



UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DE ICA

UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DE ICA
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
PROGRAMA ACADÉMICO DE PSICOLOGÍA

TESIS

**“ESTRATEGIAS DE AFRONTAMIENTO Y SU RELACIÓN CON
LA CALIDAD DE VIDA EN ADOLESCENTES DE QUINTO GRADO
DE SECUNDARIA DE LA I.E. NUESTROS HÉROES DE LA GUERRA DEL
PACÍFICO DEL DISTRITO DE TACNA, AL AÑO 2021”**

LÍNEA DE INVESTIGACIÓN

Calidad de vida y resiliencia y bienestar psicológico

Presentado por:

Ruth Karina Albarracin Pongo

Tesis desarrollada para optar el Título Profesional de Licenciada en
Psicología

Docente asesor:

Dra. Juana Marcos Romero

Chincha, Ica, 2021

Asesor

DR. BLADIMIR DOMINGO BECERRA CANALES

Miembros del jurado

-Dr. Edmundo Gonzáles Zavala

-Dr. William Chu Estrada

-Dr. Martín Campos Martínez

DEDICATORIA

A mi papá, mamá,
hermanitos, hermana
mayor, abuelita Meme,
abuelito Pepe, tío Gilberto,
tía Tita.

A las personas que ya no
están y les hubiera
encantado ver a sus seres
queridos graduados, a
nosotros también nos
hubiera gustado que estén:
profesores, familiares, y en
general.

Al ser que me dio
alegrías sinceras en los
momentos difíciles: Killita.

AGRADECIMIENTO

Gracias a la Universidad Autónoma de Ica que me brindó la oportunidad de ver una luz al final del túnel.

A los profesores que me inculcaron disciplina, como Ps. Perea; los que confiaron en mí, como Ps. Salazar y Ps. Moscoso; los que a pesar de su infinita sabiduría creen en el potencial de sus estudiantes, como Ps. Azócar. Hicieron que recuerde sus palabras en los momentos que necesitaba.

RESUMEN

La presente investigación titulada "Estrategias de afrontamiento y su relación con la calidad de vida en adolescentes de quinto grado de secundaria de la I.E. Nuestros Héroes de la Guerra del Pacífico del distrito de Tacna, al año 2021" tiene por objetivo determinar cómo se relacionan las estrategias de afrontamiento y la calidad de vida en adolescentes del quinto grado de secundaria de la I.E. Nuestros Héroes de la Guerra del Pacífico

del distrito de Tacna, al año 2021. Se empleó un diseño no experimental y observacional, de nivel relacional y de tipo básico o fundamental. Se empleó una muestra de tipo censal conformada por 60 estudiantes de quinto grado de secundaria, a los que se les aplicó el inventario de estilos de afrontamiento y el Cuestionario KIDDO-KINDL. Entre los principales resultados, se puede señalar que las estrategias de afrontamiento y la calidad de vida se relacionan significativamente en adolescentes del quinto grado de secundaria de la I.E. Nuestros Héroes de la Guerra del Pacífico del distrito de Tacna, al año 2021.

Palabras clave: estrategias, afrontamiento, estrés, calidad, vida.

ABSTRACT

The present research entitled "Coping strategies and their relationship with the quality of life in fifth grade adolescents of the El Our Heroes of the Pacific War of the district of Tacna, to the year 2021" aims to determine how the coping strategies and quality of life in fifth-grade adolescents from the El Nuestro Heroes de la Guerra del Pacífico in the district of Tacna, by the year 2021. A non-experimental and observational design was used, at a relational level and of a basic or fundamental type. A census-type sample of 60 fifth-grade high school students was used, to whom the inventory of coping styles and the KIDDO-KINDL Questionnaire were applied. Among the main results, it can be noted that coping strategies and quality of life are significantly

related in adolescents in the fifth grade of secondary school of I.E. Our Heroes of the Pacific War of the district of Tacna, to the year 2021.

Keywords: strategies, coping, stress, quality, life.

