



**Autónoma**  
Universidad Autónoma del Perú

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

**TESIS**

RASGOS DE PERSONALIDAD Y ESTRATEGIAS DE AFRONTAMIENTO DEL  
ESTRÉS EN INTERNOS DE PSICOLOGÍA DE UNA UNIVERSIDAD PRIVADA DE  
LIMA METROPOLITANA EN EL AÑO 2020

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

**AUTORA**

KIARA NOELIA SALAZAR GUILLEN  
ORCID: 0000-0001-9819-2626

**ASESORA**

MAG. KATIA MARILYN CHACALTANA HERNÁNDEZ  
ORCID: 0000-0003-0327-6152

**LÍNEA DE INVESTIGACIÓN**

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

**LIMA, PERÚ, MARZO DE 2022**

### **DEDICATORIA**

Dedico esta investigación a mi madre que, con su ejemplo me enseñó la fortaleza, la empatía y el amor. A mi padre, que me ha apoyado y enseñado a esforzarme en cada meta que me propongo. A mis hermanos, que con tan solo unas sonrisas me hacen muy feliz. A mi nonna, por enseñarme a ser una mujer trabajadora. A Dios, por guiarme en este gran camino.

## **AGRADECIMIENTOS**

A mi madre, que me ha apoyado en cada paso que he dado, reconfortándome con palabras alentadoras y mucho amor, gracias a ti seré una profesional de la cual estarás orgullosa. A mi familia, por siempre motivarme a ser mejor y confiar en mí. A la Universidad Autónoma, por hacerme parte de su institución y apoyarme en la consecución de esta tesis. A mis amistades íntimas, por su amena compañía en la vida universitaria. Al Dr. José Anicama por su noble gesto de brindarme el manual y la prueba psicométrica para la realización de esta investigación.

## ÍNDICE

<b>DEDICATORIA .....</b>	<b>2</b>
<b>AGRADECIMIENTOS.....</b>	<b>3</b>
<b>ÍNDICE .....</b>	<b>4</b>
<b>RESUMEN .....</b>	<b>7</b>
<b>ABSTRACT .....</b>	<b>8</b>
<b>RESUMO .....</b>	<b>9</b>
<b>INTRODUCCIÓN .....</b>	<b>10</b>
 <b>CAPÍTULO I: PROBLEMA DE INVESTIGACIÓN</b>	
1.1. Realidad problemática .....	13
1.2. Justificación e Importancia de la Investigación .....	18
1.3. Objetivos de la Investigación general y específicos .....	19
1.3.1. Objetivos generales .....	19
1.3.2. Objetivos específicos.....	20
1.4. Limitaciones de la Investigación.....	20
 <b>CAPÍTULO II: MARCO TEÓRICO</b>	
2.1. Antecedentes de estudios .....	22
2.1.1. Antecedentes internacionales.....	22
2.1.2. Antecedentes nacionales.....	25
2.2. Desarrollo de la temática correspondiente al tema investigado .....	28
2.2.1. Rasgos de personalidad .....	28
2.2.2. Estrategias de Afrontamiento del Estrés.....	39
2.2.3. Los internos de psicología .....	47
2.3. Definición conceptual de la terminología empleada .....	47
 <b>CAPÍTULO III: MARCO METODOLÓGICO</b>	
3.1. Tipo y diseño de investigación .....	53
3.1.1. Tipo de investigación .....	53

3.1.2. Diseño de investigación.....	53
3.2. Población y muestra.....	54
3.3. Hipótesis de la investigación.....	55
3.4. Variables – Operacionalización.....	56
3.5. Métodos y técnicas de investigación.....	59
3.6. Técnicas de procesamiento y análisis de datos.....	63

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

4.1. Resultados descriptivos de las dimensiones con la variable.....	65
4.2. Contrastación de hipótesis.....	68

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

5.1. Discusiones.....	78
5.2. Conclusiones.....	83
5.3. Recomendaciones.....	84

#### **REFERENCIAS**

#### **ANEXOS**

## ÍNDICE DE TABLAS

Tabla 1	Distribución de la población según sexo
Tabla 2	Distribución de la muestra según sexo
Tabla 3	Operacionalización de rasgos de personalidad
Tabla 4	Operacionalización de estrategias de afrontamiento del estrés
Tabla 5	Distribución de la muestra según edad
Tabla 6	Distribución de la muestra según ciclo universitario
Tabla 7	Distribución de la muestra según estado civil
Tabla 8	Distribución de la muestra según religiosidad
Tabla 9	Prueba de normalidad de la variable rasgos de personalidad
Tabla 10	Prueba de normalidad de la variable estrategias de afrontamiento del estrés
Tabla 11	Correlación entre rasgos de personalidad y estrategias de afrontamiento del estrés
Tabla 12	Niveles de apertura a la experiencia
Tabla 13	Niveles de extraversión
Tabla 14	Niveles de amabilidad
Tabla 15	Niveles de responsabilidad
Tabla 16	Niveles de inestabilidad emocional
Tabla 17	Niveles de estrategias de afrontamiento centradas en el problema
Tabla 18	Niveles de estrategias de afrontamiento centradas en la emoción
Tabla 19	Comparación de las dimensiones de rasgos según el sexo de los internos de psicología
Tabla 20	Comparación de las dimensiones de rasgos según la edad de los internos de psicología
Tabla 21	Comparación de las dimensiones de estrategias de afrontamiento según el sexo de los internos de psicología
Tabla 22	Comparación de las dimensiones de estrategias de afrontamiento según la edad de los internos de psicología

**RASGOS DE PERSONALIDAD Y ESTRATEGIAS DE AFRONTAMIENTO DEL  
ESTRÉS EN INTERNOS DE PSICOLOGÍA DE UNA UNIVERSIDAD PRIVADA DE  
LIMA METROPOLITANA EN EL AÑO 2020**

**KIARA NOELIA SALAZAR GUILLEN**

**UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DEL PERÚ**

**RESUMEN**

La presente investigación tuvo como objetivo determinar la relación entre los rasgos de personalidad y las estrategias de afrontamiento del estrés de los internos de Psicología en una universidad privada de Lima Metropolitana en el año 2020. La muestra estuvo conformada por 115 internos de Psicología (20 a 56 años). Los instrumentos de recolección de datos utilizados fueron el Cuestionario Breve de Personalidad de los Cinco Grandes Factores CBP- LRC y el Inventario de Afrontamiento COPE. Los resultados demostraron una relación significativa entre los rasgos de apertura a la experiencia, extraversión, amabilidad, responsabilidad y las estrategias de afrontamiento centradas en el problema. Mientras que, los rasgos amabilidad, responsabilidad e inestabilidad emocional poseen una relación significativa con las estrategias de afrontamiento centradas en la emoción. Respecto a los niveles de rasgos de personalidad se identificó un rasgo alto en inestabilidad emocional, rasgo promedio en apertura a la experiencia, extraversión, responsabilidad y rasgo bajo en amabilidad. Por otra parte, evidenció un nivel medio en las estrategias de afrontamiento centradas en el problema y centradas en la emoción.

**Palabras clave:** rasgos de personalidad, estrategias de afrontamiento, internos de psicología.

**PERSONALITY TRAITS AND STRESS COPING STRATEGIES IN PSYCHOLOGY  
INTERNS OF A PRIVATE UNIVERSITY IN METROPOLITAN LIMA IN 2020**

**KIARA NOELIA SALAZAR GUILLEN**

**UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DEL PERÚ**

**ABSTRACT**

The objective of this research was to determine the relationship between personality traits and stress coping strategies of Psychology interns at a private university in Metropolitan Lima in the year 2020. The sample consisted of 115 Psychology interns (20 to 56 years). The data collection instruments used were the Brief Personality Questionnaire of the Five Big Factors CBP-LRC and the COPE Coping Inventory. The results demonstrate a significant relationship between the traits of openness to experience, extraversion, agreeableness, conscientiousness, and problem-focused coping strategies. While the traits agreeableness, conscientiousness and emotional instability have a significant relationship with emotion-focused coping strategies. Regarding the levels of personality traits, a high trait was identified in emotional instability, an average trait in openness to experience, extraversion, conscientiousness, and a low trait in agreeableness. On the other hand, it shows a medium level in problem-focused and emotion-focused coping strategies.

**Keywords:** personality traits, stress coping strategies, psychology interns.



**TRAÇOS DE PERSONALIDADE E ESTRATÉGIAS DE RESPOSTA AO STRESS  
EM ESTAGIÁRIOS DE PSICOLOGIA DE UMA UNIVERSIDADE PRIVADA EM  
LIMA METROPOLITANA NO ANO 2020**

**KIARA NOELIA SALAZAR GUILLEN**

**UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DEL PERÚ**

**RESUMO**

O objetivo desta pesquisa foi determinar a relação entre traços de personalidade e estratégias de enfrentamento do estresse de estagiários de Psicologia em uma universidade privada na região metropolitana de Lima no ano de 2020. A amostra foi composta por 115 estagiários de Psicologia (20 a 56 anos). Os instrumentos de coleta de dados utilizados foram o Questionário Breve de Personalidade dos Cinco Grandes Fatores CBP-LRC e o Inventário de Enfrentamento COPE. Os resultados demonstram uma relação significativa entre os traços de abertura à experiência, extroversão, amabilidade, consciência e estratégias de enfrentamento focadas no problema. Enquanto os traços amabilidade, conscienciosidade e instabilidade emocional têm uma relação significativa com as estratégias de enfrentamento focadas na emoção. Em relação aos níveis dos traços de personalidade, foi identificado um traço alto na instabilidade emocional, um traço médio na abertura à experiência, extroversão, consciência e um traço baixo na amabilidade. Por outro lado, apresenta um nível médio em estratégias de coping focadas no problema e focadas na emoção.

**Palavras-chave:** traços de personalidade, estratégias de coping, estagiários de psicologia.

## INTRODUCCIÓN

En la actualidad, el Perú afronta una pandemia originada en Wuhan, China desde finales del año 2019 ocasionada por el virus es conocido científicamente como SARS-CoV-2 (Covid-19) que se contagia entre las personas mediante partículas que se mantienen en nuestro entorno al estornudar, toser y tener contacto corporal con un individuo infectado (Cable News Network [CNN], 2020). Por lo cual el Gobierno del Perú, proclamó un estado de emergencia y aislamiento social obligatorio (Radio Programas del Perú [RPP], 2020).

La pandemia mundial del Covid-19 trajo consigo un gran reto para el sistema de salud peruano. Lamentablemente el Gobierno del Perú presenta un déficit significativo en el nivel sanitario, causando un colapso del sistema de salud. Las consecuencias de este colapso son la principal dificultad a la que se enfrentan día a día los especialistas de la salud y los internos en la labor hospitalaria.

El interno de Psicología se enfrenta a un cambio de contexto, de las aulas al mundo laboral, que puede provocar síntomas de estrés al tener que poner en práctica conocimientos, destrezas y habilidades adquiridas en sus años de estudio, y tratar de mantener relaciones interpersonales demostrando actitudes y valores éticos en un entorno desconocido. Además, la nueva carga de responsabilidad que posee un trabajador de la salud puede abrumarlo y poner en duda sus capacidades.

El interés de este trabajo viene debido a que la situación actual de crisis causa sentimientos de miedo, incertidumbre, ansiedad y estrés; por lo cual, los internos se encuentran vulnerables a las consecuencias psicológicas que producirá la pandemia. Estudios empíricos afirman que los rasgos de personalidad, entendidos como la estructura que dirige la conducta adaptativa, son predictores de la forma en la cual el individuo reacciona frente a las situaciones que le resultan amenazantes. En lo

mencionado anteriormente radica la importancia de analizar como aquellos rasgos de personalidad influyen en las estrategias de afrontamiento del estrés de los internos.

El presente trabajo se efectuará con el permiso y colaboración de los internos de Psicología de una universidad privada; con el objetivo de identificar la influencia de los rasgos de personalidad en las estrategias de afrontamiento del estrés.

La metodología empleada para el estudio de los rasgos de personalidad y estrategias de afrontamiento del estrés en los internos será de investigación aplicada, en un enfoque cuantitativo de tipo correlacional, utilizando un diseño no experimental, poniendo una gran importancia en la cuantificación, procesamiento y análisis de datos con el objetivo de contrastar las hipótesis planteadas.

El capítulo I corresponderá al problema de investigación la realidad problemática, se definirá el problema y objetivos de investigación, además de la justificación y limitaciones.

El capítulo II está referido al marco teórico de la investigación, donde se mencionará los antecedentes de investigación nacionales e internacionales. Asimismo, se estructurarán las bases teóricas y la definición de los términos empleados.

El capítulo III corresponderá al marco metodológico, mostrando los detalles acerca del enfoque, tipo, nivel y diseño de investigación. Asimismo, se explica cómo está conformada la muestra y las hipótesis de investigación. Por otra parte, se explica detalladamente las técnicas e instrumentos de recojo de datos.

En el capítulo IV, se presentarán y analizarán los resultados del estudio, presentando los resultados de forma descriptiva y las hipótesis contrastadas.

Por último, como parte del capítulo V se presentarán la discusión de los resultados, además de las conclusiones y recomendaciones respectivas.

**CAPÍTULO I**  
**PROBLEMA DE INVESTIGACIÓN**

### **1.1. Realidad problemática**

En la actualidad existe una crisis mundial a nivel sanitario ocasionado por la pandemia global del virus SARS-CoV-2 (Covid-19) que se originó en Wuhan, China a finales de 2019 (Cable News Network [CNN], 2020). Siendo esta una situación de emergencia nacional que afecta directamente a la salud de los peruanos, los distintos centros hospitalarios se mostraron perjudicados por la gran demanda de atención hospitalaria bajo un sistema de salud pública debilitado.

La Organización de las Naciones Unidas (ONU, 2020) reconoce que, aunque la crisis del COVID-19 es principalmente sobre la salud física, muestra importantes consecuencias en la salud mental y el bienestar de las sociedades a nivel mundial; viéndose un crecimiento en los niveles de estrés, depresión y ansiedad en diversos países. Asimismo, destacan la angustia psicológica frente a la incertidumbre del contagio, la pérdida de familiares, el miedo a la muerte y el aislamiento social. Por otra parte, señala que existe la posibilidad las personas con un trastorno mental puedan experimentar un empeoramiento y un deterioro de sus funciones.

Cénat (2020), profesora de la Universidad de Ottawa y su equipo de especialistas efectuó un estudio internacional que incluyó a nuestro país, el cual demostró que el 24% de la muestra presentó insomnio, el 22% trastorno por estrés postraumático, un 16% evidenció depresión y el 15% mostró ansiedad. Del mismo modo, se afirma que la depresión, ansiedad y el trastorno por estrés postraumático fueron, correspondientemente, tres, cuatro y cinco veces más usuales respecto a lo reportado por la OMS. Recalcando la relevancia de ofrecer un servicio psicológico óptimo y brindar asesoramiento al personal de salud a nivel internacional.

Asimismo, la Organización de las Naciones Unidas para la Educación, la Ciencia y la Cultura (ONU, 2020) afirma que 23.4 millones de estudiantes

universitarios se han notado afectados por la pandemia, siendo posible que su salud mental y física esté perjudicada por los niveles de estrés, aislamiento social y violencia; resaltando como factores fundamentales del estrés a la preocupación sobre la salud, el cierre de diversas universidades, la falta de rutina y la desconexión social.

La Organización Mundial de la Salud (OMS, 2020) realizó un estudio en 130 países con la finalidad de estimar los cambios padecidos por los servicios de salud mental, neurología y del tratamiento de toxicomanías a causa de la pandemia global. Los resultados señalan que en el 93% de los países del mundo existe una perturbación o paralización de los servicios en salud mental, mostrando que más del 60% de los países indicó perturbaciones de estos servicios designados a la población vulnerable, especificando un 72% para los niños y adolescentes, 70% en personas en la adultez mayor y 61% en mujeres que reciben atención prenatal y postnatal. Por otra parte, el 67% señala alteraciones en psicoterapia y orientación psicológica. La atención psicológica es de vital importancia en esta pandemia global y es afectada por la disminución de los servicios psicológicos y la situación de crisis actual.

En el Perú, el Instituto Nacional de Salud Mental (INSM) del Ministerio de Salud (MINSA, 2021), llevó a cabo un estudio epidemiológico que tuvo la finalidad de identificar el efecto de la pandemia en la salud mental de la población adulta de Lima Metropolitana. Los resultados develaron que un 57.2% de los adultos presentan estrés en un nivel de moderado a severo, ocasionado primordialmente por dificultades de salud, familiares y/o económicas por causa de la pandemia.

Asimismo, el MINSA (2020) reportó haber recibido el mes de mayo del 2020, más de 24 mil atenciones a través de la línea telefónica con el objetivo de brindar ayuda psicosocial, siendo el mayor motivo de consulta el estrés en un 82%. Del mismo modo, el Ministerio de Educación del Perú (MINEDU, 2019) menciona respecto a la

población universitaria peruana, que un 85% manifiesta cierto problema de salud mental, especificando que el 82% experimenta una ansiedad elevada, el 79% sufre de estrés y el 52% padece de violencia.

En este sentido, podemos observar diversos grupos de población que sufren de niveles elevados de angustia psicológica ante la COVID-19. Los trabajadores de la salud que consisten en la primera línea de respuesta se encuentran propensos a distintos agentes estresores; por lo cual es indispensable proteger la salud mental del personal sanitario. Frente a esta situación, el personal de salud no solo se encuentra bajo un arduo trabajo, sino que experimenta la incertidumbre de ser contagiado por este virus o contagiar a sus seres queridos y compañeros de trabajo. Asimismo, afrontan la muerte de sus familiares, compañeros, y pacientes. Los trabajadores de la salud enfrentan un gran nivel de estrés, miedo, frustración, insomnio, agotamiento, irritabilidad, entre otros; dichos síntomas afectan directamente la salud mental.

En España, García y Gil (2016) señalan que los profesionales de la salud se encontraron gravemente perjudicados debido al constante contacto con el público y la inmensa vocación de servicio que presentan. La relación que existe entre el profesional y el paciente requiere de una variedad de habilidades, actitudes y competencias que debe aplicar el trabajador de la salud; así como establecer un distanciamiento dentro de la praxis terapéutica sin poner en peligro los niveles de empatía y compromiso. Asimismo, se evidencia que en dicho sector laboral el estrés a menudo comienza en el transcurso de la etapa de formación. En realidad, el periodo de cambio entre las aulas universitarias y el ambiente laboral puede considerarse un motivo crucial de presión para el futuro personal sanitario.

