	Evito que otros se enteren de lo que me preocupa.					
68	Ante los problemas, evito que otros sepan cómo me siento.					
16	16. Pienso en aquellos que tienen peores problemas, para que los					
10	mios no parezcan tan graves.					
1	Me fijo en el aspecto positivo de las cosas y trato de pensar en las					
34	cosas buenas.					
-						
	Treto de tener una visión positiva de la vida.  Me siento contento(a) de cómo van las cosas.			_		
70				L		
$\vdash$	Dimension 3: Afrontamiento no productivo					
6	Treto de dar una buena impresión en las personas que me importan.					
24				_		
24	Llamo a un(a) amigo(a) intimo(a).					

-	A	
	Autonoma	
- Table 1	MULUIIUIIII	

42	Empiezo, o si ya existe, mejoro la relación con mi enamorado(a).				
60	Trato de hacerme amigo(a) intimo(a) de un chico o de una chica.				
76	Procuro pasar más tiempo con la persona con quien me gusta				
70	sair.				
4	Me preocupo por mi futuro.				
22	Sigo asistiendo a clases				
40	Trabajo intensamente (Trabajo duro).				
	Busco tener éxito en las cosas que estoy haciendo.				
74	Me dedico a mis tareas en vez de salir.				
7	Espero que me ocurre lo mejor.				
	Me preocupo por mis relaciones con los demás.				
43	Trato de adaptarme a mis amigos.				
61	Trato de mejorar mi relación personal con los demás.				
77	Hago lo que quieren mis amigos.				
8	Como no puedo hacer nada para resolver el problema, no hago				
۰	nada.				
	Espero que un milagro resuelva mis problemas.				
44	Espero que el problema se resuelva por si solo.				
62					
78	Me imagino que las cosas van a ir mejor.				
9	Me pongo a llorer y/o gritar.				
	Frente a los problemas, simplemente me doy por vencido(a).				
45	Me pongo mal (Me enfermo).				
	Cuando tengo problemas, no sé cómo enfrentarios.				
79	<ol> <li>Sufro dolores de cabeza o de estómago.</li> </ol>				
11	Escribo una carta a una persona que siento que me puede				
	ayudar con mi problema				
	Organizo un grupo que se ocupe del problema.				
	Me reuno con otras personas para analizar el problema.				
65	Me reuno con las personas que tienen el mismo problema que yo.				
12	Ignoro el problema.				
30	Decido ignorar conscientemente el problema.				



## CERTIFICADO DE VALIDEZ DE CONTENDO DEL INSTRUMENTO: ESTRATEGIAS DE AFRONTAMIENTO EN ADOLESCENTES DE FRYDENBERG

Observaciones (precisar si hay	y sufficiencia):				
Opinión de aplicabilidad:	Aplicable [	]	Aplicable después de corregir [	1	No aplicable [ ]
Apellidos y Nombres del juez v	valldador. Dr/ Mg:			D	NI:
Especialidad del validador.					
Pertinencia: El Item corresponde al			el constitucto		
*Claridad: Se entiende sin dificultad	alguna el enunciado del I	tem, es cono			
			Lima de Enero de	el 2020	
					Firma del experto informante

#### Anexo 4B

# Validez de contenido de la Escala de Resiliencia para Adolescentes (ERA) a través del juicio de expertos



## CARTA DE PRESENTACIÓN

Esumado (a)						
Presente						
VALIDAC	IÓN DE INS	TRUMENTOS A	TRAVÉS DE JU	ICIO I	DE EXPERTO	
mismo, hacer de Psicologia de la	e su conocim Universidad ectare la info	ilento que, sieno I Autónoma del ormación necesa	usted para exp do estudiante de p Perú, requiero va aria para poder d n Psicología.	oregra Ildar k	do de la Escuela os instrumentos	a de con
EL tr	tulo de mi	Investigación	es: "Estrategia	B De	Afrontamiento	Y

Resiliencia En Adolescentes De 4º Y 5º De Secundaria De instituciones Públicas De Villa Maria Del Triunfo" siendo imprescindible hacer la validez de contenido a través de criterio de jueces de profesionales especializados para poder aplicar los instrumentos en mención, he considerado conveniente recurrir a usted, ante su connotada experiencia en temas educativos y clínicos.