ÍNDICE DE CONTENIDO

DEDICATORIA	ii
.....	3
RESUMEN.....	v
ÍNDICE DE CONTENIDO.....	7
ÍNDICE DE TABLAS.....	8
ÍNDICE DE GRÁFICOS.....	10
I. INTRODUCCIÓN.....	12
II. PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA	13
2.1 Descripción del Problema	13
2.2 Pregunta de Investigación General	21
2.3 Preguntas de Investigación Específicas	21
2.4 Justificación e importancia	22
2.4.1 Justificación social	22
2.4.2 Justificación práctica	22
2.4.3 Justificación teórica	23
2.4.4 Justificación metodológica	23
2.5 Objetivo General	23
2.6 Objetivos Específicos	24
2.7 Alcances y Limitaciones	24
III. MARCO TEÓRICO	24
3.1 Antecedentes	25
3.2 Bases teóricas	28
3.2.1 Variable independiente: estrategias de afrontamiento	28
3.2.2 Variable dependiente: calidad de vida	35
3.3 Identificación de las variables	40
IV. METODOLOGÍA	42
4.1 Tipo y Nivel de la Investigación	42
4.1.1 Tipo de investigación	42
4.1.2 Nivel de investigación	42
4.2 Diseño de la Investigación	42
4.3 Operacionalización de Variables	44
4.4 Hipótesis general y específica	47
4.4.1 Hipótesis general	47
4.4.2 Hipótesis específicas	47
4.5 Población y muestra	47
4.5.1 Población	47
4.5.2 Técnicas e instrumentos para el recojo de datos	49
4.6 Recolección de datos	50
4.7 Técnicas de análisis e interpretación de datos	51
4.7.1 Técnica de análisis	51
4.7.2 Interpretación de datos	52

4.8	Aspectos éticos	52
	V. RESULTADOS	53
5.1	Presentación de resultados	53
5.2	Interpretación de resultados	79
	VI. ANÁLISIS DE RESULTADOS	86
6.1	Análisis descriptivo	86
6.2	Comparación de los resultados con el marco teórico	96
	CONCLUSIONES	99
	RECOMENDACIONES	101
	REFERENCIAS	103
	ANEXOS	110
	ANEXO 1. MATRIZ DE CONSISTENCIA	111
	ANEXO 2. OPERACIONALIZACIÓN DE VARIABLES	112
	ANEXO 2. INSTRUMENTOS DE INVESTIGACIÓN	116
	ANEXO 3. BASE DE DATOS	128
	ANEXO 4. INFORME TURNITIN.....	133
	AGRADECIMIENTO	iv

vii

8

9

ÍNDICE DE TABLAS

Tabla 1. Operacionalización de variables	44
Tabla 2. Tabla de distribución de frecuencias del indicador afrontamiento activo	53
Tabla 3. Tabla de distribución de frecuencias del indicador planificación.	55
Tabla 4. Tabla de distribución de frecuencias del indicador supresión de otras actividades	57
Tabla 5. Tabla de distribución de frecuencias del indicador búsqueda de apoyo social	59
Tabla 6. Tabla de distribución de frecuencias del indicador búsqueda de soporte emocional.....	61
Tabla 7. Tabla de distribución de frecuencias del indicador reinterpretación positiva y desarrollo personal.....	63

Tabla 8. Tabla de distribución de frecuencias del indicador aceptación	65
Tabla 9. Tabla de distribución de frecuencias del indicador acudir a la religión	67
Tabla 10. Tabla de distribución de frecuencias del indicador postergación del afrontamiento	69
Tabla 11. Tabla de distribución de frecuencias de la dimensión bienestar físico	71
Tabla 12. Tabla de distribución de frecuencias de la dimensión bienestar emocional	73
Tabla 13. Tabla de distribución de frecuencias de la dimensión autoestima	75
Tabla 14. Tabla de distribución de frecuencias de la dimensión familia	77