El internado es una actividad curricular que constituye una vivencia integral posibilita a los estudiantes universitarios poner en práctica las habilidades, destrezas

y conocimientos obtenidos mediante sus años de estudios, además podrán mostrar los valores éticos y las actitudes requeridas en su carrera; manteniendo así relaciones interpersonales adecuadas. En este sentido, muchos internos sienten que estas nuevas actividades simbolizan una transformación de su vida laboral y personal desencadenando síntomas de estrés (Kaccallaca, 2016).

En el Perú, Astos (2019) afirma que, durante el internado el estudiante afronta situaciones de gran intensidad emocional, debido a la gran responsabilidad de estar en contacto con el paciente, generando que el interno se recargue de actividades y pueda dudar de sus conocimientos y la eficacia de sus intervenciones. En consecuencia, se presentan manifestaciones psicósomáticas y cambios de conducta.

Lazarus y Folkman (1986) plantean acerca del estrés que el individuo lleva a cabo una valoración en relación a sus recursos en particular, al igual de las exigencias que proporciona el ambiente conflictivo; pudiendo ser una valoración distorsionada u objetiva. De esta forma, el determinado afrontamiento que el individuo utilice es esencial para la disminución del estrés y dependerá de la conexión entre el ser humano y el espacio en donde se desarrolla.

Por otra parte, la evidencia empírica afirma que es posible considerar a la personalidad como un predictor de su respuesta frente las demandas y situaciones de su entorno (Zurroza et al., 2009). De este modo, los rasgos de personalidad son definidos como un grupo de factores internos y subyacentes a la experiencia y comportamiento de las personas, que establecen fundamentalmente las conductas frente a circunstancias semejantes (Cattell, 1993).

Zurroza et al. (2009) demuestran que el perfil de personalidad observado en los médicos residentes señala que existe una diferencia entre los residentes con estrés alto y estrés bajo. Estos datos develan que los examinados con los rasgos



personalidad propensos a la tensión, frustración y preocupación no sólo se sienten tensos, sino que padecen otros síntomas relacionados con la ansiedad, además de una autoestima baja, inestabilidad emocional, inseguridad y timidez; por lo tanto, son una población vulnerable a sufrir altos niveles de estrés. Asimismo, los residentes con un nivel bajo de estrés evidencian rasgos de personalidad con tendencia a la estabilidad emocional que los describe como personas que participan de manera activa en la solución de problemas y previenen situaciones futuras.

Carver et al. (1989) encontraron que algunos rasgos de personalidad disfuncionales están relacionados con estrategias de afrontamiento del estrés pasivas y desadaptativas; por otro lado, los rasgos de personalidad considerados funcionales demuestran relación con estrategias de afrontamiento proactivas y adaptativas. Dichos autores afirman que ante ciertas circunstancias la selección de estrategias de afrontamiento se demuestra por preferencias razonablemente estables, estas probablemente provienen de los rasgos de personalidad, así como de las estrategias óptimas y eficaces.

De esta manera se considera relevante investigar la relación entre los rasgos de personalidad y estrategias de afrontamiento del estrés en internos de Psicología expuestos a la pandemia, para develar y analizar los rasgos de personalidad y estrategias de afrontamiento del estrés, tomando en cuenta que el afrontamiento está conformado por los recursos psicológicos que la persona emplea al enfrentarse a una situación estresante; en el cual, los rasgos de personalidad, desempeñan un efecto mediador. Estos son punto fundamental de su accionar dentro de su praxis presente y como futuros profesionales, para poder enfrentar las situaciones difíciles que puedan surgir durante su profesión y poder sobrellevar de mejor forma la crisis actual.

Es así como por todo lo planteado, se formula la siguiente pregunta de investigación:

¿Qué relación existe entre los rasgos de personalidad y las estrategias de afrontamiento del estrés de los internos de Psicología de una universidad privada de Lima Metropolitana en el año 2020?

## **1.2. Justificación e Importancia de la Investigación**

En el contexto de una pandemia global, el personal sanitario afronta una gran cantidad de situaciones problemáticas que han afectado su salud mental y física. En este sentido los internos de psicología, recientemente incorporados y afrontando una situación atípica, pueden generarse múltiples formas de afrontar el estrés, ya sea de forma positiva o negativa, lo cual puede beneficiar o perjudicar su praxis. La investigación planteada posee la importancia necesaria debido a que generará un aporte científico sobre el tema y contribuirá como soporte teórico, práctico, metodológico y social en el estudio de dichas variables.

Este estudio es relevante a nivel teórico porque contribuirá a ampliar el conocimiento científico acerca de las variables tratadas y su relación. Permitirá develar y relacionar a profundidad las variables: rasgos de personalidad y estrategias de afrontamiento del estrés; en sus dimensiones respectivamente. Los resultados encontrados serán contrastados con investigaciones similares a nivel nacional, tanto como internacional. Por otra parte, la presente investigación será de provecho teórico debido que este nuevo conocimiento generado será puesto a la disposición de la universidad con la finalidad de que identifiquen este fenómeno.

A nivel metodológico, es importante mencionar que esta investigación tiene un diseño correlacional, pues consiste en encontrar la relación que poseen las variables de estudio en una muestra determinada. La investigación planteada tendrá como

finalidad servir de respaldo para próximas investigaciones de tipo correlacional; asimismo los instrumentos empleados serán utilizados en estudios con variables semejantes.

A nivel práctico, esta investigación se enfoca en el contexto universitario y laboral, principalmente en los internos de Psicología, porque permite reconocer la forma en la cual afrontan el estrés según sus rasgos de personalidad. De esta forma, se identificarán nuevas estrategias de intervención y asesoría con el objetivo de optimizar la práctica de los futuros psicólogos. Estas mejoras podrán ser aplicadas en la universidad tanto como en los centros de prácticas psicológicas.

A nivel social, es evidente los grupos más expuestos a la covid-19 como el personal sanitario se han visto afectados en su salud mental. Ante la situación crítica respecto a la salud mental, los psicólogos e internos de psicología deben reafirmar su compromiso con su vocación y sus pacientes, a pesar de encontrarse también en situaciones estresantes. Es necesario identificar los rasgos de personalidad que poseen y cómo afrontan el estrés, al generar este conocimiento se podrá comprender su funcionamiento frente a esta problemática sanitaria y formular un plan estratégico eficaz a corto y mediano plazo. De este modo, se mejorará la calidad de atención en salud mental, al tener internos dispuestos a responder de manera productiva frente a las adversidades y beneficiará a la sociedad al obtener mejores profesionales.

### **1.3. Objetivos de la Investigación general y específicos**

#### **1.3.1. *Objetivos generales***

Determinar la relación entre los rasgos de personalidad y las estrategias de afrontamiento del estrés de los internos de Psicología de una universidad privada de Lima Metropolitana en el año 2020.

### **1.3.2. Objetivos específicos**

- Establecer los rasgos de personalidad en internos de Psicología de una universidad privada de Lima Metropolitana en el año 2020.
- Establecer las estrategias de afrontamiento del estrés en internos de Psicología de una universidad privada de Lima Metropolitana en el año 2020.
- Identificar las diferencias estadísticamente significativas de los rasgos de personalidad según sexo y edad en internos de Psicología de una universidad privada de Lima Metropolitana en el año 2020.
- Identificar las diferencias estadísticamente significativas de las estrategias de afrontamiento del estrés según sexo y edad en internos de Psicología de una universidad privada de Lima Metropolitana en el año 2020.

### **1.4. Limitaciones de la Investigación**

En esta investigación, la principal limitación de esta investigación fue adaptarse a una nueva casa de estudios, realizando una reestructuración con el objetivo de alcanzar los parámetros de la Universidad Autónoma del Perú.

Asimismo, se presentó la limitación de la falta de estudios que vinculen las dos variables de estudio en los últimos años, siendo escasos los antecedentes que tengan como objetivo correlacionar los rasgos de personalidad y estrategias de afrontamiento del estrés.

**CAPÍTULO II**  
**MARCO TEÓRICO**

## **2.1. Antecedentes de estudios**

### **2.1.1. Antecedentes internacionales**

En Ecuador, Viteri (2021) realizó una investigación con el objetivo de determinar el uso de estrategias de afrontamiento ante el distrés por confinamiento en 78 estudiantes de psicología una universidad privada de Quito. Los instrumentos psicométricos empleados fueron la Escala de Distrés (ED), el Brief COPE (COPE-28) y una encuesta sociodemográfica. Los resultados demostraron que el distrés por confinamiento en nivel alto está relacionado con un afrontamiento activo, el culparse a sí mismo, el manejo del apoyo instrumental, la falta de conexión, así como el desahogo y el soporte emocional. Mientras que, el distrés en nivel medio mantiene relación con culparse a sí mismo y la búsqueda soporte emocional. Por otra parte, el distrés en nivel bajo mantiene relación con el afrontamiento activo. Asimismo, se establece una correlación relevante entre el distrés en nivel alto y utilizar estrategias de afrontamiento disfuncionales, centrados en el problema y centrados en la emoción.

En Colombia, Clavijo y Delgado (2020) realizaron una investigación con el objetivo de identificar las estrategias de afrontamiento, las competencias profesionales y personales de 108 practicantes de un programa de psicología de una universidad privada de Bucaramanga durante los periodos del 2019 y 2020. Se utilizó la técnica de la encuesta mediante dos pruebas psicométricas: Escala de Estrategias de Coping Modificada (EEC-M) y Escala de Autopercepción de competencias profesionales (forma A); además de entrevistas semiestructuradas para describir las competencias personales. Los resultados demostraron que los practicantes de psicología mantienen estrategias de afrontamiento centradas en la solución del problema, la búsqueda de apoyo social y la reevaluación positiva. Asimismo, se perciben así mismos como calificados para la atención en psicología clínica y de la

salud, tanto como en el área educativa y el área organizacional. En este aspecto, los practicantes generaron y reafirmaron habilidades como la comunicación asertiva, la conciencia de las emociones y la empatía, en el transcurso de su enseñanza académica y sus prácticas profesionales.

En Colombia, Meneses y Medina (2019) llevaron a cabo una investigación que tuvo el objetivo de determinar la correlación entre el bienestar subjetivo y las estrategias de afrontamiento en 313 estudiantes de la Universidad Santo Tomás pertenecientes a las carreras de Psicología, Negocios Internacionales, Derecho, Ingeniería Civil y Contaduría Pública. Los instrumentos utilizados fueron la escala de afecto positivo y afecto negativo (PANAS), la escala de satisfacción con la vida (SWLS) y el inventario de respuestas de afrontamiento para adultos (CRI-A). Los resultados evidenciaron un nivel de bienestar subjetivo alto, tanto como de satisfacción y afecto. Por otra parte, las estrategias de afrontamiento mayormente empleadas estuvieron conformadas por la solución de problemas y la búsqueda de recompensas. En relación al género, las mujeres usaron estrategias de afrontamiento más centradas en la emoción y reportan un nivel mayor de satisfacción en la vida. En cambio, en los hombres predominaron las estrategias centradas en la resolución del problema y muestran un bienestar subjetivo mayor. Referente a la edad, el grupo de 24 a 30 años evidenció un mayor bienestar subjetivo, los estudiantes de 18 a 23 años obtuvieron una mayor satisfacción de vida; en los dos grupos de edad predominó la utilización de estrategias orientadas en la emoción, no obstante, los estudiantes de 24 a 30 años usaron en su mayoría la estrategia búsqueda de recompensas: por consiguiente, esta estrategia influye directamente en el bienestar subjetivo.

En Ecuador, Ortega (2019) efectuó una investigación que tuvo el objetivo de identificar los rasgos de personalidad en las habilidades de afrontamiento del estrés

en 94 aspirantes de policías del Centro de Formación Policial Cabo Segundo Víctor Hugo Ushca Pachacama. Respecto a la recolección de datos, se aplicaron dos pruebas psicométricas: el test NEO-FFI y el Inventario de Afrontamiento. Los resultados señalan que no existe relación entre los rasgos de personalidad y las habilidades de afrontamiento del estrés, indicando que el 86.2% presenta un afrontamiento defensivo, además del afrontamiento centrado en sus emociones, la búsqueda de apoyo social y el uso del humor. Por otro lado, el 23.4% de los aspirantes demuestra tener el rasgo de personalidad de neuroticismo, característico de personas con un nivel moderado de ansiedad, una notable preocupación y excesivamente emocionales.

Asimismo, en Ecuador, Medina (2017) realizó una investigación con el objetivo de determinar de la relación entre los rasgos de personalidad y las relaciones interpersonales de 130 estudiantes universitarios de Psicología de la Universidad Técnica de Ambato. Se aplicó el Inventario Multiaxial Clínico Millon II y el Test de relaciones interpersonales. En el análisis de los resultados se evidenció que un 12.68% de los estudiantes presenta rasgos de personalidad histriónica, un 11.94% rasgos compulsivos, un 11.19% rasgos pasivo-agresivos, un 11.19% rasgos agresivo-sádicos, un 11.19% rasgos narcisistas, un 9.7% rasgos dependientes, un 8.2% rasgos evitativos, un 5.22% rasgos esquizoides y un 4.47% rasgos antisociales. Además, el 55.98% presenta complicaciones para mantener el autocontrol, mientras que el 31.34% muestra falta de tolerancia y el 12.68% evidencia dificultades trabajando en equipo. Por lo cual, se concluyó que los rasgos de personalidad tienen una influencia significativa en las relaciones interpersonales.



### **2.1.2. Antecedentes nacionales**

En Ica, Condori y Feliciano (2020) desarrollaron una investigación con el objetivo de determinar la relación entre las estrategias de afrontamiento del estrés y la ansiedad estado en 70 trabajadores de un centro de salud en cuarentena por Covid-19. Las pruebas utilizadas fueron el inventario de afrontamiento al estrés Brief (COPE-28) y el inventario de ansiedad-rasgo (IDARE). Los resultados demuestran la estrategia preferida es la centrada en el problema, mientras que la estrategia centrada en la evitación del problema fue la menos utilizada. Además, se evidencia que el 82.9% de los trabajadores padecen de cierto nivel de ansiedad estado. Respecto al sexo, la mayoría de las mujeres presentó ansiedad estado y solo un 17.1% no mostró ansiedad estado.

En Arequipa, Paredes y Hacha (2020) realizaron una investigación que tuvo como objetivo determinar la relación entre estrategias de afrontamiento al estrés y bienestar psicológico en 70 estudiantes del primer año de psicología de una universidad estatal. Las pruebas aplicadas fueron el Cuestionario de estrategias al estrés COPE (adaptado por Casuso, 1996) y la escala de Bienestar Psicológico Ryff (adaptado por Díaz et al., 2006). Los resultados develaron una correlación estadísticamente significativa entre las estrategias de afrontamiento centradas en el problema, emoción y otras estrategias; y las dimensiones del bienestar psicológico. Las estrategias de afrontamiento mayormente usadas son el afrontamiento activo, la planificación, la búsqueda de apoyo emocional, la reinterpretación positiva, la aceptación y el recurrir a la religión. En cambio, las estrategias menos empleadas fueron la negación, la distracción y las conductas inadecuadas. De acuerdo a los niveles de bienestar psicológico, se obtuvo que los estudiantes evidencian un nivel bajo.

Cubas y Pozo (2019), realizaron un estudio que tuvo el objetivo de determinar la relación entre bienestar psicológico y afrontamiento al estrés en internos de ciencias de la salud en un hospital MINSA de Nivel II. Los instrumentos utilizados fueron la Escala de Bienestar Psicológico de Ryff (EBP) y el Inventario de Estrategias de afrontamiento (IEA). Los resultados arrojaron que el 81.52% de internos que mostraron un alto bienestar psicológico y el 58.33% que presentaron un moderado nivel de bienestar manifestaron un afrontamiento del estrés óptimo. Del mismo modo, el 79.35% de los internos con un alto bienestar psicológico mantienen estrategias centradas en la emoción y el 75% mantienen estrategias centradas en el problema. Con respecto al sexo, las medidas fueron similares, resultando que el 78% de hombres y mujeres mostraron un afrontamiento del estrés adecuado. Acerca de la edad, el 79.2% de los internos en la etapa de la juventud y el 75% de internos en la etapa de la adultez indicaron afrontamiento óptimo del estrés. Respecto a la especialidad, los internos de Medicina en un 77.19% obtuvieron un afrontamiento adecuado del estrés, por el contrario, los internos de otras especialidades obtuvieron un 80.85% (Enfermería y Obstetricia). Finalmente, concluyeron que no existe relación significativa entre las variables.

En la ciudad de Chiclayo, García (2019), desarrolló una investigación con el objetivo de determinar los niveles de los rasgos de personalidad de 159 estudiantes de la Escuela de Psicología de una universidad particular de Chiclayo. Para esta muestra se aplicó el Inventario de Personalidad NEO FFI de Costa y McCrae. Dentro de los resultados se obtuvo que los estudiantes de psicología poseen rasgos neuróticos en un nivel muy alto; del mismo modo se evidenció un nivel alto en extraversión; por el contrario, se halló un nivel bajo en el rasgo de apertura a la experiencia; así como niveles muy bajos en amabilidad y en responsabilidad. En

cuanto a las diferencias según el género, los hombres alcanzaron niveles altos en los rasgos de extroversión, amabilidad y neuroticismo, un nivel alto de apertura a la experiencia y un nivel muy bajo en el rasgo responsabilidad; las mujeres obtuvieron un nivel muy alto en neuroticismo; nivel muy bajo en extraversión, apertura a la experiencia, amabilidad y responsabilidad. Por otra parte, según el área de especialización escogida, los alumnos orientados a la Psicología clínica y organizacional evidenciaron un nivel neuroticismo muy alto y un nivel de extraversión alto, nivel de apertura a la experiencia bajo y niveles de amabilidad y responsabilidad muy bajos; por otra parte, los orientados a la Psicología educativa, presentan niveles altos de neuroticismo, extraversión y apertura a la experiencia, y niveles muy bajos en amabilidad y responsabilidad.

Por su parte, Kaccallaca (2016) en su investigación tuvo el objetivo identificar las medidas de afrontamiento al estrés en una muestra de 28 internos de enfermería. Utilizó el cuestionario para valorar las formas de afrontamiento de acontecimientos estresantes. Como parte de los resultados individualmente, se evidenció que frecuentemente el 78.6% refiere reflexionar sobre el problema para comprenderlo, mientras que el 71.4% comparan experiencias previas; el 57.1% afirma que es mejor esperar para notar los cambios, mientras que el 46.4% consume alimentos, bebidas, fuma o toma medicamentos para aliviarse. Acerca de afrontamiento grupal, el 75% esconde su malestar y expresa su molestia con los responsables del problema; mientras que el 60.7% se desahoga con otras personas. Respecto al afrontamiento grupal, un 96.4% manifiesta no contar con apoyo de un grupo para manejar el estrés, además un 89.3% refiere que su institución no brinda cursos antiestrés y un 46.4% muestra que frecuentemente están satisfechos de desarrollar el internado. En conclusión, el afrontamiento individual es el más utilizado.