El expediente de validación, que le hacemos llegar contiene:

- 1. Carta de presentación.
- 2. Definición conceptual de la variable.
- 3. Operacionalización de la variable
- 4. Certificado de validez de contenido del instrumento

Expresandole mi sentimiento de respeto y consideración me despido de usted, no sin antes agradecerie por la atención.

Atentamente:

Zhayda De la Cruz Vargas.

D.N.I: 72970400



#### DEFINICIÓN CONCEPTUAL DE LA VARIABLE

#### Variable: Resilienda

Wolin y Wolin (1993) definen a la resiliencia como una serie de capacidades que ayudan a la persona ante diversas situaciones.

#### Dimensiones:

- Insight: Se caracteriza en la manera en que la persona pueda darse cuenta de sus acciones a través de la autocrítica.
- Independencia: Se basa en la capacidad de mantener limites entre uno mismo y el ambiente. Capacidad para mantener distancia emocional y fisica, sin liegar a aisiarse.
- Interacción: Habilidad para establecer vinculos satisfactorios con otras personas y asi balancear la propia necesidad de simpatía y
  actitud para brindarse a otros.
- Moralidad: Es el deseo de una vida persona satisfactoria, amplia y con riqueza interior, es la conciencia moral y capacidad de comprometerse con valores y de discriminar entre lo bueno y lo maio.
- Humor: Alude a la capacidad de encontrar lo cómico en la tragedia, se mezcia lo absurdo y lo preocupante de la situación para generar blenestar.
- Iniciativa: Capacidad de exigirse y ponerse a prueba en actividades más exigentes. Capacidad de hacerse cargo de los problemas y
  ejercer control sobre ellos.
- Creatividad: Capacidad de crear estrategias a partir del caos. En la creatividad trata de revertir la soledad, miedo, preocupación, rabia y
  desesperanza.

#### OPERACIONALIZACIÓN DE LA VARIABLE RESILIENCIA

N°	Operacionalización / Items	Pertinencia <sup>1</sup>		Relevancia <sup>2</sup>		Claridad <sup>2</sup>		Sugerencias
		SI	No	SI	No	SI	No	
	Dimension 1: Insight							
	Me doy cuenta de lo que sucede a mi alrededor							
	3. cuando hay problemas en casa trato de no meterme							
	<ol> <li>Tengo mis propias explicaciones de lo que sucede en casa.</li> </ol>							