Tabla 15. Tabla de distribución de frecuencias de la dimensión amigos	79
Tabla 16. Tabla de distribución de frecuencias de la dimensión escuela	81
Tabla 17. Prueba de Chi Cuadrado de independencia entre estrategias de afrontamiento y calidad de vida.	92
Tabla 18. Prueba Chi Cuadro de independencia entre estrategias de afrontamiento orientadas al problema y calidad de vida	95
Tabla 19. Prueba Chi Cuadro de independencia entre las estrategias de afrontamiento orientadas a la emoción y calidad de vida.	97
Tabla 20. Prueba Chi Cuadro de independencia entre las estrategias de afrontamiento evitativo y calidad de vida.	100

ÍNDICE DE GRÁFICOS

Gráfico 1. Gráfico de barras sobre el indicador afrontamiento activo ..	54
Gráfico 2. Gráfico de barras sobre el indicador planificación	56 Gráfico
3. Gráfico de barras sobre el indicador supresión de otras actividades	58
Gráfico 4. Gráfico de barras sobre el indicador búsqueda de apoyo social	60
Gráfico 5. Gráfico de barras sobre el indicador búsqueda de soporte .	62 Gráfico
6. Gráfico de barras sobre el indicador reinterpretación positiva y	64
Gráfico 7. Gráfico de barras sobre el indicador aceptación	66
Gráfico 8. Gráfico de barras sobre el indicador acudir a la religión.....	68 Gráfico
9. Gráfico de barras sobre el indicador postergación del afrontamiento	70
Gráfico 10. Gráfico de barras sobre la dimensión bienestar físico.....	72
Gráfico 11. Gráfico de barras sobre la dimensión bienestar emocional	74
Gráfico 12. Gráfico de barras sobre la dimensión autoestima	76
Gráfico 13. Gráfico de barras sobre la dimensión familia	78
Gráfico 14. Gráfico de barras sobre la dimensión amigos	80
Gráfico 15. Gráfico de barras sobre la dimensión escuela	82

I. INTRODUCCIÓN

Las estrategias de afrontamientos son los mecanismos psicológicos con los cuales afrontamos diferentes desafíos evolutivos, son mecanismo que se desarrollan, afianzan y perfeccionan a lo largo de la maduración del ser humano y constituyen la base del bienestar subjetivo y de la salud mental.

Es así que, la calidad de vida es un fuerte predictor de las principales estrategias de afrontamiento, pues ellas constituyen la base del desarrollo psicológico del niño y del adolescente, por lo que una calidad de vida desmejorada supone estrategias de afrontamiento ineficaces y desadaptativas.

De esta manera, el presente trabajo se ha estructurado en seis capítulos:

- El primer capítulo contiene la introducción, la misma que ofrece un panorama general del trabajo de investigación.
- El segundo capítulo contiene el planteamiento de la problemática de estudio a partir de un contacto directo con la realidad, asimismo, se sistematiza dicha problemática por medio de una pregunta de investigación general y específica; objetivos general y específico; finalmente, contiene la justificación e importancia de la investigación.

- El tercer capítulo contiene con el marco teórico, donde se brindará un desarrollo acerca de los principales antecedentes de investigación a nivel internacional y nacional. Asimismo, contiene los bases teóricas de cada una de las variables, donde se podrá encontrar el desarrollo teórico, modelos, características y dimensiones de las variables.
- El cuarto capítulo aborda aspectos relacionados con la metodología de la investigación: tipo, nivel, diseño de investigación, operacionalización de la variable de estudio, hipótesis, técnicas e instrumentos de investigación y las técnicas de análisis de datos.
- El quinto capítulo contiene la presentación de los resultados a partir del procesamiento estadístico de la base de datos y la interpretación a partir de la información recogida.
- El sexto capítulo contiene el análisis de los resultados a partir del análisis descriptivo de los datos mediante el contraste de hipótesis y la comparación de los resultados con el marco teórico.

II. PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

2.1 Descripción del Problema

Según el Banco Mundial (2020) los indicadores de desarrollo nos permiten valorar la calidad de vida de las distintas poblaciones, facilitando identificar aquellas que requieran una atención más focalizada del estado a fin disminuir su grado de vulnerabilidad. En ese sentido, la región latinoamericana, en lo que va de la última década ha experimentado un desarrollo social significativo, incrementando su esperanza de vida por encima de los 68 años; ha disminuido el empleo vulnerable por debajo

del 12% y ha reducido la aparición de enfermedades crónicas como la diabetes, hipertensión y tuberculosis. Asimismo, en cuanto al plano económico nuestra región muestra indicadores favorables en cuanto a desigualdad, paridad de género y progreso económico.

Todo ello, sin duda ha incrementado el índice de desarrollo humano regional, estimulando la buena salud colectiva y familiar, fomentando el bienestar subjetivo, la salud física y emocional.

Asimismo la Organización Internacional del Trabajo (2019) ha señalado el avance significativo en cuanto a formalización laboral, mejora de las condiciones de empleo y eliminación de empleo vulnerable en diversos países de la región latinoamericana. Sin embargo, dichas condiciones se han visto afectadas por la Pandemia del Sars-Cov-2, ante la cual la Organización Mundial de la Salud (2020)

S
advirtió de las consecuencias para la salud mental y las repercusiones para el futuro de la comunidad internacional, con un marcado incremento de los índices de suicidio y de trastornos del comportamiento, instando a los gobiernos a no dejar de lado la atención psicológica.

Tal como ha señalado la investigadora de la OMS, Kesler (2020) “la situación actual, con aislamiento, miedo, incertidumbre y crisis económica, puede causar trastornos psicológicos” (pág. 15). Dando cuenta que, tras la epidemia de la COVID-19, advendrá la pandemia de los trastornos mentales producto de las condiciones de confinamiento, lo que reportará un retroceso significativo de las condiciones de vida a nivel psicológico ya que “el grupo familiar deberá ajustarse a las nuevas condiciones de supervivencia, el bienestar físico y emocional se verán afectados, las relaciones sociales y autoestima se verán resquebrajadas y el tejido social en su conjunto será impactado negativamente” (Kesler, 2020, pág. 18).

En cuanto a los sectores más vulnerables, la Organización Panamericana de la Salud (2020) ha sido enfática en señalar que el mayor riesgo recae sobre la población infanto-juvenil, los que se encuentran afectados directamente por las medidas de confinamiento y demás restricciones de movilidad, incrementando su propensión a

padecer altos niveles de malestar subjetivo y otros indicadores de salud psicológica.

A nivel regional, las estadísticas ofrecidas por El Fondo de la Naciones Unidas para la Infancia (2020) han señalado que la vulnerabilidad social y económica en población adolescente es un problema que debe preocupar a los Estados, pues cerca de 50 millones de empleos formales se han perdido tan solo en los primeros meses de la pandemia en la región, lo que reporta una desmejora a nivel económico y la adopción de empleos informales. Por otra parte, “no deja de ser alarmante el incremento significativo de prevalencia de ansiedad y depresión, lo que guarda relación con los elevados índices de suicidio, farmacodependencia y consumo excesivo de bebidas alcohólicas en poblaciones juveniles”. (El Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia, 2020, pág. 28)

De esta manera, los autores Herrero, Saez, & Roche (2020) han estimado que hay una relación entre la vulnerabilidad al contagio y la calidad de vida, específicamente relacionada con la deprivación social, desgaste emocional y la autoestima. Estos se encuentran relacionados directamente con la desmejora económica y precarización de las condiciones de vida de las familias, coincidiendo con lo señalado por los investigadores Jimenez & Lavao (2020) quienes han señalado la presencia de retrasos en el desarrollo infantil producto de la falta de

s
recursos relacionadas con el confinamiento en muestras de nacionalidad colombiana, venezolana y ecuatoriana.

Es por todas estas condiciones: desmejoramiento de las condiciones materiales, precarización laboral, aislamiento, sustracción de los gestores de aprendizaje, migración a plataformas virtuales de educación remota y mayor permanencia con el grupo familiar, que la población infantojuvenil se torna vulnerable a altos niveles de estrés en razón de los múltiples cambios que debe enfrentar, asimismo experimenta desgaste a nivel emocional que afecta su autoimagen, sus relaciones sociales y su bienestar físico y emocional.