## **2.2. Desarrollo de la temática correspondiente al tema investigado**

### **2.2.1. Rasgos de personalidad**

La personalidad ha sido un constructo teórico de interés para la psicología desde que se convirtió en una disciplina científica, siendo un punto de partida para múltiples teorías y discusiones académicas. Este interés se ha centrado en explicar el concepto sobre las formas del comportamiento humano, además de reconocer sus diferentes factores determinantes (sociales, ambientales, biológicos etc.).

Como resultado de la relevancia que se otorgó al estudio de la personalidad, con el objetivo de una conceptualización más grande y precisa, se desarrollaron múltiples teorías con el objetivo de explicar su constitución; además de la formulación de recursos para su medición, análisis e interpretación. Por lo cual, se considera importante presentar las teorías de la personalidad más destacadas:

#### **Enfoque psicodinámico de la personalidad.**

Morris y Maisto (2005) afirman que para el psicoanálisis la conducta es el producto de la fuerza psicológica que se ejecuta en el interior del ser humano y normalmente se presenta al exterior de la conciencia. La primera teoría formulada por Freud (1967) implica que durante el desarrollo de la vida existen tres estructuras. La primera consiste en el ello, que desde es inconsciente y se origina desde que nacemos, sirviendo para generar satisfacción y evitar el dolor. La siguiente estructura está conformada por el yo, situada entre el preconscious y el consciente, teniendo como objetivo complacer las demandas del ello en el entorno, diferenciándose de aquel debido a que acciona en la realidad, buscando demorar la satisfacción del yo. La última estructura se denomina súper yo, esta cumple la tarea de resguardar el yo y llevarlo a realizar conductas aceptadas en la sociedad.

Así es como Freud formula que la personalidad se va desarrollando mediante que el individuo pueda llegar a la satisfacción de sus deseos sexuales en el transcurso de su ciclo vital, estando determinada por cómo afronta cada etapa psicosexual (Morris y Maisto, 2005). Las etapas psicosexuales para Freud (1967), consisten en cinco etapas: la etapa oral de 0 a 18 meses, etapa anal de 18 meses a 3 años, etapa fálica de 3 a 6 años, etapa de latencia de 6 a 13 años y por último la etapa genital de 13 años a más.

### **Enfoque humanista de la personalidad.**

La teoría humanista de la personalidad, en contraste al psicoanálisis, conceptualiza que la comprensión de la persona no debe basarse en los conflictos del inconsciente, sino que posee una motivación que de acuerdo a su evolución obtiene niveles mayores de ejecución, resaltando que cada individuo se responsabiliza de su forma de actuar y los posibles efectos de la misma.

Rogers (1962) consideró que las personas estructuran su propia personalidad enfocándola en metas positivas, realizando conductas orientadas a lograrlas y que estas le otorguen beneficio (como se citó en Morris & Maisto, 2005). Como menciona Rogers (1962), desde el origen del individuo, este posee múltiples potencialidades y capacidades que practica día a día mediante la consecución de destrezas, nombrando a este proceso como la tendencia a la realización. En cambio, cuando se desatienden las capacidades con las que nace la persona, esta puede volverse rígida, mostrarse a la defensiva y constantemente bajo amenaza y ansiedad.

En este sentido, Rogers (1962) planteó tres dimensiones de la personalidad. La primera dimensión se trata del organismo, una conexión entre lo corporal y lo mental que a su vez interacciona con el ambiente, la segunda dimensión se denomina campo fenoménico, siendo un grupo de experiencias producidas por la relación con

el medio; por último, el concepto de sí mismo, donde radican la percepción, los ideales y valores que considera la persona.

### **Enfoque conductual de la personalidad.**

Este enfoque destaca la especificidad circunstancial, minimizando la relevancia de la manifestación interna (Pervin y John, 1998). De esta forma, Watson aceptó el pensamiento de Locke (siglo XVII) quien formula que la persona es arrojada el mundo como una tabula rasa y el ambiente influirá significativamente en la personalidad, tanto como en la niñez y en la adultez (Davidoff, 1998).

Asimismo, para Skinner (1991) la personalidad y el yo son solo un locus donde coinciden aspectos biológicos y sociales. Por lo tanto, la personalidad no considerada como un agente iniciador del comportamiento, debido a que depende de los sucesos ambientales (antes, durante y después) que determinan la conducta por medio de sus consecuencias gratificantes y no gratificantes (conducta operante). El énfasis que Skinner les otorga a las eventualidades no imposibilita que considere procesos de autocontrol personal, a causa la conducta verbal que permite a la persona autoexplorarse, autorregular, autoinstigar y autorreforzar el propio comportamiento, entre otras posibilidades.

### **Enfoque cognitivo de la personalidad.**

La teoría de Bandura (1977) conceptualiza que el ambiente también puede ocasionar el comportamiento, sin embargo, el comportamiento a su vez puede cambiar el medio, denominando a este vínculo como el determinismo recíproco, concluyendo que tanto el comportamiento como el mundo se interrelacionan causándose recíprocamente. Asimismo, estimó que esta interrelación evoca un elemento más para poder explicar la personalidad, por lo tanto, expresa 3 áreas: el plano biológico, comportamental y circunstancial (ambiental). La personalidad está

determinada por el aprendizaje de vida, los procesos psicológicos, además del medio que brinda la información necesaria y los modelos de los cuales aprende el individuo.

### **Enfoque de rasgos de Personalidad.**

Por otro lado, debemos tener en cuenta el gran esfuerzo de los autores para reducir la enorme cantidad de características individuales en un menor número de componentes perdurables, conocida como la psicología de los rasgos. En este sentido, se presentan elementos de carácter intrapsíquico que manifiestan aproximaciones usualmente equilibradas sobre los pensamientos, sentimientos y acciones. De esta manera, podemos explicar la personalidad atribuyéndola a ciertas características psicológicas desarrolladas en forma de disposiciones o rasgos. Respecto a lo anteriormente mencionado, los diferentes exponentes teóricos realizaron una clasificación de los individuos por sus rasgos, lo que conlleva a la agrupación, orden y denominación de las particularidades con el objetivo de minimizar la variedad en solo elementos principales con la capacidad de explicarlas (Avía y Sanchez, 1995).

Para Allport (1961) un rasgo da coherencia a la personalidad debido a que permite que el sujeto actúe similarmente en una diversidad de circunstancias; en otras palabras, hacer un funcionamiento equivalente a distintos estímulos. Los rasgos son predisposiciones complejas que permiten responder al ambiente de maneras particulares, que están establecidas por medio de atributos físicos, innatos y hábitos ambientales adquiridos. Los rasgos se caracterizan presentarse en todos los individuos, así como determinar y causar las conductas, ser demostrados empíricamente, además de interrelacionados y variar de acuerdo a la situación (Allport, 1937).

Por otra parte, Allport (1937) refirió sobre el conjunto de rasgos que constituyen a la personalidad, que existen rasgos con funciones más significativas que otros; aquellos son estructurados de la siguiente forma:

- **Rasgos cardinales:** estos son rasgos de personalidad están presentes en casi todas las actividades que el individuo lleve a cabo, se hacen notar de inmediato y tienen una influencia muy dominante.
- **Rasgos centrales:** estos rasgos muestran pautas que clasifican dominios sustanciales del manejo individual. Algunos de estos pueden ser la escrupulosidad, sensatez, pereza, sentido de responsabilidad, etc.
- **Rasgos secundarios:** son rasgos no tan generalizados, a veces constantes y de una influencia menor sobre la conducta. Usualmente son evocados por una variedad de estímulos mínimos y encabezan una diversidad de reacciones restringidas. Algunos pueden ser referentes a gustos, arreglo personal o música.

La clasificación no está supeditada al rasgo por sí mismo, sino de la relevancia que muestra para la personalidad. De esta forma, depende del individuo o de la situación si determinado rasgo es cardinal, central o secundario (Allport, 1937).

Por otra parte, Hans Eysenck (1970) estableció que “la personalidad es una organización permanente y estable del carácter, del temperamento, del intelecto y del físico de la persona, lo cual facilita su adaptación al ambiente”. Posteriormente, para Eysenck y Eysenck (1985), los rasgos de personalidad son factores disposicionales que pueden determinar el comportamiento constante y perdurablemente según la situación.

De esta forma determinó los pilares de la personalidad organizados en tres dimensiones (Eysenck, 1990):



- Neuroticismo / Estabilidad emocional

El Neuroticismo presenta como rasgos principales la ansiedad, depresión, tensión, timidez, irracionalidad, emotividad, sentimientos de culpa y baja autoestima. Asimismo, existen dos polaridades, en uno los individuos poseen una mayor estabilidad emocional, mostrándose calmados, despreocupados y confiables, mientras que en el otro se caracteriza por personas que se exaltan con facilidad y son más intensas o son malhumoradas, intranquilas y ansiosas.

- Extraversión / Introversión

Esta dimensión tiene como característica principal exteriorizar la atención en otros sujetos y en el ambiente, mostrándose como personas sociables, asertivas, que buscan situaciones sociales, mayormente activas, despreocupadas, espontáneas y dominantes. Del mismo modo, se destacan rasgos centrales como la sociabilidad y la actividad (Eysenck y Eysenck, 1985). Por el contrario, la persona introvertida se enfoca en experiencias internas, es más tranquila, reservada, usualmente callada y tímida.

- Psicoticismo / Control de impulsos

Esta dimensión representa individuos agresivos, hostiles, fríos, egocéntricos, impulsivos y poco empáticos. En contraste, la persona que controla sus impulsos se muestra generoso, sociable y responsable. Eysenck estudió a profundidad esta dimensión tras evaluar a personas con enfermedades mentales, con la principal característica de la falta de contacto con la realidad y no poder discernir entre la esta y la imaginación.

Otra visión importante de los rasgos de personalidad fue constituida por Cattell et al. (1949), quien define la personalidad como lo que determina la conducta de un sujeto en una circunstancia específica, considerando al rasgo como ente

primordial que da estructura a la personalidad, implicando cierta tendencia a reaccionar de la misma forma en situaciones similares y habitualmente permanentes.

Según Cattell et al. (1949), los rasgos se clasifican según los siguientes criterios:

- Rasgos comunes (cada persona los presenta) y rasgos únicos (se muestra específicamente en un sujeto y es irrepetible).
- Rasgos superficiales (pertenecientes a un grupo de rasgos) y rasgos fuentes (unidades que causan una conducta, generales o específicas).
- Rasgos motivacionales (utilizados para lograr metas), rasgos aptitudinales (vinculados a la eficiencia) y rasgos temperamentales (relacionados con el tipo de respuesta).

Cattell et al, (1949) realizaron diferentes análisis léxicos y factoriales, generando un instrumento psicométrico que mide 16 escalas primarias de personalidad: afabilidad, razonamiento, estabilidad, dominancia, animación, atención a normas, atrevimiento, sensibilidad, vigilancia, abstracción, privacidad, aprensión, apertura al cambio, autosuficiencia, perfeccionismo y tensión.

Por otra parte, a inicios de la década de 1980, Lewis Goldberg realizó distintas investigaciones acerca de la personalidad, encontrando estudios similares desde 1960 y agregando que los modelos estructurales de las diferencias personales deben centrarse en “Cinco Grandes” dimensiones (Sanz et al., 1999). Goldberg (1993) pretendía remarcar que estas dimensiones o factores están constituidos por conjuntos de rasgos específicos que explican cualidades concretas de la personalidad.

De esta forma aparece el término “Cinco Grandes” y la reaparición del constructo de rasgo como pilar fundamental de la personalidad. Aquel reaparecer sería un hito en el progreso de las teorías de los rasgos de personalidad, consolidándose como modelo para la psicología que sigue desarrollándose en la

actualidad. (Sánchez y Ledesma, 2007). Los rasgos establecidos por (Goldberg, 1993) fueron denominados los “Big Five personality traits” y consistieron en cinco factores: factor O (apertura a nuevas experiencias), factor C (responsabilidad), factor E (extraversión), factor A (amabilidad) y factor N (neuroticismo o inestabilidad emocional), estableciendo las siglas “OCEAN”.

Estos postulados fueron reafirmados después en muchas investigaciones bajo distintas concepciones de los rasgos de personalidad, sin embargo, el modelo se armoniza dentro de los “Cinco Grandes Factores de la Personalidad” de McCrae y Costa (1999).

Robert McCrae y Paul Costa (1998) definen la personalidad como una importante variedad de predisposiciones fundamentales y atributos distintivos de cada persona, que repercuten en el comportamiento de las personas según los ámbitos.

Costa y McCrae (1999) realizaron una investigación en el Laboratorio de Personalidad y Cognición del Centro de Investigación Gerontológica (Baltimore, Estados Unidos) que logró establecer al M.C.F. como un modelo representativo y el de principal acogida por parte del gremio científico. Costa y McCrae (1999) afirman un modelo que evoluciona la perspectiva de los 16 factores de Cattell, y pasa a ser un modelo más complejo que sustenta su validez.

El modelo de los Cinco Grandes Factores (Costa y McCrae, 1999) comprende los siguientes factores:

- *Amabilidad (contrario a antagonismo)*: valora la habilidad de fundar relaciones sociales e interesarse por el bienestar de otros. En el caso de la oposición, se asocia con una psicopatía. Algunos modelos factoriales de la personalidad no consideran este factor debido a su carácter valorativo.
  - **Confianza**: atribuye buenas intenciones a los demás.

- Franqueza: marcada sinceridad e ingenuidad.
  - Altruismo: generosidad y preocupación activa por los demás.
  - Actitud conciliadora: elude conflictos, prefiere una actitud colaborativa y perdona ofensas.
  - Modestia: muestra humildad sin desvalorizarse o sentirse inseguro, sin embargo, puede pasar desapercibido.
  - Sensibilidad social: predomina la solidaridad, piedad y preocupación por quienes lo rodean.
- *Responsabilidad (opuesto a irresponsabilidad o negligencia)*: disposición para realizar acciones conforme a sus objetivos o propósitos, planificar y llevar a cabo sus ideas o proyectos. La oposición de este factor se evidencia en la falta de objetivos o metas de vida.
- Competencia: sentirse capaz, que puedes resolver efectivamente las adversidades en la vida o diferentes labores.
  - Orden: persona organizada, planificadora y ordenada.
  - Sentido del deber: interiorizar la ética y terminar los deberes planteados.
  - Necesidad de logro: grandes aspiraciones para lo cual el sujeto se esfuerza para cumplir sus objetivos.
  - Autodisciplina: Realiza tareas o labores a pesar de las distracciones del entorno o el aburrimiento.
  - Reflexión: el individuo prefiere pensar y luego realizar su conducta.
- *Extraversión (contrario a introversión)*: Evidencia lo fácil que les resulta socializar, poseen una óptima comunicación, iniciando y manteniendo conversaciones de forma asertiva. La parte opuesta de este factor muestra personas que tienden a asilarse o son retraídos.

- Cordialidad: establecimiento de relaciones cordiales.
  - Gregarismo: inclinación por la compañía de quienes los rodean.
  - Asertividad: seguridad sobre sí mismo que se refleja en la capacidad de verbalizar lo que uno piensa, a pesar de estar en desacuerdo.
  - Actividad: estar en constante movimiento, realizar siempre alguna acción.
  - Búsqueda de emociones: necesitan estar cerca a estímulos.
  - Emociones positivas: suele experimentar frecientemente emociones de alegría, optimismo y entusiasmo.
- Neuroticismo (opuesto a estabilidad emocional): caracterizado por elementos como el afecto, bienestar o malestar psicológico y las emociones negativas. Examina la falta de estabilidad y como experimenta el temor, tristeza, enojo o la culpa. Asimismo, evalúa la tendencia a padecer de “trastornos neuróticos”.
- Ansiedad: sentimiento de tensión y nerviosismo, tiende a la preocupación y experimentar miedos.
  - Hostilidad: tendencia a la irritabilidad y enfado.
  - Depresión: el sujeto se siente triste, solo, desesperanzado y con sentimientos de culpa.
  - Timidez (ansiedad social): avergonzarse con facilidad y molestia al relacionarse socialmente.
  - Impulsividad: falta de autocontrol que conlleva a una disminución de la tolerancia ante la frustración.
  - Vulnerabilidad: ante los estresores, que puede generar el sentimiento de estar fuera de control.

- Apertura a la experiencia (contrario a convencional o cerrado a la experiencia): muestra una imaginación activa, fascinación por lo estético, introspección y curiosidad intelectual. La parte opuesta del factor se muestra por el apego hacia las tradiciones, el dogmatismo y lo convencional.
  - Fantasía: persona imaginativa o creativa.
  - Estética: apreciación de la belleza y el arte.
  - Sentimientos: aceptación emociones y sentimientos, siendo importantes para el sujeto.
  - Acciones: búsqueda de nuevas actividades, lugares que conocer, mostrando un rechazo por la rutina y lo común.
  - Ideas: una mente receptiva a nuevas ideas con interés en debatir y compartir temas.
  - Valores: tiende a revalorar los valores establecidos, rechazando lo dogmático y tradicional.

### **Rasgos de Personalidad según Anicama y Chumbimuni (2018)**

Anicama y Chumbimuni (2018) conceptualizan a la personalidad como un grupo de rasgos frecuentemente perdurables y dinámicos en su formación física, el temperamento y el carácter, que establece diferencias en cada sujeto. Los rasgos según estos autores son:

- **Dimensión 1: Apertura a la experiencia.** Se refiere la expresión artística e imaginación, consideran sus diversos ideales, mostrando predisposición para el aprendizaje y experimentar nuevas situaciones. Los individuos con este tipo de rasgos en nivel alto denotan interés por lo intelectual, los principios, la cultura, entre otros.