onocer cómo actúan mis padres en determinadas		l					
nis padres están molestos quiero conocer por qué							
2: Independencia							
oder independizame de mi casa lo más pronto							
pienso diferente que mis padres							
: Interacción							
o de ma ventes o companieros							
ncontrar un lugar que me avude a superar mis							
una persona me ayuda siempre es como un							
mi familia							
en organizaciones que ayudan a los demás							
: Moralidad							
ser justo con los demás							
ria ser buen ejemplo para los demás							
en claros mis ideas y creencias							
i: Humor							
n inventar cosas que me hagan reir antes de							
as cosas cómicas que lo serio							
estar con personas alegres							
engo muchos problemas me los tiro al hombro y							
	oder independizame de mi casa lo más pronto mis padres fastidian trato de permanecer calmado pienso diferente que mis padres hacer lo que quiero aunque mis padres se opongan il interacción con otros lo que tengo pode mis vecinos o compañeros noontrar un lugar que me ayude a superar mis una persona me ayuda siempre es como un mi familia en organizaciones que ayudan a los demás l: Moralidad ser justo con los demás relos principios son indispensables para mi vivir en en claros mis ideas y creencias er alquien importante en la vida is: Humor in inventar cosas que me hagan reir antes de as cosas cómicas que lo seño estar con personas alegres	mis padres están molestos quiero conocer por que  2: Independencia coder independizarme de mi casa lo más pronto mis padres fastidian trato de permanecer calmado cienso diferente que mis padres hacer lo que quiero aunque mis padres se opongan 3: Interacción con otros lo que tengo co de mis vecinos o compañeros nocentrar un lugar que me ayude a superar mis una persona me ayuda siempre es como un mi familla les reganizaciones que ayudan a los demás l: Moralidad lese justo con los demás nia ser buen ejemplo para los demás relaciones mis ideas y creencias en claros mis ideas y creencias en alquien importante en la vida is: Humor en inventar cosas que me hagan reir antes de as cosas cómicas que lo serio estar con personas alegres	mis padres están molestos quiero conocer por que  2: Independencia coder independizarme de mi casa lo más pronto mis padres fastidian trato de permanecer calmado cienso diferente que mis padres hacer lo que quiero aunque mis padres se opongan 3: Interacción con otros lo que tengo co de mis vecinos o compañeros nocentrar un lugar que me ayuda a superar mis una persona me ayuda siempre es como un mi familia en organizaciones que ayudan a los demás 1: Moralidad user justo con los demás nia ser buen ejemplo para los demás relaciones mis ideas y creencias en claros mis ideas y creencias en alquien importante en la vida is: Humor en inventar cosas que me hagan reir antes de estar con personas alegres	mis padres están molestos quiero conocer por qué  2: Independencia coder independizarme de mi casa lo más pronto mis padres fastidian trato de permanecer calmado coienso diferente que mis padres i hacer lo que quiero aunque mis padres se opongan 3: Interacción i con otros lo que tengo co de mis vecinos o compañeros nocontrar un lugar que me ayude a superar mis una persona me ayuda siempre es como un mi familia in organizaciones que ayudan a los demás 1: Moralidad i ser justo con los demás nie ser buen ejemplo para los demás relacions mis ideas y creencias en claros mis ideas y creencias en claros mis ideas y creencias en claros mis ideas y creencias en alquien importante en la vida is: Humor en inventar cosas que me hagan reir antes de as cosas cómicas que lo serio estar con personas alegres	mis padres están molestos quiero conocer por que  2: Independencia poder independizame de mi casa lo más pronto mis padres fastidian trato de permanecer calmado pienso diferente que mis padres hacer lo que quiero aunque mis padres se opongan 3: Interacción con otros lo que tengo po de mis vecinos o compañeros noontrar un lugar que me ayude a superar mis una persona me ayuda siempre es como un mi familla les norganizaciones que ayudan a los demás l: Moralidad lese justo con los demás nia ser buen ejemplo para los demás en os principios son indispensables para mi vivir en en claros mis ideas y creencias en alquien importante en la vida 6: Humor en inventar cosas que me hagan reir antes de as cosas cómicas que lo seño estar con personas alegres	mis padres están molestos quiero conocer por que  2: Independencia poder independizame de mi casa lo más pronto mis padres fastidian trato de permanecer calmado pienso diferente que mis padres hacer lo que quiero aunque mis padres se opongan 3: Interacción con otros lo que tengo po de mis vecinos o compañeros noontrar un lugar que me ayude a superar mis una persona me ayuda siempre es como un mi familla les norganizaciones que ayudan a los demás 1: Moralidad les riusto con los demás nia ser buen ejemplo para los demás relos principios son indispensables para mi vivir en en claros mis ideas y creencias en alquien importante en la vida 5: Humor en ciaros mis ideas y creencias en alquien importante en la vida 6: Humor en inventar cosas que me hagan reir antes de as cosas cómicas que lo seño estar con personas alegres	mis padres están molestos quiero conocer por qué  2: Independencia poder independizarme de mi casa lo más pronto  mis padres fasibilian trato de permanecer calmado pienso diferente que mis padres hacer lo que quiero aunque mis padres se opongen  3: Intersocción 1: Intersocción 1: On otros lo que tengo 1: Independencia se opongen 1: Intersocción 1: Independencia se opongen 1: Intersocción 1: Inte