Frente a esta realidad, los recursos personales de afrontamiento se han visto rebasados, ya que, tal como señalan los investigadores Gómez et al. (2020), los niños y adolescentes se encuentran en una etapa de formación de sus principales mecanismos de enfrentamiento frente a la realidad, siendo su principal soporte, sus relaciones sociales (con pares, recursividad, soporte social, percepción de apoyo), sus relaciones familiares (apoyo emocional, clima familiar, nivel de apoyo y complementariedad) y sus condiciones personales (autoestima, autoimagen, agencia y personalidad).

En ese sentido, aunque la COVID-19 es una crisis de salud física, el impacto en la salud mental es significativo y podría generar mayores

s

perjuicios si no se le hace frente correctamente. Por ello, la Organización Mundial de la Salud (2020) insta a los países a no desatender este tipo de problema, estudiar las necesidades de todos los sectores y garantizar que el apoyo psicológico esté disponible como

parte de los servicios esenciales de las fuerzas encargadas de la contención del virus.

En nuestro país, los investigadores Gómez, Flujas, Andrés, Sánchez, & Fernández (2020) en base a las estadísticas del Instituto Peruano de Salud Mental, han estimado que las consecuencias psicológicas de la pandemia se presentarán con mayor frecuencia en jóvenes, adolescentes y niños, pues tal como dejan constar en su informe sobre salud mental, sus recursos de afrontamiento se encuentran aún en formación, siendo los cambios a nivel educativo y familiar los que mayores demandas les generan.

De esta manera, los mecanismos de afrontamiento se yerguen como el recurso que nos permite afrontar los desafíos vitales sin trastocar nuestra identidad personal, manteniendo la estabilidad emocional y los procesos motivacionales saludables. Los mecanismos de afrontamiento al estrés forman parte del espectro de reacciones emocionales ante un evento disruptivo, traumático o genera un inminente peligro para la integridad física.

En ese sentido, tal como señalan Muñoz et al. (2020) “los mecanismos de afrontamiento vinculados con la pandemia del COVID hacen referencia al miedo a enfermarse como evento que genera múltiples reacciones emocionales” (pág. 129). Sin embargo, no debemos perder

de vista que, los estilos de afrontamiento al partir de una valoración de un peligro inminente, parten de una valoración condicionada a una serie de condiciones personales, sociales y de desarrollo. En ese sentido, el estilo de afrontamiento variará en función del estado emocional a nivel personal y familiar, así como del tejido social con el que el sujeto interactúa activamente.

Por tanto, el estilo de afrontamiento se relaciona con el complejo conglomerado de recursos emocionales a nivel personal, familiar y social con los que cuenta un sujeto para hacer frente a los desafíos evolutivos.

Es por ello que, en el transcurso del desarrollo de las prácticas preprofesionales en la I.E. Nuestros Héroes de la Guerra del Pacífico del distrito de Tacna, he podido dar cuenta de que los estilos de afrontamiento se manifiestan en forma diferenciada en los estudiantes que mantienen relaciones sociales activas y saludables, preservan un bienestar físico y emocional adecuados, y un grupo familiar robusto y con altos recursos prenatales. Siendo el caso contrario el de estudiantes con relaciones sociales disminuidas, grupo familiar con escasos recursos parentales y una salud emocional desgastada y con altos niveles de estrés producto de una inadecuada gestión de los cambios. Sin embargo, no debemos perder de vista que estas diferencias han sido generadas por las nuevas condiciones impuestas por la pandemia, así como por la adecuación a las nuevas plataformas educativas.

Por tanto, es imperiosa la necesidad de estudiar la relación entre la calidad de vida y las estrategias de afrontamiento con la finalidad de diseñar intervenciones que logren concentrar esfuerzos tanto de los gestores del aprendizaje como del grupo familiar, lo que favorecerá el desarrollo de habilidades para la vida que permitan hacer frente al cambio y fomentar el bienestar subjetivo en la población adolescente.