- **Dimensión 2: Extraversión.** Considera la facilidad para socializar, la aserción y la capacidad de expresar emociones positivas, al igual que preferir el contacto social y las actividades que conlleven sensaciones.
- **Dimensión 3: Amabilidad.** Se refiere al nivel de empatía, la habilidad para trabajar en grupo, la participación, además de un trato amable y apoyo a los que lo necesitan. El nivel de rasgo alto en amabilidad indica óptimas relaciones interpersonales y menos problemas.
- **Dimensión 4: Responsabilidad.** Está referida a la manera reflexiva y metódica para asumir sus actividades; además de la forma en la que se organizan y planifican. Por otra parte, son personas que controlan sus impulsos, acatan las normas y reglas de la sociedad.
- **Dimensión 5: Inestabilidad emocional.** Se trata de la gestión emocional que muestran los sujetos, controlando sus impulsos frente circunstancias valoradas como buenas o malas. El nivel alto en inestabilidad emocional indica emociones negativas predominantes, caracterizándose como ansiosos, hostiles, depresivos, entre otros.

### ***2.2.2. Estrategias de Afrontamiento del Estrés***

El afrontamiento del estrés es un tema de investigación y análisis que se ha concretado como un constructo relevante y una variable con características medibles. Dentro del estudio de la psicología se ha intentado comprender la forma en las personas reaccionan en situaciones estresantes, que parecen poco manejables e intentan afrontarlas mediante estrategias.

En un principio, las estrategias de afrontamiento fueron estudiadas según el punto de vista del modelo médico, pasando por la psicología analítica y después por la psicología cognitiva. El modelo médico encontró durante el siglo XX que a nivel

fisiológico la supervivencia está basada en la destreza del individuo para predecir su entorno y controlarlo, teniendo como propósito evadir, someter o imposibilitar a los estresores (Macías et al., 2013).

Por otro lado, el psicoanálisis (1937) conceptualiza al afrontamiento como un grupo de pensamientos, acciones reales y reflexivas que tiene el objetivo de resolver los conflictos y consecuentemente minimizar el malestar (Park & Folkman, 1997; Pearling & Schooler, 1978). En este sentido, definieron ciertas estrategias a modo de mecanismos de defensa primitivos o evolucionados. Para el psicoanálisis, el afrontamiento forma parte de un proceso estructurado que demuestra una maduración del yo a comparación de algunos entes reguladores.

No obstante, dicha terminología tenía una definición poco clara, obsoleta e inflexible (Quintanilla et al., 2005). Además, describían un concepto parcial y los instrumentos de medición no develaban correctamente el fenómeno, dejando de lado las diversas formas del afrontamiento.

Siguiendo este modelo, Lazarus y Folkman (1986) plantearon que el afrontamiento del estrés consiste en diversas respuestas que se muestran de forma persistente e implican a la cognición y conductas del ser humano, estas se generan con la finalidad de manejar las demandas tanto propias como del entorno, que el sujeto a su vez evalúa como desbordantes. Las situaciones que provocan estrés pueden ser de tipo interno, del medio o sociales; no obstante, no es lo único que determina la forma de respuesta del individuo frente situaciones estresantes, por el contrario, la forma de interpretar del sujeto influencia sus respuestas.

Estas respuestas son clasificadas por Lazarus y Folkman (1984) como tres dimensiones con diferente finalidad: el afrontamiento cognitivo que consiste en la utilización de estrategias direccionadas a valorar el estresor, analizando o buscando



un significado para dicho suceso; el afrontamiento conductual que se focaliza en la ejecución de conductas específicas que tienen la finalidad de solucionar el problema y lidiar con los posibles efectos; y el afrontamiento emocional que se centra en usar recursos que permitan expresar, gestionar y regular las emociones a consecuencia del estrés.

Por otra parte, Lazarus y Folkman (1986) determinan que el afrontamiento del estrés es un proceso, es decir, es cualquier estrategia que utilice una persona para solucionar la circunstancia problemática, indistintamente de la eficacia de esta. Los aspectos relevantes son la observación, el contexto específico y el proceso del pensamiento.

Al respecto, el afrontamiento involucra que las personas deban poseer estrategias defensivas para solucionar problemas mediante se relaciona con el medio. Es por este vínculo que se refieren al afrontamiento como un proceso a consecuencia de la continua interpretación persona-ambiente.

#### **Etapas del afrontamiento al estrés:**

- Durante la anticipación: el suceso aún no ha ocurrido, por lo tanto, evalúa la posibilidad de que suceda o no, de qué forma y en qué momento. El sujeto evalúa sus probables formas de manejar la situación amenazante.
- Durante el periodo de impacto: el sujeto analiza y compara si tiene relación con lo que pensaba.
- Durante el periodo de post-impacto: el individuo afronta la situación estresante, de forma psicológica y física.

Otra de las perspectivas más utilizadas de (Lazarus y Folkman, 1986) conocida como la teoría Transaccional del afrontamiento del estrés identifica dos estilos de afrontamiento al estrés:

- **Afrontamiento dirigido a la emoción:** Consiste en dos grupos de estrategias importantes, el primer grupo se oriente a minimizar el trastorno emocional que pueda presentar el individuo mediante estrategias como la evitación, el distanciamiento, la atención selectiva, la reevaluación positiva, entre otros. El segundo grupo involucra estrategias cognitivas abocadas a incrementar el trastorno emocional, debido a que ciertos individuos necesitan sentir malestar emocional para poder tomar acción, recuperarse y sentirse aliviados (Lazarus y Folkman, 1986).
- **Afrontamiento dirigido al problema:** Consiste en buscar alternativas con la finalidad de solucionar el problema, reconociendo las consecuencias de elegir y aplicar una estrategia. Kahn y colaboradores (1964) atribuyen dos grupos de estrategias de afrontamiento, el primer grupo se refiere al medio tratando de transformar la tensión del exterior, tanto como los procedimientos, recursos, dificultades, entre otros.; como parte del segundo grupo se encuentran las estrategias que producen una alteración de las cogniciones o de la motivación para gestionar o solucionar el problema, estas son la búsqueda de satisfacción, el cambio del nivel de aspiración, el desarrollo de nuevas conductas y el aprendizaje de recursos (como se citó en Lazarus y Folkman, 1986)

Asimismo, es importante considerar para el análisis del afrontamiento cuatro principios generales Lazarus y Folkman (1993): el afrontamiento depende del contexto, por tanto, existe la posibilidad de cambio dentro de una situación específica.

Para Frydenberg y Lewis (1999), el afrontamiento del estrés son las conductas y acciones generadas en consecuencia de las exigencias propuestas. Ciertas conductas pretenden cambiar o enmendar la base del problema; mientras que otras

ayudan al sujeto a adaptarse a dicha situación; y, por otra parte, otras señalan determinada incapacidad para manejar la situación de estrés.

Frydenberg y Lewis (1993) clasifican 18 estrategias de afrontamiento, unificadas en tres dimensiones:

- Resolver el problema: se refiere a los esfuerzos llevados a cabo por el sujeto para la resolución de su problema, sosteniendo una actitud positiva y socialmente adaptada.
  - Enfocarse en solucionar el problema: centrarse en solucionar el problema, analizando las distintas alternativas y perspectivas.
  - Esforzarse y tener éxito: acciones que demuestran la aspiración, dedicación y compromiso.
  - Fijarse en lo positivo: visualizar positivamente sobre el acontecimiento y una predisposición a percibir el lado bueno y sentirse afortunado por lo bueno.
  - Buscar diversiones relajantes: Poder relajarse para sí mismo.
  - Distracción física: dedicar tiempo al esfuerzo físico y ya sea deporte o actividades para mantenerse en forma.
- Referencia a otros: se refiere a poder contar con el apoyo de otras personas para enfrentar el problema, aquellos pueden ser pares, acudir a la religión o a profesionales.
  - Buscar apoyo social: tendencia a pedir apoyo a los demás en búsqueda de soporte para su resolución.
  - Acción social: realizar peticiones u organizar actividades para que otros puedan comprender la situación problemática y ofrezcan ayuda.

- Invertir en amigos íntimos: intención de tener una relación íntima o la búsqueda de ese tipo de relaciones.
  - Buscar pertenencia: interés o inquietud por relaciones con quienes lo rodean, por lo que piensan y por sentirse incluido.
  - Buscar apoyo espiritual: inclinación por la búsqueda de un sentido espiritual representado por un ente divino y mediante el rezo o la oración.
  - Buscar ayuda profesional: encontrar una opinión profesional, puede ser de maestros, especialistas o consejeros.
- Afrontamiento no productivo: se caracteriza por no poder enfrentar la situación e involucra a la evitación. Estas estrategias en particular no son alternativas válidas para solucionar el problema, sin embargo, lo aligera momentáneamente.
- Preocuparse: evidencia el temor y la ansiedad por ser feliz en el porvenir.
  - Hacerse ilusiones: anticipar un final positivo y tener expectativas de resolver el problema.
  - Falta de afrontamiento: no afrontar el problema e inclinarse por generar síntomas psicosomáticos.
  - Ignorar el problema: la negación de la situación problemática y la tendencia a pasarlo por alto.
  - Reducción de la tensión: efectuar actividades que ayuden a sentirse aliviado y disminuir la tensión.
  - Reservarlo para sí: el individuo suele huir de otras personas y no desea que perciban sus problemas.

- Autoinculparse: el individuo reconoce que es causante de su malestar.

### **Estrategias de afrontamiento según Carver et al. (1989):**

La teoría de las estrategias de afrontamiento al estrés según Carver et al. (1989) se basa en la teoría transaccional de Lazarus y Folkman (1986), sin embargo, considera una tercera dimensión denominada “otros modos de afrontamiento”. Para Carver et al. (1989) las estrategias de afrontamiento consisten en respuestas ante la tensión, que depende de las vivencias anteriores de cada sujeto, la conciencia propia, el ambiente y se pueden adaptar según las capacidades individuales. Asimismo, las estrategias de afrontamiento pueden comprenderse desde varias perspectivas: disposicional o situacional.

Carver et al. (1989) desarrolló una teoría que integra dichas estrategias de afrontamiento discriminando tres escalas conceptualmente diferentes:

#### - *Estrategias de afrontamiento del estrés centradas en el problema:*

- Afrontamiento activo: implica llevar a cabo esfuerzos o actividades que tengan como objetivo evitar o reducir el estrés.
- Planificación de actividades: describe como el individuo maneja la situación estresante, analiza y elige la acción que tomará para enfrentar y solucionar la situación problemática.
- Supresión de actividades competitivas: el sujeto se centra en realizar acciones solo para eludir el problema.
- Retracción o demora del afrontamiento: la persona prefiere esperar para hacer frente la situación problemática en el tiempo correcto y así evitar responder de manera reactiva y prematura.
- Búsqueda de soporte social: la persona solicita consejos o información de personas de su entorno para poder solucionar el problema.

- Estrategias de afrontamiento del estrés centradas en la emoción:
  - Búsqueda de soporte emocional: implica encontrar en otros el soporte moral y la comprensión de sus propias emociones.
  - Reinterpretación positiva de la experiencia: realiza una valorización de la dificultad para buscar lo positivo de la situación y poder aprender de esta.
  - Aceptación: consiste en aceptar el problema que genera el estrés, que es la realidad y debe afrontarlo.
  - Retorno a la religión: el individuo se involucra recurre a la religión buscando la disminución de la presión y el alivio.
  - Análisis de las emociones: el sujeto reconoce sus respuestas emocionales.
  
- Estrategias de afrontamiento del estrés centradas en otros afrontamientos adicionales o afrontamiento desadaptativo:
  - Negación: el sujeto rechaza la existencia del estresor, por lo tanto, actúa como si la situación estresante no estuviera ocurriendo.
  - Conductas inadecuadas: se refiere a las conductas que incrementan el nivel de ansiedad y no ayudan a solucionar el problema.
  - Distracción: el individuo trata de focalizar su atención en situaciones ajenas al problema, para olvidar y aminorar el estrés.

Carver et al. (1989), especifican que tener un afrontamiento adecuado genera que la situación problemática sea percibida de forma más ligera. Asimismo, si el resultado no es tan efectivo como pensaba, la demanda podrá ser percibida como una amenaza más grande o modificar la respuesta de afrontamiento.

### **2.2.3. Los internos de psicología**

El Internado es parte del periodo final de la formación pre-profesional en la que el estudiante debe llevar a cabo labores en una institución aprobada con anticipación por la Universidad, en esta el practicante o interno aplicará y pondrá en práctica sus aprendizajes, habilidades, métodos, capacidades y técnicas, así como establecer sus preferencias profesionales.

El interno de psicología no solo aplica los conocimientos adquiridos en el periodo de pregrado, sino hará uso de sus competencias y demostrará una praxis ética y comprometida con la institución a la que pertenece para así aportar en un futuro a su práctica psicológica. De esta manera, el internado representa la oportunidad de desarrollar sus conocimientos, analizar su práctica, captar y promover sus habilidades, además de participar activamente la institución. El objetivo es la inserción de los futuros psicólogos en el desempeño de la organización, involucrándose y colaborando en equipo en las distintas áreas de la profesión.

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

#### ***Temperamento***

El temperamento está relacionado con el aspecto natural y emocional de las personas, incluida su susceptibilidad a los estímulos, la intensidad de sus respuestas y la rapidez de sus reacciones, tanto como la calidad del estado anímico y los cambios del estado de humor. Asimismo, este constructo es de origen hereditario por lo cual depende de una constitución estructurada (Allport, 1975).

#### ***Carácter***

El carácter psicológico es una característica personal del individuo que se enfrenta al mundo con la ayuda de sus diversas capacidades, es decir, en sus

sentimientos y acciones, en sus decisiones, discernimientos y metas, con todo ello se afirma en su existencia y se distingue de otros. (Lersch, 1966).

### ***Personalidad***

Gordon Allport (1961) afirmó que la personalidad es una estructura dinámica conformada por organizaciones psicológicas que generan estándares que caracterizan el pensamiento, sentir y conducta de la persona. Este concepto distingue algunos aspectos de la personalidad, asegura que no sólo es una acumulación de partes, sino una organización; asimismo, es una fuerza causal que determina como se relaciona la persona con el mundo mediante procesos, que se expresan en comportamientos, pensamientos y sentimientos, que representa patrones individuales (recurrentes y consistentes). Además, sostiene que la personalidad se encuentra integrada por rasgos que aportan coherencia a las conductas humanas para ajustarse al ambiente o reflejarse en él.

### ***Rasgos de personalidad***

Los rasgos son un concepto fundamental para comprender la Personalidad, son definidos como una estructura neuropsíquica, siendo capaz volver equitativos los estímulos, iniciar o dirigir la conducta adaptativa y expresiva. En esta definición afirma que los rasgos existen y radican en el desempeño del sistema nervioso, dirigiendo la forma de ser de los humanos. Por lo tanto, los rasgos son predisposiciones complejas que permiten accionar de forma similar, y están establecidas por medio de atributos físicos, innatos y hábitos ambientales adquiridos (Costa y McCrae, 1999).

### ***Estrés***

Lazarus y Folkman (1984) postulan que el estrés es una interrelación entre el ser humano y su ambiente, examinando la situación problemática como una amenaza, que desborda sus capacidades y perjudica su bienestar. Depende del tipo



de valoración cognitiva del sujeto, una situación de estrés puede ser considerada positiva o negativa. Se considera positivo si el resultado de un encuentro se construye como favorable para su bienestar y negativa si implican un daño, pérdida o amenaza. El sujeto analiza en primer lugar si el problema es poco importante o le genera estrés. Si lo considera una circunstancia estresante, evaluará los medios y estrategias de afrontamiento a su alcance.

### ***Estresores***

Según Lazarus y Folkman (1986) los estresores están conformados por estímulos que exceden al individuo y generan una respuesta fisiológica y psicológica de estrés. Por lo cual, alguna circunstancia que considere dañina o perjudicante para el bienestar puede entenderse como un estresor. Los estresores son de diversos tipos: sociales, ambientales o internos; sin embargo, no es lo único que determina la forma de respuesta del individuo frente situaciones estresantes, por el contrario, la forma de interpretar del sujeto influencia sus respuestas.

### ***Afrontamiento del estrés***

El afrontamiento del estrés involucra esfuerzos, en el ámbito cognitivo como en el conductual, cambiando frecuentemente y desarrollándose para gestionar las exigencias del ambiente o las interiores que están percibidas como amenazantes o excesivas. Los recursos que la situación sobrepasa pueden ser la energía física, la salud, las creencias existenciales y de control que tiene acerca de sí mismo o del ambiente. De esta forma, se postula que el afrontamiento es una reacción ante el manejo del estrés, a partir del modelo cognitivo se atribuyen estrategias que fomentan la solución del problema y el control de las emociones (Carver et al., 1989).

### ***Estrategias de afrontamiento***

Las estrategias de afrontamiento son un proceso activo que tiene el objetivo de gestionar la discrepancia entre las exigencias de la situación estresante y los medios que posee para enfrentarla; valorando y realizando una serie de acciones que no simplemente tiene como objetivo resolver el problema, sino que reevalúan la situación, la aceptan o evaden. Por lo tanto, es un proceso intencional flexible, no una reacción defensiva frente al estresor (Bermúdez, 1996). Dependiendo de la valoración de la situación o la forma de percibirla, además de otros factores externos que pueden influir, se elegirá la estrategia de afrontamiento para conseguir un mayor ajuste a la situación de forma adaptativa y realista.

### ***Estilos de afrontamiento***

Los estilos de afrontamiento son aquellas predisposiciones personales que tiene el individuo para afrontar un problema, estas tienen la responsabilidad de la elección del tipo de estrategias utilizada. Difieren de las estrategias de afrontamiento debido a que son procesos específicos que cambian usualmente según su situación, en cambio los estilos de afrontamiento son el resultado de la experiencia del sujeto y su dominio (Fernández, 1997).

### ***Toma de decisiones***

Para Schutz (1970) la capacidad de tomar decisiones es un proceso que toma en cuenta los conocimientos, experiencias y expectativas que tiene la persona que debe decidir, concluyendo con el cambio de conducta. Dicho proceso está formado por dos etapas: el proyecto mental y su ejecución. Al respecto, el proyecto mental es en donde se genera un propósito establecido en un plan jerárquico, unos medios o herramientas disponibles y una experiencia acerca de estos aspectos considerados. Esta reflexión le permite al individuo considerar las implicaciones sobre el

desenvolvimiento la acción que podría llevar a cabo, así como visualizar las diferencias entre el estado actual y el estado que espera alcanzar.

**CAPÍTULO III**  
**MARCO METODOLÓGICO**

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

#### **3.1.1. *Tipo de investigación***

La investigación presentada corresponderá a la investigación descriptiva debido a que se basa en la caracterización del fenómeno, hecho, grupo o individuo (Arias, 2011).

La presente investigación posee un enfoque cuantitativo dado que efectúa una recopilación de datos teniendo el objetivo de validar las hipótesis planteadas según la medición cuantitativa y la evaluación estadística, para lograr el establecimiento de los patrones de conducta y demostrar modelos teóricos (Hernández et al., 2014).