#### CERTIFICADO DE VALIDEZ DE CONTENDO DEL INSTRUMENTO: ESCALA DE RESILIENCIA PARA ADOLESCENTES - ERA

Observaciones (precisar si hay	suficiencia):			
Opinión de aplicabilidad:	Aplicable [ ]	Aplicable después de corregir [	1	No aplicable [ ]
Apellidos y Nombres del Juez v	alldador. Dr/ Mg:		DN	NI:
Especialidad del validador.				
Pertinencia: El Item corresponde al Relevancia: El Item es apropiado pa Claridad: Se entiende sin dificultad a Nota: Suficiencia, se dice suficiencia	ara representar a la variable obje alguna el enunciado del Item, es			
		Lima de Enero de	el 2020	
				Firma del experto informante

## Anexo 5

## Formato de consentimiento informado

## CONSENTIMIENTO INFORMADO

Esta ficha tiene como objetivo la participación de usted respondiendo las pruebas en las siguientes páginas, este proceso es parte de una Tesis, llevada a cargo por Zhayda Fiorela De La Cruz Vargas, alumna de la carrera de Psicología de la Universidad Autónoma del Perú.								
La información recolectada será estrictamente confidencial.								
Antes de proceder marque si para poder continuar o de lo contrario marque no.								
□ SI □ NO								
CONSENTIMIENTO INFORMADO								
Esta ficha tiene como objetivo la participación de usted respondiendo las pruebas en las siguientes páginas, este proceso es parte de una Tesis, llevada a cargo por Zhayda Fiorela De La Cruz Vargas, alumna de la carrera de Psicología de la Universidad Autónoma del Perú.								
La información recolectada será estrictamente confidencial.								
Antes de proceder marque si para poder continuar o de lo contrario marque no.								
SI NO								
CONSENTIMIENTO INFORMADO								
Esta ficha tiene como objetivo la participación de usted respondiendo las pruebas en las siguientes páginas, este proceso es parte de una Tesis, llevada a cargo por Zhayda Fiorela De La Cruz Vargas, alumna de la carrera de Psicología de la Universidad Autónoma del Perú.								
La información recolectada será estrictamente confidencial.								

Antes de proceder marque si para poder continuar o de lo contrario marque no.

NO

SI

## Anexo 6

## Índice de similitud

## Tesis Zhayda de la Cruz 2

INFORME DE ORIGINALIDAD	
26% 25% 3% 109 INDICE DE SIMILITUD FUENTES DE INTERNET PUBLICACIONES ESTUDIANT	
FUENTES PRIMARIAS	
repositorio.autonoma.edu.pe	10%
repositorio.ucv.edu.pe Fuente de Internet	3%
Submitted to Universidad Cesar Vallejo Trabajo del estudiante	1%
4 hdl.handle.net Fuente de Internet	1%
repositorio.uigv.edu.pe	1%
repositorio.upeu.edu.pe	1%
7 Submitted to Universidad Peruana Los Andes Trabajo del estudiante	1%
repositorio.unfv.edu.pe	<1%
repositorio.upla.edu.pe	<1%

#### Anexo 7A

#### Carta de autorización

Villa El Salvador, 14 de octubre del 2019

LIC. VICENTE PARI CORIPUNA
I.E. N° 7106 "VILLA LIMATAMBO" VILLA MARÍA DEL TRIUNFO
De nuestra mayor consideración
Presente —

Es grato dirigirme a Usted para expresarle nuestro cordial saludo a nombre de las autoridades de la Universidad Autónoma del Perú y el nuestro, así mismo, aprovechamos la oportunidad para solicitarle autorice el ingreso a nuestra estudiante de la Carrera de Psicología: DE LA CRUZ VARGAS ZHAYDA; quien, como parte de su trabajo de investigación titulado: "Estrategias de Afrontamiento y Resiliencia en Adolescentes de IE Públicas de Lima Sur", necesita aplicar pruebas psicológicas, para el recojo de datos del mencionado trabajo; la joven asistirá a su despacho para coordinar con Ud. los detalles pertinentes de lo que realizará.

Esperando contar con su valloso apoyo y agradeciendo su gentil deferencia, reitero mi cordial saludo,

Atentamente.