2.2 Pregunta de Investigación General

¿Cómo se relacionan las estrategias de afrontamiento y la calidad de vida en adolescentes del quinto grado de secundaria de la I.E. Nuestros Héroes de la Guerra del Pacífico del distrito de Tacna, al año 2021?

2.3 Preguntas de Investigación Específicas

- ¿Cómo se relacionan las estrategias de afrontamiento orientadas al problema y la calidad de vida en adolescentes del quinto grado de secundaria de la I.E. Nuestros Héroes de la Guerra del Pacífico del distrito de Tacna, al año 2021?
- ¿Cómo se relacionan las estrategias de afrontamiento orientadas a la emoción y la calidad de vida en adolescentes del quinto grado de secundaria de la I.E. Nuestros Héroes de la Guerra del Pacífico del distrito de Tacna, al año 2021?
- ¿Cómo se relacionan las estrategias de afrontamiento evitativo y la calidad de vida en adolescentes del quinto grado de secundaria

de la I.E. Nuestros Héroes de la Guerra del Pacífico del distrito de Tacna, al año 2021?

2.4 Justificación e importancia

2.4.1 Justificación social

La justificación teórica recae en que la presente investigación tiene por objetivo trascendente beneficiar a la sociedad en su conjunto ya que no se cuentan con estudios que se avoquen a escrutar variables psicológicas relacionadas con la calidad de vida o las estrategias de afrontamiento, vinculándose éstas mayormente a los niveles de ansiedad, dejando de lado la dimensión social y familiar. Por tanto, resulta de elemental importancia la obtención de esta información a fin de mejorar las prácticas al interior de la institución.

2.4.2 Justificación práctica

En cuanto a la justificación práctica, es sabido que la psicología educativa es un campo amplio, por ello resulta de fundamental importancia conocer las variables de investigación a profundidad para impulsar un enfoque preventivo de la salud mental en el personal militar, así mismo, se busca promover la detección temprana de trastornos a fin de contribuir con el libre desenvolvimiento del personal para bien de la sociedad y el Estado.

2.4.3 Justificación teórica

La justificación teórica recae en que las investigaciones en el campo de las estrategias de afrontamiento en contextos educativos mayormente han sido abordadas a nivel exploratorio y en muestras cuyas características no corresponden exactamente al perfil de los adolescentes escolarizados en contextos de confinamiento, por tanto, la presente investigación resulta necesaria a fin de tomar conocimiento de la variable de investigación para elaborar políticas a nivel institucional que puedan intervenir directamente en el bienestar subjetivo de la población adolescente.

2.4.4 Justificación metodológica

En cuanto a la justificación metodológica, la presente investigación cuenta con un diseño que comprende el uso de dos instrumentos con confiabilidad estadística y que han sido validados en el Perú, por tanto, de la revisión de los antecedentes, se ha podido corroborar el uso de dichos instrumentos en otras investigaciones, resultando útil para la medición de las variables de investigación.

2.5 Objetivo General

Determinar cómo se relacionan las estrategias de afrontamiento y la calidad de vida en adolescentes del quinto grado de secundaria de la I.E. Nuestros Héroes de la Guerra del Pacífico del distrito de Tacna, al año 2021.

2.6 Objetivos Específicos

- Identificar cómo se relacionan las estrategias de afrontamiento orientadas al problema y la calidad de vida en adolescentes del quinto grado de secundaria de la I.E. Nuestros Héroes de la Guerra del Pacífico del distrito de Tacna, al año 2021.
- Establecer cómo se relacionan las estrategias de afrontamiento orientadas a la emoción y la calidad de vida en adolescentes del quinto grado de secundaria de la I.E. Nuestros Héroes de la Guerra del Pacífico del distrito de Tacna, al año 2021.
- Determinar cómo se relacionan las estrategias de afrontamiento evitativo y la calidad de vida en adolescentes del quinto grado de secundaria de la I.E. Nuestros Héroes de la Guerra del Pacífico del distrito de Tacna, al año 2021.