Asimismo, corresponderá a la investigación aplicada, pues buscará el conocimiento a través de la aplicación directa en los problemas ocurridos a nivel social o personal (Lozada, 2014).

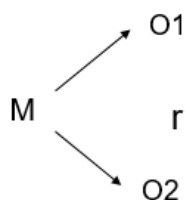
#### **3.1.2. *Diseño de investigación***

El diseño elegido para esta investigación es el diseño no experimental puesto que no hay un manejo intencional de las variables, analizando los fenómenos en su medio habitual (Hernández et al., 2014).

Asimismo, representa un diseño de investigación transversal correlacional (Hernández, 2018) debido a que recolecta los datos en un tiempo determinado con el objetivo de explicar la relación entre las variables.

Finalmente, la investigación corresponde al nivel de investigación correlacional, porque presenta como finalidad el entender el vínculo que existe entre las variables de una muestra en especial (Hernández et al., 2014).

El esquema es el siguiente:



M = Muestra de internos de psicología

O1 = Observación de la variable rasgos de personalidad

r = Relación entre las variables

O2 = Observación de la variable estrategias de afrontamiento del estrés

### 3.2. Población y muestra

#### ***Población de estudio***

Tamayo (2012) define la a la población como la unidad total de sujetos, medidas u objetos que muestran ciertas particularidades similares que pueden ser comprobadas en un entorno y tiempo específico, en el cual se realizará el estudio.

La universidad privada de Lima Metropolitana cuenta con 163 internos de Psicología, en la tabla 1 se presenta la distribución de la población con 100 alumnas de sexo femenino y 63 alumnos del sexo masculino.

**Tabla 1**

*Distribución de la población según sexo*

	fr	%
Femenino	100	60.9
Masculino	63	39.1

*Nota:* fr es la frecuencia y % es el porcentaje de la población de los internos de psicología según sexo.

Tamayo y Tamayo (2006), refieren que la muestra es el grupo de procedimientos realizados con el propósito de examinar la distribución de los sujetos pertenecientes a una población total, comenzando desde la exploración de un fragmento de la población estimada.

La muestra está conformada por 115 internos de Psicología (intervalo de confianza del 95% y error de 5%) de una universidad privada de ambos sexos, de edades entre los 20 y 56 años; pertenecientes al noveno y décimo ciclo.

**Tabla 2**

*Distribución de la muestra según sexo*

	fr	%
Femenino	70	60.9
Masculino	45	39.1
Total	115	100.0

*Nota:* fr es la frecuencia y % es el porcentaje de la muestra de los internos de psicología según sexo.

### ***Criterios de inclusión y exclusión***

#### **Criterios de inclusión:**

- Hombres y mujeres que realizan internado en Psicología durante el año 2020.
- Pertenecer al noveno o décimo ciclo de la carrera profesional de Psicología.
- Realizar sus labores como interno de forma presencial o virtual.
- Ser mayor de 20 años

#### **Criterios de exclusión:**

- Estudiantes de Psicología de ciclos menores a noveno y décimo.
- Ser egresado, bachiller o haber obtenido el título profesional.
- Ser menor de 20 años.

### **3.3. Hipótesis de la investigación**

#### ***Hipótesis general***

**Hi:** Existe relación estadísticamente significativa entre los Rasgos de Personalidad y las Estrategias de Afrontamiento del Estrés de los internos de Psicología de una universidad privada de Lima Metropolitana en el año 2020.

**Ho:** No existe relación estadísticamente significativa entre los Rasgos de Personalidad y las Estrategias de Afrontamiento del Estrés de los internos de Psicología de una universidad privada de Lima Metropolitana en el año 2020.

***Hipótesis específicas:***

**H1:** Existen diferencias estadísticamente significativas en los rasgos de personalidad según sexo y edad de los internos de Psicología de una universidad privada de Lima Metropolitana.

**H2:** Existen diferencias estadísticamente significativas en las estrategias de afrontamiento del estrés según sexo y edad de los internos de Psicología de una universidad privada de Lima Metropolitana.

### **3.4. Variables – Operacionalización**

***Variable de estudio 1: Rasgos de personalidad***

**Definición conceptual:**

Los Rasgos de Personalidad son predisposiciones complejas que permiten responder al ambiente de maneras particulares, que están establecidas por medio de atributos físicos, innatos y adquiridos del ambiente. Los rasgos dan congruencia a la personalidad puesto que permite que el sujeto accione de forma equivalente o parecida en diversas circunstancias (Costa y McCrae, 1999).

**Definición operacional:**

En la medición de la variable Rasgos de Personalidad se empleará un inventario que consta de 5 dimensiones y 25 ítems (Anicama y Chumbimuni, 2018).



**Tabla 3***Operacionalización de rasgos de personalidad*

Definición	Dimensiones	Indicadores	Ítems
Los Rasgos de Personalidad son predisposiciones complejas que permiten responder al ambiente de maneras particulares, que están establecidas por medio de atributos físicos, innatos y adquiridos del ambiente. Los rasgos dan congruencia a la personalidad puesto que permite que el sujeto accione de forma equivalente o parecida en diversas circunstancias (Costa y McCrae, 1999).	Apertura a la experiencia	Expresión artística Disponibilidad para aprender Vivencia de nuevas experiencias Curiosidad intelectual	1,2,3,4
	Extraversión	Socialización Aserción Expresión de emociones positivas Búsqueda de sensaciones y contacto interpersonal	6,7,8,9
	Amabilidad	Empatía Altruismo Actitud conciliadora Trabajo en equipo Buenas relaciones sociales	11,12*,13,14,24
	Responsabilidad	Organización Control de impulsos Obediencia de normas Planificación	15,16,17,18
	Inestabilidad emocional	Ansiedad Hostilidad Depresión Impulsividad Emociones negativas	20,21,22,23

*Nota:* \*Ítem eliminado de la versión original

## **Variable de estudio 2: Estrategias de afrontamiento del estrés**

### **Definición conceptual.**

Las estrategias de afrontamiento consisten en respuestas ante la tensión, que depende de las vivencias anteriores de cada sujeto, la conciencia propia, el ambiente y se pueden adaptar según las capacidades individuales. Asimismo, las estrategias de afrontamiento pueden comprenderse desde varias perspectivas: disposicional o situacional (Carver et al., 1989).

### **Definición operacional.**

En la medición de la variable estrategias de afrontamiento del estrés se empleará un inventario que consta de dos dimensiones y 44 ítems (Carver et al., 1989).

**Tabla 4**

*Operacionalización de estrategias de afrontamiento del estrés*

Definición	Dimensiones	Indicadores	Ítems
Las estrategias de afrontamiento consisten en respuestas ante la tensión, que depende de las vivencias anteriores de cada sujeto, la conciencia propia, el ambiente y se pueden adaptar según las capacidades individuales. Asimismo, las estrategias de afrontamiento pueden comprenderse desde varias	Estrategias de Afrontamiento centradas en el problema	Afrontamiento activo	
		Planificación de actividades	1,4,5,14,19,2
		Supresión de actividades	3,25,29,30,3
		distractoras	2,33,38,39,4
		Retracción o demora del afrontamiento	1,42,44,45,4 7,52,56,58,5
		Búsqueda de soporte social	9

perspectivas: disposicional o situacional (Carver et al., 1989).	Estrategias de Afrontamiento centradas en la emoción	Búsqueda de soporte emocional	3,6,9,10,12,1
		Reinterpretación positiva de la experiencia	3,16,17,22,2 4,26,27,31,3
		Aceptación	4,35,35,37,4
		Retorno a la religión	0,46,51,53,5
		Análisis de las emociones	7

---

*Nota:* Los ítems corresponden a la adaptación de Polanco (2019).

### 3.5. Métodos y técnicas de investigación

Para esta investigación, la técnica elegida es la encuesta debido a que posibilita la recolección de los datos de una muestra representativa extensa, empleando procesos estándares con el propósito de develar las cualidades de determinado fenómeno. Como parte del uso de esta técnica emplearemos dos inventarios que serán detallados a continuación.

La encuesta representa una técnica que tiene la peculiaridad de mostrar preguntas de modo verbal o escrito, estas se llevan a cabo con el fin de adquirir los datos necesarios para la investigación. En esta investigación se utilizaron dos encuestas.

#### ***Medición de los rasgos de personalidad:***

##### **Ficha técnica**

**Nombre del instrumento** : Cuestionario Breve de Personalidad de los Cinco Grandes Factores CBP- LRC

**Autores** : Anicama y Chumbimuni (2018)

**País** : Perú

**Administración** : Individual o Colectiva

**Duración** : 10 minutos

- Objetivo** : Evaluar los Rasgos de Personalidad
- Descripción** : Evaluar los cinco grandes rasgos de la personalidad desde la teoría de los Cinco Grandes Factores:
- Apertura a la experiencia
  - Amabilidad
  - Responsabilidad
  - Extraversión
  - Inestabilidad emocional

***Validez y confiabilidad del instrumento: Cuestionario Breve de Personalidad de los Cinco Grandes Factores CBP- LRC***

Anicama y Chumbimuni (2018), elaboran este instrumento psicométrico basado en la teoría de los cinco grandes rasgos, estableciendo 5 dimensiones anteriormente mencionadas. El instrumento cuenta con 25 ítems, mostrando en todos los factores un alpha mayor a 0.60, al igual que el test retest ( $r=0.65$ ), lo cual indica un nivel alto de confiabilidad. Respecto a la validez concurrente, se obtuvo que el factor extraversión y la sub-escala de intraversión demuestran una correlación alta (0.76), por otra parte, el factor inestabilidad emocional y la escala neuroticismo-estabilidad emocional del Inventario de Eysenck reducido forma A mantienen una relación alta ( $r=0.72$ ). A su vez, al realizar el análisis factorial confirmatorio se hallaron los cinco factores.

La confiabilidad del CBP-LR fue demostrada por Varillas (2018) quien realizó un análisis de la consistencia interna de los factores en una muestra de más de 1400 personas (16-45 años), encontrando un alpha de cronbach con valores desde .580

hasta .901. Asimismo, realizó la validez de contenido obteniendo cifras altamente significativas en todos los ítems de la prueba.

### ***Medición de las estrategias de afrontamiento del estrés***

#### **Ficha técnica**

<b>Nombre del instrumento</b>	: The COPE Inventory
<b>Nombre de la versión español</b>	: Inventario de Afrontamiento (COPE)
<b>Autores</b>	: Carver, Scheier y Weintraub (1989)
<b>Adaptación</b>	: Polanco (2019)
<b>País</b>	: Perú
<b>Administración</b>	: Individual o Colectiva
<b>Duración</b>	: 15 - 20 minutos
<b>Objetivo</b>	: Evaluar las Estrategias de Afrontamiento Del Estrés
<b>Descripción</b>	: Este instrumento mide las estrategias de afrontamiento del estrés mediante las estrategias que utiliza la persona en situaciones problemáticas, cuenta con dos dimensiones que evalúan lo siguiente: <ul style="list-style-type: none"> <li>- <i>Estrategias de afrontamiento centradas en el problema</i>: implican la identificación del problema para buscar alternativas de solución y evaluarlas para elegir la más conveniente.</li> <li>- <i>Estrategias de afrontamiento centradas en la emoción</i>: se basan en el control de la</li> </ul>

emoción, distanciar o realizar cierta estrategia que permita controlar las emociones amenazantes.

### ***Validez y confiabilidad del instrumento original: The COPE Inventory***

El Inventario de Afrontamiento (COPE) fue desarrollado por Carver et al. (1989), basado en la Teoría de Lazarus y Folkman (1986) y su propia contribución. Este inventario en su idioma original contenía 52 ítems y 13 indicadores que miden las estrategias de afrontamiento del estrés.

Los autores realizaron una muestra en universitarios de Miami, Estados Unidos, demostrando un alpha de Cronbach entre .45 y .92. Asimismo, los resultados de test-retest luego de 8 semanas desde la primera aplicación, obtuvo valores de .46 a .86 (Carver et al., 1989). El inventario original COPE está constituido por 52 ítems y 13 subescalas que representan a las estrategias de afrontamiento. Las escalas obtuvieron un alpha de Cronbach entre .45 y .85.

En este sentido, en el Perú Cassareto y Chau (2016) realizaron una adaptación del instrumento mostrando una confiabilidad de alpha de Cronbach que varió entre .53 y .91 en sus escalas. Dentro del análisis factorial hallaron 13 factores al igual que en el modelo original, sin embargo, algunos de los ítems de las escalas se unificaron o cambiaron de factor.

### ***Validez y confiabilidad del instrumento adaptado: Inventario de Afrontamiento (COPE)***

En su adaptación al contexto peruano realizada por Polanco (2019) para la Universidad de Lima, administrada en una muestra de 612 peruanos mayores de 18 años. La confiabilidad del coeficiente de omega para esta adaptación fue de .96. Del

mismo modo, el análisis factorial reveló un coeficiente de .92 para el primer factor y de .93 para el segundo.

La validez del COPE se demostró a través del criterio de un grupo de 8 jueces expertos, psicólogos con maestría y especialistas en el tema del afrontamiento, obteniendo puntuaciones en la V de Aiken entre .88 a 1.00. Asimismo, en el análisis factorial exploratorio, mostró estructura compuesta por dos dimensiones y 22 ítems por factor.

Debido a la anterior, esta adaptación presenta una estructura constituida por 44 ítems que miden la variable con precisión y fiabilidad.

### **3.6. Técnicas de procesamiento y análisis de datos**

Para realizar la siguiente investigación se llevó a cabo una serie de coordinaciones pertinentes para acceder a la muestra. En primer lugar, se adaptaron los instrumentos en forma virtual utilizando Formularios de Google con la finalidad de respetar el distanciamiento social por Covid-19.

Al final del proceso de recolección de información, se transcribió la base de datos al programa Microsoft Excel. Posteriormente, se envió esta matriz de datos al programa Statistical Package for the Social Sciences (SPSS), donde se realizó la depuración y análisis de los datos según los objetivos de investigación.

Para obtener los niveles de rasgos de personalidad y estrategias de afrontamiento del estrés se empleó la frecuencia. Asimismo, se estimó la normalidad de los datos mediante el test K-S con el objetivo de analizar si los datos tienen una distribución normal o no normal, lo cual permite identificar el tipo de prueba estadística que se empleará en la contrastación de hipótesis. Los estadísticos requeridos en este estudio fueron la H de Kruskal Wallis, rho de Spearman, U de Mann Whitney y la Z de Kolmogorov Smirnov.

## **CAPÍTULO IV**

# **ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN DE DATOS**



#### 4.1. Resultados descriptivos de las dimensiones con la variable

A continuación, se evidencian los resultados de la evaluación de los rasgos de personalidad y las estrategias de afrontamiento del estrés.

**Tabla 5**

*Distribución de la muestra según edad*

	fr	%
Jóvenes (20-24)	78	67.8
Adulthood joven (25-40)	30	26.1
Adulthood media (41-50)	5	4.3
Adulthood tardía (51- 65)	2	1.7
Total	115	100.0

*Nota:* Se puede observar que la muestra de los internos de psicología en esta tabla está distribuida según las etapas del desarrollo humano.

En la tabla 5, se presenta la distribución de la muestra según edades de los internos de Psicología, mostrando que la mayoría se encuentra en la etapa de la juventud (67,8%); asimismo, el 26,1% se encuentra en la etapa de adultez joven; el 4,3% en la adultez media y solo el 1,7% se encuentra en la adultez tardía.

**Tabla 6**

*Distribución de la muestra según ciclo universitario*

	fr	%
Décimo ciclo	63	54.8
Noveno ciclo	52	45.2
Total	115	100.0

*Nota:* Se puede observar que el número de internos de décimo ciclo es mayor en comparación a los internos de noveno ciclo.

En la tabla 6, se observa la distribución de la muestra referente al ciclo académico, precisa que el 54.8% de internos de Psicología pertenecen al décimo ciclo, mientras que el 45.2% pertenece al noveno ciclo.

**Tabla 7***Distribución de la muestra según estado civil*

	fr	%
Casado (a)	5	4.3
Divorciado (a)	1	1
En pareja	37	32.2
Soltero (a)	72	62.6
Total	115	100.0

*Nota:* Se evidencia que la mayoría de los internos de Psicología se encuentra soltero(a) o en una relación de pareja.

Se observa en la tabla 7, que un 62.6% de los internos se encuentra soltero (a), mientras que un 32.2% está en una relación de pareja, 4.3% está casado (a) y el .9% está divorciado (a).

**Tabla 8***Distribución de la muestra según religiosidad*

	fr	%
Agnóstico	19	16.5
Ateo	8	7.0
Creyente	83	72.2
Otros	5	4.3
Total	115	100.0

*Nota:* Se demuestra que la mayoría de los internos de Psicología es creyente de alguna religión.

Por otra parte, se observa en la tabla 8 que un 72.2% de los internos es creyente de alguna religión, el 16.5% se considera agnóstico y el 7.0% se considera ateo.

### **Pruebas de normalidad**

**Tabla 9**

*Prueba de normalidad de la variable rasgos de personalidad*

Variable / Dimensiones	Kolmogorov-Smirnov		
	Estadístico	gl	p
Apertura a la experiencia	.119	115	.000
Extraversión	.132	115	.000
Amabilidad	.125	115	.000
Responsabilidad	.131	115	.000
Inestabilidad emocional	.087	115	.032
Rasgos de personalidad	.258	115	.000

*Nota:* \* > 0.05 = distribución normal.

En la tabla 9 se muestra la prueba de normalidad utilizando el estadístico Kolmogorov-Smirnov, donde se evidencia que todas las dimensiones y el total de la variable rasgos de personalidad presentan una distribución no normal al tener una significancia menor a .05 ( $p = .000$ ), por lo tanto, es necesario el uso de las pruebas no paramétricas.

**Tabla 10**

*Prueba de normalidad de la variable estrategias de afrontamiento del estrés*

Variable / Dimensiones	Kolmogorov-Smirnov		
	Estadístico	gl	p
Estrategias de afrontamiento centradas en el problema	.252	115	.000
Estrategias de afrontamiento centradas en la emoción	.237	115	.000
Estrategias de afrontamiento del estrés	.249	115	.000

*Nota:* \* > 0.05 = distribución normal.

La tabla 10 representa los resultados de la prueba de normalidad según Kolmogorov-Smirnov, los cuales demuestran que posee una distribución no normal al tener una significancia menor a .05 ( $p = .000$ ), por lo tanto, es necesario el uso de las pruebas no paramétricas.