Autonoma C Nanueva Acosta Director Ciencias Humanas

IF DE JOS - STATE STATE OF THE STATE OF THE

975 15.10.19 4:10pm

#### Anexo 7B

## Carta de autorización

Villa El Salvador, 14 de octubre del 2019

LIC. ARTURO FLORES MOYA I.E. Nº 6081 "MANUEL SCORZA TORRES" VILLA MARÍA DEL TRIUNFO De nuestra mayor consideración Presente. -

Es grato dirigirme a Usted para expresarle nuestro cordial saludo a nombre de las autoridades de la Universidad Autónoma del Perú y el nuestro, así mismo, aprovechamos la oportunidad para solicitarle autorice el ingreso a nuestra estudiante de la Carrera de Psicología: DE LA CRUZ VARGAS ZHAYDA; quien, como parte de su trabajo de investigación titulado: "Estrategias de Afrontamiento y Resiliencia en Adolescentes de IE Públicas de Lima Sur", necesita aplicar pruebas psicológicas, para el recojo de datos del mencionado trabajo; la joven asistirá a su despacho para coordinar con Ud. los detalles pertinentes de lo que realizará.

Esperando contar con su valioso apoyo y agradeciendo su gentil deferencia, reitero mi cordial saludo.

Atentamente.

Autónoma Di. Victor ugo Viljanueva Acosta Direction de la Curera Director
Profesional et Pictuland/de Ciencias Humanas
Escuela de Poisson

MANGTERIO DE ELUC IE NORT MANUEL SCHRON

#### **Anexo 7C**

#### Carta de autorización

Villa El Salvador, 4 de noviembre del 2019

LIC. LOURDES LLATANCE ASPAJO
I.E., N° 7220 "EL PARAÍSO" VILLA MARÍA DEL TRIUNFO
De nuestra mayor consideración
Presente. –

Es grato dirigirme a Usted para expresarle nuestro cordial saludo a nombre de las autoridades de la Universidad Autónoma del Perú y el nuestro, así mismo, aprovechamos la oportunidad para solicitarle autorice el ingreso a nuestra estudiante del XI ciclo de la Carrera de Psicología,: DE LA CRUZ VARGAS ZHAYDA; quien, como parte de su trabajo de investigación titulado: "Estrategias de Afrontamiento y Resiliencia en Adolescentes del 4° y 5° de secundaria de Villa María del Triunfo", necesita aplicar pruebas psicológicas, para el recojo de datos del mencionado trabajo; la joven asistirá a su despacho para coordinar con Ud. los detalles pertinentes de lo que llevará a cabo

Esperando contar con su valioso apoyo y agradeciendo su gentil deferencia, reitero mi cordial saludo.

Atentamente.

Autónamen Acosta Director A selectional Homanas Ladre descripcia

#### Anexo 7D

## Carta de autorización

Villa El Salvador, 4 de noviembre del 2019

LIC. JOEL ESPINOZA VALDIVIA
I.E. Nº 7054 "ORDEN MILITAR DE MALTA" VILLA MARÍA DEL TRIUNFO

De nuestra mayor consideración Presente. –

Es grato dirigirme a Usted para expresarle nuestro cordial saludo a nombre de las autoridades de la Universidad Autónoma del Perú y el nuestro, así mismo, aprovechamos la oportunidad para solicitarle autorice el ingreso a nuestra estudiante del XI ciclo de la Carrera de Psicología,. DE LA CRUZ VARGAS ZHAYDA; quien, como parte de su trabajo de investigación titulado: "Estrategias de Afrontamiento y Resiliencia en Adolescentes del 4° y 5° de secundaria de VMT\*, necesita aplicar pruebas psicológicas, para el recojo de datos del mencionado trabajo; la joven asistirá a su despacho para coordinar con Ud. los detalles pertinentes de lo que llevará a cabo.

Esperando contar con su valioso apoyo y agradeciendo su gentil deferencia, reitero mi cordial saludo.

Atentamente.

utonoroa Hugo/Villanueva Acosta

Facultad de Ciencias Humanas

DIRECTOR

13/11/2019