## 4.2. Contrastación de hipótesis

### *Análisis correlacional de las variables*

**Tabla 11**

*Correlación entre rasgos de personalidad y estrategias de afrontamiento del estrés*

	Estrategias de afrontamiento centradas en el problema			Estrategias de afrontamiento centradas en la emoción		
	R	p	N	R	p	N
Apertura a la experiencia	.377	.000***	115	.036	.705	115
Extraversión	.328	.000***	115	-.018	.848	115
Amabilidad	.381	.000***	115	.497	.000***	115
Responsabilidad	.228	.014**	115	.309	.001***	115
Inestabilidad emocional	-.124	.187	115	.552	.000***	115

*Nota:* \*\*\*  $p < 0.01$ , cambios estadísticamente altamente significativos.

\*\*  $p < 0.05$ , cambios estadísticamente significativos.

Respecto a la correlación entre las dimensiones de rasgos de personalidad y estrategias de afrontamiento del estrés, se observa en la tabla 11 que existe una relación baja positiva y significativa entre el rasgo apertura a la experiencia y las estrategias de afrontamiento centradas en el problema ( $r=.337$ ,  $p=.000$ ). Sin embargo, los resultados obtenidos indican que no existe una relación significativa entre el rasgo apertura a la experiencia y las estrategias de afrontamiento centradas en la emoción ( $r=.036$ ,  $p=.705$ ).

Por otra parte, observamos la relación entre el rasgo extraversión y las dimensiones de estrategias de afrontamiento, demostrando existe una relación baja positiva y significativa entre la extraversión y las estrategias de afrontamiento centradas en el problema ( $r=.328$ ,  $p=.000$ ). Por el contrario, se observa que no existe una relación entre el rasgo extraversión y las estrategias de afrontamiento centradas en la emoción ( $r=-.018$ ,  $p=.848$ ).

Asimismo, observamos la relación entre la amabilidad y las dimensiones de estrategias de afrontamiento, demostrando que existe una relación baja significativa entre el rasgo amabilidad y las estrategias de afrontamiento centradas en el problema ( $r = .381$ ,  $p = .000$ ). De igual forma, se observa que existe una relación moderada positiva significativa entre el rasgo Amabilidad y las Estrategias de Afrontamiento centradas en la emoción ( $r = .497$ ,  $p = .000$ ).

Con respecto a la relación entre la responsabilidad y las dimensiones de estrategias de afrontamiento, existe una relación baja positiva significativa entre el rasgo responsabilidad y las estrategias de afrontamiento centradas en el problema ( $r = .228$ ,  $p = .014$ ). Del mismo modo, se observa que existe una relación baja positiva y significativa entre el rasgo responsabilidad y las estrategias de afrontamiento centradas en la emoción ( $r = .309$ ,  $p = .001$ ).

Finalmente, observamos la relación entre la inestabilidad emocional y las dimensiones de estrategias de afrontamiento, demostrando que no existe una relación entre el rasgo inestabilidad emocional y las estrategias de afrontamiento centradas en el problema ( $r = -.124$ ,  $p = .187$ ). En cambio, se observa que existe una relación moderada positiva y significativa entre el rasgo inestabilidad emocional y las estrategias de afrontamiento centradas en la emoción ( $r = .552$ ,  $p = .000$ ).

### ***Niveles de Rasgos de Personalidad***

**Tabla 12**

*Niveles de apertura a la experiencia*

	fr	%
Rasgo bajo	22	19.1
Rasgo promedio	85	73.9
Rasgo alto	8	7.0
Total	115	100

*Nota:* Se observa que la mayoría de internos presenta un nivel de rasgo promedio en apertura a la experiencia.

En la tabla 12, se presentan los niveles de apertura a la experiencia de los internos de Psicología. Se evidencia que el 19.1% presenta rasgo bajo, el 73.9% rasgo promedio y un 7% rasgo alto.

**Tabla 13**

*Niveles de extraversión*

	fr	%
Rasgo bajo	10	8.7
Rasgo promedio	55	47.8
Rasgo alto	50	43.5
Total	115	100

*Nota:* Se evidencia que la mayoría de internos presenta un nivel de rasgo promedio en extraversión.

En la tabla 13, se muestran los niveles de extraversión de los internos de Psicología. Se observa que solamente 8.7% presentan rasgo bajo, mientras que el 47.8% presenta un rasgo promedio y el 43.5% un rasgo alto.

**Tabla 14**

*Niveles de amabilidad*

	fr	%
Rasgo bajo	84	73.0
Rasgo promedio	28	22.6
Rasgo alto	5	4.3
Total	115	100

*Nota:* Se observa que la mayoría de internos presenta un nivel de rasgo bajo en amabilidad.

En la tabla 14, se evidencian los niveles de amabilidad de los internos de Psicología. Se muestra que un 73% presentan rasgo bajo, el 22.6% rasgo promedio y el 4.3% rasgo alto.

**Tabla 15***Niveles de responsabilidad*

	fr	%
Rasgo bajo	26	22.6
Rasgo promedio	62	53.9
Rasgo alto	27	23.5
Total	115	100

*Nota:* Se muestra que la mayoría de internos presenta un nivel de rasgo promedio en responsabilidad.

En la tabla 15, se presentan los niveles de responsabilidad de los internos de Psicología. Se observa que el 22.6% presentan rasgo bajo, un 53.9% rasgo promedio y un 23.5% un rasgo alto.

**Tabla 16***Niveles de inestabilidad emocional*

	fr	%
Rasgo bajo	18	15.7
Rasgo promedio	45	39.1
Rasgo alto	50	43.5
Total	115	100

*Nota:* Se evidencia que la mayoría de internos presenta un nivel de rasgo alto en inestabilidad emocional.

En la tabla 16, se presentan los niveles de inestabilidad emocional en los internos de psicología. Se observa que el 15.7% presenta rasgo bajo, el 39.1% rasgo promedio y un 43.5% un rasgo alto.

### **Niveles de Estrategias de Afrontamiento del Estrés**

**Tabla 17**

*Niveles de estrategias de afrontamiento centradas en el problema*

	fi	%
Nivel bajo	33	28.7
Nivel medio	57	49.6
Nivel alto	25	21.7
Total	115	100

*Nota:* Se muestra en esta tabla que los internos de psicología en su mayoría presentan un nivel medio de estrategias de afrontamiento centradas en el problema.

En la tabla 17, se presentan los niveles de estrategias de afrontamiento centradas en el problema. Se observa que el 28.7% tiene un nivel bajo, el 49.6% un nivel medio y el 21.7% un nivel alto.

**Tabla 18**

*Niveles de estrategias de afrontamiento centradas en la emoción*

	fi	%
Nivel bajo	33	28.7
Nivel medio	54	47.0
Nivel alto	28	24.3
Total	115	100

*Nota:* Se muestra en esta tabla que los internos de psicología en su mayoría presentan un nivel medio de estrategias de afrontamiento centradas en la emoción.

En la tabla 18, se observan los niveles de estrategias de afrontamiento del estrés centradas en la emoción de los internos de Psicología. Se evidencia que el 28.7% presenta un nivel bajo, un 47.0% presenta un nivel medio y un 24.3% un nivel alto.



### ***Diferencias significativas de los Rasgos de Personalidad***

**Tabla 19**

*Comparación de las dimensiones de rasgos según el sexo de los internos de psicología*

		N	Rango promedio	Suma de rangos	U	p
Apertura a la Experiencia	Masculino	45	54.87	2469.00	1434.000	.412
	Femenino	70	60.01	4201.00		
Extraversión	Masculino	45	56.80	2556.00	1521.000	.754
	Femenino	70	58.77	4114.00		
Amabilidad	Masculino	45	51.21	2304.50	1269.500	.076
	Femenino	70	62.36	4365.50		
Responsabilidad	Masculino	45	53.78	2420.00	1385.000	.270
	Femenino	70	60.71	4250.00		
Inestabilidad Emocional	Masculino	45	56.81	2556.50	1521.500	.758
	Femenino	70	58.76	4113.50		

*Nota:*  $p > 0.05$ , no se evidencian cambios estadísticamente significativos.

En la tabla 19, se muestran los resultados de la comparación de los rasgos de personalidad y sus dimensiones en función al sexo, demostrando que no existen diferencias estadísticamente significativas entre el sexo masculino y femenino.

**Tabla 20***Comparación de las dimensiones de rasgos según la edad de los internos de psicología*

	Edad	N	Rango promedio	H	gl	p
Apertura a la Experiencia	Jóvenes (20-24)	78	58.40	2.890	3	.409
	Adulthood joven (25-40)	30	61.47			
	Adulthood media (41-50)	5	35.90			
	Adulthood tardía (51-65)	2	45.75			
Extraversión	Jóvenes (20-24)	78	56.20	5.492	3	.139
	Adulthood joven (25-40)	30	64.47			
	Adulthood media (41-50)	5	35.20			
	Adulthood tardía (51-65)	2	88.25			
Amabilidad	Jóvenes (20-24)	78	58.56	.448	3	.930
	Adulthood joven (25-40)	30	57.77			
	Adulthood media (41-50)	5	56.70			
	Adulthood tardía (51-65)	2	43.00			
Responsabilidad	Jóvenes (20-24)	78	60.24	2.344	3	.504
	Adulthood joven (25-40)	30	54.55			
	Adulthood media (41-50)	5	55.70			
	Adulthood tardía (51-65)	2	28.25			
Inestabilidad Emocional	Jóvenes (20-24)	78	66.12	14.551	3	.002***
	Adulthood joven (25-40)	30	41.08			
	Adulthood media (41-50)	5	41.10			
	Adulthood tardía (51-65)	2	37.25			

Nota: \*\*\*  $p < 0.01$ , cambios estadísticamente altamente significativos.

En la tabla 20, se presentan los resultados de la comparación de Rasgos de la Personalidad y sus dimensiones en función de la edad de los internos evaluados y se evidencia que solo en la dimensión inestabilidad emocional existe una relación significativa menor a 0.05 (0.002). En el resto no existen diferencias estadísticamente significativas.

### **Diferencias significativas de las Estrategias de Afrontamiento del Estrés**

**Tabla 21**

*Comparación de las dimensiones de estrategias de afrontamiento según el sexo de los internos de psicología*

		N	Rango promedio	Suma de rangos	U	<i>a</i>
Estrategias de afrontamiento centradas en la emoción	Masculino	45	55.18	2483.00	1448.000	.466
	Femenino	70	59.81	4187.00		
Estrategias de afrontamiento centradas en el problema	Masculino	45	52.09	2344.00	1309.000	.127
	Femenino	70	61.80	4326.00		

*Nota:*  $p > 0.05$ , no se evidencian cambios estadísticamente significativos.

En la tabla 21, se observan los resultados de la comparación de las Estrategias de Afrontamiento del Estrés y sus dimensiones en función al sexo y se presenta que no existen diferencias estadísticamente significativas entre el sexo masculino y femenino.

**Tabla 22**

*Comparación de las dimensiones de estrategias de afrontamiento según la edad de los internos de psicología*

	Edad	N	Rango promedio	H	gl	p
Estrategias de afrontamiento centradas en la emoción	Jóvenes (20-24)	78	60.96	3.599	3	.308
	Adulthood joven (25-40)	30	53.55			
	Adulthood media (41-50)	5	53.00			
	Adulthood tardía (51-65)	2	22.00			
Estrategias de afrontamiento centradas en el problema	Jóvenes (20-24)	78	55.41	1.933	3	.586
	Adulthood joven (25-40)	30	61.78			
	Adulthood media (41-50)	5	72.70			
	Adulthood tardía (51-65)	2	65.50			

*Nota:*  $p > 0.05$ , no se evidencian cambios estadísticamente significativos.

En la tabla 22, se presentan los resultados de la comparación de las Estrategias de Afrontamiento del Estrés y sus dimensiones en función a la edad y se evidencia que no existen diferencias estadísticamente significativas entre las etapas de la juventud y adultez.

**CAPÍTULO V**  
**DISCUSIONES, CONCLUSIONES Y**  
**RECOMENDACIONES**

## 5.1. Discusiones

En esta investigación se analizó la relación entre las variables Rasgos de Personalidad y las Estrategias de Afrontamiento del Estrés de los internos de Psicología de una universidad privada de Lima Metropolitana en el año 2020, con una muestra establecida de 115 internos de noveno y décimo ciclo, con edades comprendidas entre los 20 y 55 años. La importancia de esta investigación radicó en la coyuntura actual que se atravesó en el periodo de emergencia nacional por Covid-19, que afecta a todos los profesionales de la salud mental, influyendo de manera significativa en sus niveles de estrés y en la forma en la cual hacen frente a una situación estresante. Los internos de Psicología, quienes se encuentran constantemente ayudando a las personas a mejorar su salud mental, también están afectados por la coyuntura, además, el periodo de prácticas pre-profesionales puede percibirse como una etapa de mucho esfuerzo y adecuación al ámbito laboral.

Respecto a la correlación entre las dimensiones de rasgos de personalidad y estrategias de afrontamiento del estrés, se observó relaciones bajas y significativas entre los rasgos de apertura a la experiencia, extraversión, amabilidad, responsabilidad y la dimensión estrategias de afrontamiento centradas en el problema. Mientras que, los rasgos amabilidad e inestabilidad emocional poseen una relación moderada y significativa con las estrategias de afrontamiento centradas en la emoción, así como una relación baja con el rasgo responsabilidad.

Estos hallazgos en relación al rasgo apertura la experiencia coinciden con lo demostrado por Cassaretto (2009), quien encontró correlaciones bajas entre apertura y el afrontamiento centrado en el problema, siendo posible que los sujetos con niveles de rasgo alto en apertura, especialmente con alta apertura a las ideas, usualmente

utilicen estrategias de afrontamiento centradas en el problema, principalmente en la actividad y planificación.

Por otra parte, respecto al rasgo de extraversión, esta investigación evidencia una relación significativa con las estrategias centradas en el problema, del mismo modo, Rim (1987) que demostró que el rasgo extraversión está relacionada con las estrategias de afrontamiento centrado en el problema y el pensamiento positivo. En general, el rasgo extraversión es asociado con maneras más dinámicas, sociables y positivas de lidiar con el estrés. Asimismo, Cassaretto (2009) encontró una relación con ambas estrategias de afrontamiento, referente a los hallazgos de este estudio, evidencia un vínculo entre extraversión y el afrontamiento centrado en el problema, utilizando en su mayoría estrategias como el afrontamiento activo, apoyo social (motivo instrumental) y planificación. Del mismo modo, Connor-Smith y Flachsbart (2007) implican que los individuos con rasgos de extraversión tratan de solucionar los conflictos, realizando una modificación cognitiva y buscando el soporte social frente al estrés.

Del mismo modo que en esta investigación, para Grace y Schill (1989) la amabilidad correlaciona con las estrategias de afrontamiento del estrés centrado en la emoción, específicamente con el reactor de búsqueda de apoyo social, perteneciente a esta dimensión. Para Costa et al. (1996) la agradabilidad (amabilidad) solo está vincula con el afrontamiento ya que permite una posición más serena y condescendiente.

Referente al rasgo responsabilidad, Cassaretto (2009) obtuvo una correlación significativa entre el rasgo conciencia (responsabilidad) y las estrategias centradas en el problema. En la presente investigación, esta relación puede implicar que los internos de psicología tiendan a enfocarse en sus objetivos o propósitos, planificando

y organizando, siendo conscientes de sus obligaciones y reflexionando acerca de la situación estresante. Según Fickova (2001) las personas con niveles elevados de conciencia tienen predilección por las estrategias centradas en el problema, lo cual les ayuda a minimizar el estrés; en cambio, las personas con un nivel de conciencia menor eligen estrategias desadaptativas que generan mayor malestar frente al estrés.

Respecto al rasgo inestabilidad emocional, se encontró que evidencia una relación moderada significativa con las estrategias de afrontamiento centradas en la emoción. Asimismo, los individuos con niveles altos de neuroticismo tienen la tendencia de analizar las situaciones estresantes un peligro, algo amenazante o un fracaso (Sandín, 1995; Taylor, 2003), por esta razón pueden presentar niveles más altos de estrés (Hoffman et al, 1996); en este sentido, desarrollan respuestas desadaptadas al percibirse sin las habilidades necesarias para hacer frente a la problemática (Fickova, 2001). Sin embargo, al tener una muestra de internos de psicología, que cuentan con conocimientos y mayor introspección, es posible que hayan modificado un afrontamiento evitativo por un afrontamiento centrado en la emoción que les permite reinterpretar positivamente el evento, buscar apoyo social, el análisis de sus emociones y la aceptación del problema.

En la presente investigación, se encontró que los internos de Psicología evidencian un nivel de rasgo alto en el rasgo inestabilidad emocional, niveles de rasgo promedio en apertura a la experiencia, extraversión y responsabilidad, mientras que un nivel de rasgo bajo en amabilidad. Estos hallazgos concuerdan en algunos aspectos con la investigación de García (2019), en la cual se demuestra que los estudiantes de Psicología también obtuvieron un nivel de rasgo alto en neuroticismo (inestabilidad emocional) y un nivel bajo en amabilidad; sin embargo, halló un nivel de rasgo alto en extraversión y niveles de rasgo bajo en apertura a la experiencia y



responsabilidad. Por otra parte, Varillas (2019) develó en su investigación que los estudiantes universitarios de su muestra también poseen niveles de rasgo promedio en apertura a la experiencia y extraversión, así como nivel de rasgo bajo en amabilidad; sin embargo, evidenciaron niveles bajos de responsabilidad e inestabilidad emocional.

Los niveles de rasgo alto en inestabilidad emocional encontrados indican que los internos de psicología experimenten emociones negativas y malestar psicológico, así como tendencia a la irritabilidad, impulsividad u vulnerabilidad al estrés. Sin embargo, según McCrae et al., (como se citó en De la Fuente & Volpin, 2015) sugirieron en base a estudios que los rasgos de personalidad que estos van cambiando durante el desarrollo humano, a consecuencia de los procesos de maduración intrínseca, mostrándose los cambios entre los 17 y 30 años, denotando una disminución de los rasgos neuroticismo (inestabilidad emocional), extraversión y apertura a la experiencia; asimismo, el incremento de los rasgos de amabilidad y responsabilidad. Sin embargo, la coyuntura por COVID-19 ha impactado mundialmente a la salud mental, encontrándonos vulnerables a altos niveles de estrés, depresión y ansiedad, generando la angustia psicológica frente a la incertidumbre del contagio, la pérdida de familiares, el miedo a la muerte y el aislamiento social (ONU, 2020).

Por otra parte, referente a los niveles de estrategias de afrontamiento del estrés, los internos de Psicología evidencian un nivel medio en estrategias de afrontamiento centradas en el problema y un nivel promedio en estrategias de afrontamiento centradas en la emoción. Del mismo modo, Clavijo y Delgado (2020) indican en su estudio que los practicantes de psicología mantienen principalmente las estrategias de afrontamiento centradas en el problema.

Respecto a la comparación de los rasgos de personalidad y sus dimensiones respecto al sexo, en esta investigación no se evidencian diferencias significativas a nivel estadístico entre el sexo masculino y femenino. Sin embargo, la investigación de Varillas (2019) demuestra diferencias significativas respecto al sexo en el rasgo apertura a la experiencia, el rasgo amabilidad y el rasgo inestabilidad emocional.

Por el contrario, la comparación de Rasgos de la Personalidad y sus dimensiones según la edad de la muestra, evidencia que la dimensión inestabilidad emocional tiene una diferencia significativa menor a 0.05 (0.002). En las demás dimensiones no se encuentran diferencias significativas. Sin embargo, Varillas (2019) encontró en su investigación que existen diferencias significativas respecto a la edad en los rasgos de personalidad: apertura a la experiencia, extraversión, amabilidad y responsabilidad.

Asimismo, en la comparación de las Estrategias de Afrontamiento del Estrés y sus dimensiones respecto al sexo no se encontraron diferencias significativas entre el sexo masculino y femenino. Meneses y Medina (2019) con respecto al género evidencia que las mujeres usaron estrategias de afrontamiento más centradas en la emoción y en los hombres predominaron las estrategias centradas en la resolución del problema. Por otra parte, Cassaretto (2009) encontró ciertas diferencias estadísticamente relevantes en relación al sexo, presentando que las mujeres tienen la tendencia a emplear más estrategias de afrontamiento centradas en la emoción que los varones. Los varones utilizan frecuentemente las estrategias activas y de supresión de actividades competentes.

Finalmente, la comparación de las Estrategias de Afrontamiento del Estrés y sus dimensiones respecto a la edad y se evidencia que no existen diferencias significativas a nivel estadístico entre las etapas de la juventud y adultez. Meneses y

Medina (2019) con respecto a la edad demostraron que ambos grupos de 18 –23 años y de 24-30 predominó la utilización de estrategias orientadas en la emoción, no obstante, la muestra de 24-30 años denotó un uso frecuente de la estrategia búsqueda de recompensas.

## 5.2. Conclusiones

- Existe correlación baja y significativa entre los rasgos de apertura a la experiencia, extraversión, amabilidad, responsabilidad y la dimensión estrategias de afrontamiento centradas en el problema. Mientras que, los rasgos amabilidad e inestabilidad emocional poseen una relación moderada y significativa con las estrategias de afrontamiento centradas en la emoción, así como una relación baja con el rasgo responsabilidad.
- En los niveles de rasgos de personalidad de los internos de Psicología se identificó que el 43.5% presenta un rasgo alto en inestabilidad emocional, un 73.9% rasgo promedio en apertura a la experiencia, 47.8% rasgo promedio en extraversión, 53.9% rasgo promedio en responsabilidad y 22.6% rasgo bajo en amabilidad.
- En los niveles de estrategias de afrontamiento del estrés de los internos de Psicología, se evidencia que el 49.6% presenta un nivel medio las estrategias de afrontamiento centradas en el problema, mientras que un 47.0% presenta un nivel medio de estrategias de afrontamiento centradas en la emoción.
- No se hallaron diferencias significativas en la comparación de los rasgos de personalidad y sus dimensiones en función al sexo de los internos. Sin embargo, se halló diferencias significativas en el rasgo inestabilidad emocional en función a la edad de los internos de psicología, siendo la etapa de la juventud donde se identificó mayor rasgo de inestabilidad emocional.

- No se hallaron diferencias significativas en la comparación de las estrategias de afrontamiento del estrés y sus dimensiones en función al sexo y a la edad de los internos de psicología.

### **5.3. Recomendaciones**

- Promover la evaluación de los rasgos de personalidad de los internos de Psicología que llevan a cabo la dedicada labor de tratar con la salud mental de sus pacientes o clientes. Los internos de Psicología poseen conocimientos acerca de la Personalidad, sin embargo, son seres humanos que poseen sus propias tendencias y es necesario conocerlas para realizar una praxis eficiente, además es importante para generar y conocer cómo evoluciona el perfil del interno de psicología.
- Promover la evaluación de las estrategias de afrontamiento del estrés de los internos de Psicología debido a que el periodo de emergencia por covid-19 y los cambios que ha generado en nuestra sociedad, es necesario conocer la manera en la cual afrontan la problemática, de esta forma, no solamente estaríamos haciendo una revisión de los niveles de estrés, sino también la eficacia de la persona en su forma de hacer frente a los problemas.
- Realizar talleres y charlas con la finalidad de psicoeducar a los internos sobre las mejores estrategias de afrontamiento del estrés, con el objetivo de afrontar de manera eficiente las situaciones problemáticas que puedan suceder dentro y fuera de la práctica psicológica.
- Brindar apoyo psicológico socioemocional a los internos de Psicología mediante tutorías personalizadas, de esta manera los internos también recibirían acompañamiento psicológico en caso se sienta abrumado por la carga laboral y los problemas personales.

## **REFERENCIAS**

- Allport, G. (1937) *Personality: A psychological interpretation*. Henry Holt.
- Allport, G. (1961) *Pattern and growth in personality*. Holt, Reinheart and Winston.
- Allport, G. (1975) *La personalidad: su configuración y desarrollo*. Editorial Herber.
- Anicama, J y Chumbimuni, A. (2018). *Manual: Cuestionario breve de personalidad de los cinco grandes factores CBP. LRC*. Fondo Editorial-CIPMOC.
- Arias, F. (2011). *El Proyecto de Investigación*. Editorial Episteme.
- Astos, M. (2019). *Afrontamiento al estrés en internos de enfermería de la Universidad Norbert Winner. Lima 2019*. [Tesis de pregrado, Universidad Norbert Winner]. Repositorio de la Universidad Norbert Winner. [http://repositorio.uwiener.edu.pe/bitstream/handle/123456789/3586/T061\\_73254257\\_T.pdf?sequence=1&isAllowed=y](http://repositorio.uwiener.edu.pe/bitstream/handle/123456789/3586/T061_73254257_T.pdf?sequence=1&isAllowed=y)
- Avía, M. y Sanchez, M. (1995). *Personalidad y psicopatología. Personalidad: aspectos cognitivos y soaciales*. Pirámide.
- Bandura, A. (1977). *Social learning theory*. Prentice Hall.
- Fierro, A. (1996). Afrontamiento: Aspectos generales. *Manual de Psicología de la Personalidad*. Paidós, 177-209.
- Cable News Network (CNN). (2020, 20 de febrero). Cronología del coronavirus: así comenzó y se extendió el virus que tiene en alerta al mundo. *CNN*. <https://cnnespanol.cnn.com/2020/02/20/cronologia-del-coronavirus-asi-comenzo-y-se-extendio-el-virus-que-pone-en-alerta-al-mundo/>
- Carver, Ch., Scheier, M. & Weintraub, J. (1989). Assesing coping strategies: A theoretically based approach. *Journal of Personality and Social Psychology*, 56 (2), 267-283.
- Cassaretto, M. (2009). *Relación entre las cinco grandes dimensiones de la personalidad y el afrontamiento en estudiantes preuniversitarios de Lima*

*Metropolitana*. [Tesis de maestría, Universidad Nacional Mayor de San Marcos]. Repositorio de la Universidad Nacional Mayor de San Marcos. [https://cybertesis.unmsm.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12672/619/Cassareto\\_bm.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://cybertesis.unmsm.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12672/619/Cassareto_bm.pdf?sequence=1&isAllowed=y)

Cattell, R., Cattell, A & Cattell, H. (1949). *Sixteen Personality Factor Questionnaire*. Champaign. Institute for Personality and Ability Testing.

Cattell, R. B. (1950). *Personality: A systematic theoretical and factual study*. McGraw-Hill.

Cénat, M., Blais, C., Kossigan, C., Noorishad, P., Mukunzi, J., McIntee, S., Darly, R., Goulet, M. & Labelle, P. (2020). Prevalence of symptoms of depression, anxiety, insomnia, posttraumatic stress disorder, and psychological distress among populations affected by COVID-19 pandemic: Asystematic review and meta-analysis. *Psychiatry Research*, (295). <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0165178120332601#bib0084>

Clavijo, A. & Delgado, Y. (2020) *Competencias profesionales, personales y estrategias de afrontamiento en practicantes de una universidad privada de la ciudad de Bucaramanga* [Tesis de pregrado, Universidad Autónoma de Bucaramanga]. Repositorio de la Universidad Autónoma de Bucaramanga. [https://repository.unab.edu.co/bitstream/handle/20.500.12749/11965/2020\\_Tesis\\_Angelica\\_Dayanna\\_Clavijo.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://repository.unab.edu.co/bitstream/handle/20.500.12749/11965/2020_Tesis_Angelica_Dayanna_Clavijo.pdf?sequence=1&isAllowed=y)

Condori, M & Feliciano, V. (2020) Estrategias de afrontamiento al estrés y ansiedad estado en trabajadores de un centro de salud en cuarentena por covid-19, Juliaca. [Tesis de pregrado, Universidad Autónoma de Ica]. Repositorio de la Universidad Autónoma de Ica.

<http://repositorio.autonmadeica.edu.pe/bitstream/autonmadeica/728/1/Maritz%20Condori%20Chambi.pdf>

Connor-Smith, J. K., & Flachsbart, C. (2007). Relations between personality and coping: A meta-analysis. *Journal of Personality and Social Psychology*, 93(6), 1080-1107. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.93.6.1080>

Costa, P. & McCrae, R. (1999). *NEO-PI-R: Inventario de la personalidad NEO revisado (NEOPI-R) e Inventario NEO Reducido de Cinco Factores (NEO-FFI). Manual profesional*. TEA Ediciones.

Costa, P., Somerfield, M. & McCrae, R. (1996) *Personality and coping: A reconceptualization*. APA PsycNET  
[https://www.researchgate.net/publication/232564739\\_Personality\\_and\\_coping\\_A\\_reconceptualization](https://www.researchgate.net/publication/232564739_Personality_and_coping_A_reconceptualization)

Cubas, A. & Pozo, J. (2019). *Bienestar Psicológico y Afrontamiento al Estrés en internos de Ciencias de la Salud en un Hospital Minsa Nivel II. 2019*. [Tesis de pregrado, Universidad Nacional Pedro Ruiz Gallo]. Repositorio de la Universidad Nacional Pedro Ruiz Gallo, <http://repositorio.unprg.edu.pe/bitstream/handle/UNPRG/3872/BC-TES-TMP-2755.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

De la Fuente, A. & Volpin, G. (2016) *Rasgos de personalidad en estudiantes ingresantes a la carrera de psicología*. [Tesis de pregrado, Universidad Nacional de Mar del Plata]. Repositorio de la Facultad de Psicología - Universidad Nacional de Mar del Plata. <http://rpsico.mdp.edu.ar/handle/123456789/495>



- El Peruano (2019, 17 de octubre). Ansiedad, violencia y estrés en universidades. *El Peruano*. <https://elperuano.pe/noticia/85499-ansiedad-violencia-y-estres-en-universidades>
- Eysenck, H. (1970). *Fundamentos biológicos de la personalidad*. Fontanella.
- Eysenck, H., Eysenck, S. & Barrett, P. (1985) A revised version of Psychoticism scale. *Personality and individual differences*, (6), 21-29.
- Eysenck, H. J. (1990). Genetic and environmental contributions to individual differences: the three major dimensions of personality. *Journal of Personality*, (58), 245-261.
- Davidoff, L. (1998). *Introducción a la Psicología*. McGraw Hill.
- Fernández, E. (1997). *Estilos y estrategias de afrontamiento. Cuaderno de prácticas de motivación y emoción*. Pirámide.
- Fickova, E. (2001). Personality regulators of coping behavior in adolescents. *Studia Psychologica*, 43 (4), 321-329.
- Freud, S. (1987) *Obras completas*. Biblioteca Nueva.
- Frydenberg, E. & Lewis, R. (1996). *ACS. Escalas de Afrontamiento para Adolescentes. Manual*. TEA.
- García, M. & Gil, M. (2016). El estrés en el ámbito de los profesionales de la salud. *Persona*, (019), 11-30. <https://doi.org/10.26439/persona2016.n019.968>
- García, S. (2019) *Rasgos de Personalidad de los estudiantes de Psicología de una Universidad particular de Chiclayo, durante agosto a diciembre del 2018* [Tesis de pregrado, Universidad Católica Santo Toribio de Mogrovejo]. Repositorio de la Universidad Católica Santo Toribio de Mogrovejo, [http://tesis.usat.edu.pe/xmlui/bitstream/handle/20.500.12423/1872/TL\\_GarciaCastroSarita.pdf?sequence=1&isAllowed=y](http://tesis.usat.edu.pe/xmlui/bitstream/handle/20.500.12423/1872/TL_GarciaCastroSarita.pdf?sequence=1&isAllowed=y)

- Goldberg, L. (1993). The structure of phenotypic personality traits. *American Psychologist*, 48(1), 26–34. <https://doi.org/10.1037/0003-066X.48.1.26>
- Grace, G & Schill, T. (1986) Social Support and Coping Style in Subjects High and Low in Interpersonal Trust. *Psychological Reports*. 59, 584-586.
- Hernández, R., Fernández, C & Baptista, M. (2014) *Metodología de la Investigación. Sexta Edición*. McGraw-Hill. <http://observatorio.epacartagena.gov.co/wp-content/uploads/2017/08/metodologia-de-la-investigacion-sexta-edicion.compressed.pdf>
- Hoffman, M. A., Levy-Shiff, R. & Malinski, D. (1996). Stress and Adjustment in the Transition to Adolescence: Moderating Effects of Neuroticism and Extraversion. *Journal of Youth and Adolescence*, 25 (2), 161-175.
- Kaccallaca, M. (2016) *Afrontamiento al estrés en internos de enfermería de la universidad nacional del altiplano puno, 2016* [Tesis de pregrado, Universidad Nacional del Altiplano]. Repositorio de la Universidad Nacional del Altiplano. <http://repositorio.unap.edu.pe/handle/UNAP/5407>
- Lazarus, R. & Folkman, S. (1984). *Stress appraisal and coping*. Springer.
- Lazarus, R. & Folkman, S. (1986). *Estrés y procesos cognitivos*. Martínez Roca.
- Lazarus, R. (1993). *Why we should think of stress as a subset of emotion? (2ª ed.)*, 21-39. *The Free Press*.
- Lersch, Ph. (1966). *Aujbau der Person*. Johann Ambrosius Barth.
- Lozada, J. (2014). Investigación Aplicada: Definición, Propiedad Intelectual e Industria. *Cienciamérica*, 34-39.
- Macías, M., Madariaga, C., Valle, M. & Zambrano, J. (2013). Estrategias de afrontamiento individual y familiar frente a situaciones de estrés psicológico. *Psicología desde el Caribe*, 30 (1), 123-145.

Ministerio de Salud (2021, 10 de junio). El 52.2% de limeños sufre de estrés debido a la pandemia de la COVID-19. *Ministerio de Salud*.

<https://www.gob.pe/institucion/minsa/noticias/499838-el-52-2-de-limenes-sufre-de-estres-debido-a-la-pandemia-de-la-covid-19/>

Medina, J. (2017). *Rasgos de personalidad y su influencia en las relaciones interpersonales de estudiantes universitarios* [Tesis de pregrado, Universidad Técnica de Ambato]. Repositorio de la Universidad Técnica de Ambato. <https://repositorio.uta.edu.ec/jspui/handle/123456789/25492>

Meneses, D. y Medina, L. (2019) *Estrategias de Afrontamiento y Bienestar subjetivo: un estudio correlacional en una muestra de estudiantes universitarios. Universidad Santo* [Tesis de pregrado, Universidad de Santo Tomás]. Repositorio de la Universidad de Santo Tomás. <http://docplayer.es/182799015-Estrategias-de-afrontamiento-y-bienestar-subjetivo-un-estudio-correlacional-en-una-muestra-de-estudiantes-universitarios.html>

Morris, C. y Maisto, A. (2005). *Introducción a la Psicología*. <https://psicologiaen.files.wordpress.com/2016/06/morris-introduccion-a-la-psicologia.pdf>

Organización de Naciones Unidas (2020, 13 de mayo). Informe de políticas. La COVID-19 y la necesidad de actuar en relación con la salud mental. *Organización de las Naciones Unidas*. [https://www.un.org/sites/un2.un.org/files/policy\\_brief\\_-\\_covid\\_and\\_mental\\_health\\_spanish.pdf](https://www.un.org/sites/un2.un.org/files/policy_brief_-_covid_and_mental_health_spanish.pdf)

Organización de las Naciones Unidas para la Educación, la Ciencia y la Cultura (2020). COVID-19 y educación superior: De los efectos inmediatos al día después. Análisis de impactos, respuestas políticas y recomendaciones.

<https://www.iesalc.unesco.org/2020/11/09/la-universidad-siempre-sabe-salir-airosa-de-las-pandemias/>

Organización Mundial de la Salud (2020, 5 de octubre). Los servicios de salud mental se están viendo perturbados por la COVID-19 en la mayoría de los países, según un estudio de la OMS. Comunicado de prensa. OMS. <https://www.who.int/es/news/item/05-10-2020-covid-19-disrupting-mental-health-services-in-most-countries-who-survey>

Ortega, B. (2019). *Rasgos de personalidad y su influencia en las habilidades de afrontamiento para estrés de las aspirantes a policías del Centro de Formación Policial Cabo Segundo Víctor Hugo Ushca Pachacama* [Tesis de pregrado, Universidad Tecnológica Indoamérica]. Repositorio de la Universidad Tecnológica Indoamérica. <http://repositorio.uti.edu.ec/bitstream/123456789/1543/1/BIANCA%20BELEN%20ORTEGA%20CARRILLO%20TESIS.pdf>

Paredes, L. & Hacha, M. (2020). *Estrategias de afrontamiento al estrés y bienestar psicológico en estudiantes del primer año académico de psicología de una universidad estatal de Arequipa* [Tesis de pregrado, Universidad Nacional de San Agustín]. Repositorio de la Universidad Nacional de San Agustín. <http://repositorio.unsa.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12773/11539/PSpahulm%26hahume.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

Park, C. & Folkman, S. (1997). Meaning in the Context of Stress and Coping. *Review of General Psychology, 1* (2), 115-144.

Pearling, L. & Schooler, C. (1978). The structure of coping. *Journal of health and social behavior 19*, 2-21.

- Pérez, M. & Rodríguez, N. (2011). Estrategias de afrontamiento: un programa de entrenamiento para paramédicos de la Cruz Roja. *Revista costarricense de psicología*. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=4836523>
- Pervin, L., John, O. (1998). *Personalidad: Teoría e investigación*. Manual Moderno.
- Polanco, J. (2019). *Adaptación del inventario de afrontamiento COPE en adultos pertenecientes a la población económicamente activa de Lima Metropolitana* [Tesis de pregrado, Universidad de Lima]. Repositorio de la Universidad de Lima. <http://doi.org/10.26439/ulima.tesis/9994>
- Quintanilla, R., Valadez, I., Valencia, S. & González, J. (2005). Estrategias de afrontamiento en pacientes con tentativa suicida. *Investigación en Salud* 7 (2), 112-116.
- Rogers, C. (1962). *A Theory of Therapy, Personality, and Interpersonal Relationships as Developed in the Client-Centered Framework*. McGraw-Hill.
- Sánchez, R. & Ledesma R. (2007). *Los cinco grandes factores: cómo entender la personalidad y cómo evaluarla*. En A. Monjeau (Ed.), *Conocimiento para la transformación*. Serie Investigación y Desarrollo, 131-160. Ediciones Universidad Atlántida Argentina.
- Sandín, B. (1995). El Estrés. En. A. Belloch; B. Sandín y F. Ramos. *Manual de Psicopatología*, 2. McGraw - Hill.
- Sanz, J., Silva, F. & Avia, M. (1999). *La evaluación de la personalidad desde el modelo de los "Cinco Grandes": El Inventario de Cinco-Factores NEO (NEO-FFI) de Costa y McCrae*.
- Schutz, A. (1970) *On phenomenology and social relations*. The University of Chicago Press.

- Skinner, B. F. (1991). El yo como punto de partida. En *El análisis de la conducta: Una visión retrospectiva*. (pp. 45-55). LIMUSA.
- Tamayo & Tamayo (2006). *El proceso de la Investigación Científica*. Noriega Editores.
- Tamayo & Tamayo. (2012) *The Process of Scientific Research*. Cuarta edición. Limusa Noriega Editors.
- Taylor, S. (2003). *Health psychology*. McGraw Hill.
- Varillas, M. (2018). *Rasgos de personalidad en universitarios con y sin asertividad sexual en una universidad privada de lima* [Tesis de pregrado]. Universidad Autónoma del Perú.  
<https://repositorio.autonoma.edu.pe/handle/20.500.13067/533>
- Viteri, S. (2021). *Uso de estrategias de afrontamiento ante el distrés del confinamiento en universitarios de la UIDE* [Tesis de pregrado, Universidad Internacional del Ecuador]. Repositorio de la Universidad Internacional del Ecuador.  
<https://repositorio.uide.edu.ec/handle/37000/4734>
- Zurroza, A., Oviedo, I., Ortega, R. & Pérez, O. (2009). Relación entre rasgos de personalidad y el nivel de estrés en los médicos residentes. *Revista de Investigación clínica*, 61 (2), 110-118.  
<https://www.medigraphic.com/pdfs/revinvcli/nn-2009/nn092d.pdf>

# **ANEXOS**

## Anexo 1. Matriz de consistencia

PROBLEMA	OBJETIVOS	HIPÓTESIS	VARIABLES	METODOLOGÍA DE INVESTIGACIÓN	INSTRUMENTOS
<p><b>General</b></p> <p>¿Qué relación existe entre los Rasgos de Personalidad y las Estrategias de Afrontamiento del Estrés de los internos de Psicología de una universidad privada de Lima Metropolitana en el año 2020?</p>	<p><b>Objetivo General</b></p> <p>Determinar la relación entre los Rasgos de Personalidad y las Estrategias de Afrontamiento del Estrés de los internos de Psicología de una universidad privada de Lima Metropolitana en el año 2020.</p> <p><b>Objetivos Específicos</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Establecer los rasgos de personalidad en internos de Psicología de una universidad privada de Lima Metropolitana en el año 2020.</li> <li>- Establecer las estrategias de</li> </ul>	<p><b>Hipótesis General</b></p> <p><b>Hi:</b> Existe relación estadísticamente significativa entre los Rasgos de Personalidad y las Estrategias de Afrontamiento del Estrés de los internos de Psicología de una universidad privada de Lima Metropolitana en el año 2020.</p> <p><b>Ho:</b> No existe relación estadísticamente significativa entre los Rasgos de Personalidad y las Estrategias de Afrontamiento del Estrés de los internos de Psicología de una universidad privada de Lima Metropolitana en el año 2020.</p>	<p><b>Rasgos de Personalidad</b></p> <p><b>Estrategias de Afrontamiento del estrés</b></p>	<p><b>Tipo de Investigación:</b></p> <p>Investigación básica y sustantiva</p> <p><b>Enfoque de investigación:</b></p> <p>Enfoque cuantitativo</p> <p><b>Diseño de Investigación:</b></p> <p>Correlacional</p>	<p><b>Técnica de recolección de datos:</b></p> <p>Encuesta</p> <p><b>Instrumentos:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Cuestionario Breve de Personalidad de los Cinco Grandes Factores CBP- LRC.</li> <li>- Inventario de Afrontamiento (COPE).</li> </ul>



---

afrentamiento del estrés en internos de Psicología de una universidad privada de Lima Metropolitana en el año 2020.	<b>Hipótesis Específicas</b>
- Identificar las diferencias estadísticamente significativas de los rasgos de personalidad según sexo y edad en internos de Psicología de una universidad privada de Lima Metropolitana en el año 2020.	- Identificar las diferencias estadísticamente significativas de los rasgos de personalidad según sexo y edad en internos de Psicología de una universidad privada de Lima Metropolitana en el año 2020.
- Identificar las diferencias estadísticamente significativas de los rasgos de personalidad según sexo y edad en internos de Psicología de una universidad privada de Lima Metropolitana en el año 2020.	- Identificar las diferencias estadísticamente significativas de las estrategias de afrontamiento del estrés según sexo y edad en internos de Psicología de una universidad privada de Lima Metropolitana en el año 2020.
- Identificar las diferencias estadísticamente significativas de las estrategias de afrontamiento del estrés según sexo y edad en internos de Psicología.	

---

## Anexo 2. Consentimiento Informado

### CONSENTIMIENTO INFORMADO

#### Estimado(a) Interno(a):

Usted ha sido invitado a participar en el presente proyecto de investigación. Si Usted decide participar en el estudio, es importante que considere la siguiente información.

El propósito del presente estudio es determinar la relación entre los Rasgos de Personalidad y las Estrategias de Afrontamiento del Estrés de los Internos de Psicología de la universidad privada de Lima Metropolitana en el año 2020.

#### Su participación consistirá en:

- Resolver dos instrumentos psicométricos: *Cuestionario Breve De Personalidad (CBP – LRC)* y el *Inventario de Afrontamiento (COPE)*.
- La resolución de estos cuestionarios durará aproximadamente 15 o 20 minutos.

**Confidencialidad:** Toda la información que proporcione para el estudio será de carácter estrictamente confidencial, será utilizada únicamente por el equipo de investigación del proyecto y no estará disponible para ningún otro propósito.

**Participación:** Su participación en este estudio es voluntaria. La Universidad Inca Garcilaso de la Vega aprobó la participación de los internos en este proyecto de investigación, debido a que cumple con sus estándares metodológicos y éticos.

**Contacto:** Si usted tiene alguna pregunta, comentario o preocupación con respecto al proyecto, por favor comuníquese con la investigadora responsable del proyecto: Int. Psi. Kiara Noelia Salazar Guillen.

**Si usted autoriza su participación en este estudio, por favor complete los siguientes datos:**

**Nombres y Apellidos:** \_\_\_\_\_ -

\_\_\_\_\_

**Firma:** \_\_\_\_\_

**Fecha/hora** \_\_\_\_\_

### Anexo 3. Ficha sociodemográfica

#### FICHA SOCIODEMOGRÁFICA

**Edad:** \_\_\_\_\_ **Género:** \_\_\_\_\_ **Estado Civil:**

\_\_\_\_\_

**Distrito de residencia:** \_\_\_\_\_ **Ciclo universitario:**

\_\_\_\_\_

#### **Religiosidad:**

\_\_\_ Creyente

\_\_\_ Agnóstico

\_\_\_ Ateo

Otro: \_\_\_\_\_

#### **Recientemente, ¿Se ha sentido estresado?**

\_\_\_ Poco

\_\_\_ Regular

\_\_\_ Mucho

#### **¿Considera que su forma de lidiar con las situaciones estresantes es beneficiosa?**

\_\_\_ Nunca

\_\_\_ A veces

\_\_\_ Usualmente

\_\_\_ Siempre

#### **¿Consideras que tu personalidad influye en la toma de decisiones ante las situaciones estresantes?**

\_\_\_ No

\_\_\_ A veces

\_\_\_ Sí

## Anexo 4. Cuestionario Breve de Personalidad CBP – LRC

### CUESTIONARIO BREVE DE PERSONALIDAD CBP – LRC

Cada persona posee una Personalidad distinta, con características estables y perdurables. Este cuestionario solicita que indique las respuestas más acordes a su Personalidad.

#### INSTRUCCIONES:

Lea atentamente cada una de las oraciones que describen eventos, intereses y actitudes de la vida cotidiana, responda marcando solo en una de las opciones, de acuerdo a la siguiente escala:

1= Nunca

2 = Casi nunca

3 = A veces

4 = Casi siempre

5 = Siempre

Por favor, elegir sus respuestas cuidadosamente y de la forma más sincera posible. No hay respuestas correctas o incorrectas, de modo que elija la respuesta que más se le ajuste a usted.

ÍTEMS	1	2	3	4	5
1. ¿Cada cierto tiempo hace cosas nuevas?					
2. ¿Le interesa aprender de otras culturas (danzas, costumbres, idiomas, comidas, etc.)?					
3. ¿Le gusta que las cosas se hagan como usted quiere?					
4. ¿Escucha el consejo de otras personas?					
5. ¿Siempre das las gracias?					
6. ¿Tiene dificultades para relacionarse con otras personas?					
7. ¿Se divierte y ríe con facilidad?					
8. ¿Le gusta decir lo que piensa y siente?					
9. ¿Siempre tiene que estar haciendo alguna cosa?					
10. ¿Contesta siempre las llamadas por teléfono o los mensajes?					

ÍTEMS	1	2	3	4	5
11. ¿Se fija en los defectos de otras personas?					
12. ¿Confía rápidamente en personas que no conoce?					
13. ¿Comparte lo que tiene con otras personas?					
14. ¿Tiene problemas por su forma de pensar?					
15. ¿Hace cosas, sin pensar en las consecuencias?					
16. ¿Planifica sus actividades del día o la semana?					
17. ¿Trabaja o estudia hasta conseguir lo que quiere?					
18. ¿Deja las actividades que hace para otro momento?					
19. ¿Alguna vez se ha reído de un chiste grosero?					
20. ¿Se enoja o se pone triste fácilmente?					
21. ¿Es una persona preocupada?					
22. ¿Se siente solo (a)?					
23. ¿Es una persona nervioso (a)?					
24. ¿Alguna vez ha tenido una sonrisa falsa?					
25. ¿Siempre quiere ganar en los juegos que participa?					

## Anexo 5. Inventario de Afrontamiento del Estrés COPE

### Anexo 05: Inventario de Afrontamiento del Estrés COPE

#### INVENTARIO DE AFRONTAMIENTO DEL ESTRÉS

Las personas responden de diferentes formas frente a acontecimientos difíciles o estresantes. Este cuestionario solicita que indique lo que generalmente hace y siente cuando experimenta situaciones problemáticas que le generen estrés.

#### INSTRUCCIONES:

Responda a cada uno de los siguientes ítems marcando con una X según las opciones presentadas a continuación.

1 = No suelo hacer esto en absoluto

2 = Suelo hacer esto un poco

3 = Suelo hacer esto moderadamente

4 = Suelo hacer esto mucho

Por favor, elegir sus respuestas cuidadosamente y de la forma más sincera posible. No hay respuestas correctas o incorrectas, de modo que elija la respuesta que más se le ajuste a usted.


ÍTEMS	1	2	3	4
1. Intento desarrollarme como persona a partir del resultado de la experiencia.				
3. Me altero manifestando mis emociones.				
4. Intento conseguir consejo de alguien sobre qué hacer en situaciones estresantes.				
5. Concentro mis esfuerzos en hacer algo acerca de la situación estresante.				
6. Me digo a mí mismo: "Esto no es real".				
9. Admito que no puedo con ello y dejo de intentarlo.				
10. Me convengo a mí mismo de no hacer algo con demasiada rapidez.				
12. Para sentirme mejor consumo alcohol y/o drogas				
13. Me acostumbro a la idea de que sucedió un evento estresante.				
14. Hablo con alguien para saber más acerca de la situación.				

ÍTEMS	1	2	3	4
16. Sueño despierto con otras cosas diferentes.				
17. Me altero, siendo realmente consciente de ello.				
19. Hago un plan de acción.				
22. Me tomo un tiempo en tomar acción sobre el tema hasta que la situación lo permita.				
23. Intento conseguir apoyo emocional de amigos y/o familiares.				
24. Simplemente dejo de intentar lograr mi objetivo.				
25. Tomo medidas adicionales para intentar librarme del problema.				
26. Intento distraerme un rato consumiendo alcohol y/o drogas.				
27. Me niego a creer que haya sucedido.				
29. Intento ver el suceso estresante de una forma diferente para que parezca más positivo.				
30. Hablo con alguien que pudiera hacer algo concreto acerca del problema.				
31. Duermo más de lo habitual.				
32. Intento encontrar una estrategia de qué hacer frente a acontecimiento estresante.				
33. Me concentro en el manejo del problema, apartando otros temas un poco, en caso sea necesario.				
34. Consigo la compasión y comprensión de alguien.				
35. Para pensar menos en ello consumo drogas y/o alcohol.				
36. Evito tomar la situación con tanta seriedad, incluso hago chistes.				
37. Renuncio a intentar lograr lo que quiero.				
38. Busco algo positivo a partir de lo que está sucediendo.				
39. Pienso acerca de cómo podría manejar mejor el problema.				
40. Actúo como si realmente no hubiera sucedido.				
41. Me aseguro de no empeorar las cosas por actuar demasiado pronto.				
42. Intento evitar que otras cosas interfieran con mis esfuerzos de manejar la situación estresante.				

ÍTEMS	1	2	3	4
44. Acepto la realidad del hecho que ha sucedido.				
45. Pregunto a personas que han tenido experiencias similares qué hicieron.				
46. Siento un gran malestar emocional y expreso estos sentimientos en gran medida.				
47. Llevo a cabo una acción directa en torno al problema.				
51.Reduzco la cantidad de esfuerzo que dedico a resolver el problema.				
52. Hablo con alguien acerca de cómo me siento frente a la situación estresante.				
53. Consumo alcohol y/o drogas para ayudarme a superarlo.				
56. Pienso profundamente acerca de qué pasos tomar.				
57. Actúo como si nunca hubiera ocurrido.				
58. Hago lo que hay que hacer, paso a paso.				
59. Aprendo algo de la experiencia.				



## Anexo 6. Solicitud de autorización de instrumentos psicométricos

 **Kiara Salazar** <kiarasalazar.8.ks@gmail.com> mar, 26 oct 2021, 19:46 ☆ ↶ ⋮  
para jose.anicama, janicamag ▾

Estimado Dr. José Anicama,

Permitame presentarme, mi nombre es Kiara Salazar Guillen, soy bachiller en Psicología y actualmente me encuentro desarrollando mi investigación para optar al título profesional en la Universidad Autónoma. Mi tema de estudio es: "Rasgos de Personalidad y Estilos de Afrontamiento del Estrés en internos de Psicología de una Universidad Privada de Lima Metropolitana en el año 2020".


Me gustaría poder **utilizar su adaptación del Cuestionario Breve de Personalidad de los Cinco Grandes Factores CBP- LRC**. Como es de su conocimiento, la universidad me solicita tener su autorización para poder hacer uso de dicha prueba. Agradecería mucho contar con su permiso.

Asimismo, si usted puede brindarme amablemente el manual de uso y de calificación estaré infinitamente agradecida.

Si desea que le brinde más información sobre mi investigación o tiene alguna pregunta estoy dispuesta a responder a la brevedad. Adjunto mis datos

Sin otro particular, me despido

Atentamente

 **Jose Anicama** <janicamag@gmail.com> 31 oct 2021, 21:42 ★ ↶ ⋮  
para CIPMOC, mí ▾

Buenas noches Kiara:

Lamento recién responder pero he tenido una semana muy complicada de trabajo. Por medio de la presente, quedas **AUTORIZADA A UTILIZAR EL CUESTIONARIO BREVE DE PERSONALIDAD DE LOS CINCO GRANDES FACTORES CBP- LRC**. Como verás le he copiado a CIPMOC, para que solicites la versión final a ellos pues se trabajó el material bajo su auspicio.

Agradezco la comunicación enviada y vere que se te envíe la información requerida, pero haz contacto con la institución.


Saludos y nos vemos en enero cuando vuelva la presencialidad, acercate a mi oficina y me dices como va lo de tu investigación.

Saludos

Dr-. Jose Anicama

...

**Autorización de uso del Inventario COPE adaptado** 🖨️ 📄

 **Kiara Salazar** <kiarasalazar.8.ks@gmail.com> mar, 26 oct 2021, 19:24 ☆ ↶ ⋮  
para jocelynpc ▾

Estimada Mg. Jocelyn Polanco,

Junto con el agrado de saludarle, permitame presentarme, mi nombre es Kiara Salazar Guillen, soy bachiller en Psicología y actualmente me encuentro desarrollando mi investigación para optar al título profesional en la Universidad Autónoma. Mi tema de estudio es: "Rasgos de Personalidad y Estilos de Afrontamiento del Estrés en internos de Psicología de una universidad privada de Lima Metropolitana".

Me gustaría poder **utilizar la adaptación del inventario COPE que usted realizó en su tesis de licenciatura**. Mi universidad me solicita tener su autorización para poder hacer uso de dicha prueba. Agradecería mucho contar con su permiso.

Si desea que le brinde más información sobre mi investigación o tiene alguna pregunta estoy dispuesta a responder a la brevedad. Adjunto mis datos.

Sin otro particular, me despido

Atentamente