2.7 Alcances y Limitaciones

Esta investigación beneficiará principalmente a los agentes educativos, tanto facilitadores del aprendizaje como personal administrativo. Por otra parte, beneficiará a los estudiantes de nivel primario y secundario ya que permitirá intervenir adecuadamente en las variables asociadas al bienestar subjetivo, por lo que serán beneficiados directamente a través del diseño de políticas públicas basadas en evidencia.

III. MARCO TEÓRICO

3.1 Antecedentes

A nivel internacional

Reverté, G. (2017). Realizó un estudio con el objetivo de medir el efecto en la calidad de vida, el afrontamiento y las conductas de salud de los pacientes con ictus isquémico agudo tratados con neuro intervencionismo endovascular; de tipo descriptivo, diseño no experimental transversal, la muestra estuvo conformada por 45 pacientes, se aplicó el instrumento REVASCAT. Entre los principales resultados se pudo determinar que la calidad de vida, el afrontamiento y las conductas de salud se relacionan significativamente en la muestra de pacientes seleccionada.

González, J. (2017). Realizó un estudio con el objetivo de establecer si las estrategias de afrontamiento y calidad de vida en pacientes oncológicos se relacionan significativamente; de tipo descriptivo, diseño no experimental transversal, la muestra estuvo conformada por 38 pacientes oncológicos, se aplicó el instrumento Escala de Atontamiento de Lazarus y el Cuestionario SF-36. Entre los principales resultados se pudo determinar que las estrategias de afrontamiento si se relacionan con la calidad de vida de los pacientes oncológicos.

Nazareth, T. (2014). Realizó un estudio con el objetivo de establecer las relaciones entre resiliencia, estrategias de afrontamiento y sucesos de vida en adultos de la ciudad de Mar del Plata que presentan

condiciones socioeconómicas desfavorables; de tipo descriptivo, diseño no experimental transversal, la muestra estuvo conformada por 68 hombres y 74 mujeres integrantes de la Comunidad de la Plata, se aplicó el Cuestionario de Resiliencia de Francke y El cuestionario de Estilos de Afrontamiento, Entre los principales resultados se pudo determinar que a nivel meta-psicológico se propone reorientar y reestructurar teóricamente el desequilibrio existente en las investigaciones y prácticas psicológicas, dando mayor importancia al estudio de los aspectos positivos de las experiencias vitales de los seres humanos.

Fernández, R. (2015). Realizó un estudio con el objetivo de establecer las relaciones entre las características de personalidad, estrategias de afrontamiento y calidad de vida en patología dual en una muestra de 35 pacientes; de tipo descriptivo, diseño no experimental transversal, la muestra estuvo conformada por 15 mujeres y 20 hombres adultos, se aplicó el Cuestionario de Estilos de Afrontamiento. Entre los principales resultados se pudo determinar que las características de personalidad introvertidas se relacionan fuertemente con las estrategias de afrontamiento centradas en la emoción.

A nivel nacional

Márquez, H. y Mendoza, T (2012) Realizó un estudio con el objetivo de establecer las relaciones entre el afrontamiento y su relación con

calidad de vida en adolescentes infractores; de tipo descriptivo, diseño no experimental transversal, la muestra estuvo conformada por 47 adolescentes infractores; se aplicó la Escala de Afrontamiento para adolescentes (ACS) y la Escala de Calidad de Vida de Olson & Barnes. Entre los principales resultados se pudo determinar que existe un grado de relación moderada significativa entre algunas estrategias de afrontamiento y los factores de calidad de vida.

Yovera, A. (2018). Realizó un estudio con el objetivo de establecer las relaciones entre el afrontamiento emocional y calidad de vida del paciente ostomizado en consulta en la Unidad de Terapia Ostomal del INEN; de tipo descriptivo, diseño no experimental transversal, la muestra estuvo conformada por 74 adolescentes pacientes de la Unidad de Terapia Ostomal del INEN, se aplicaron los cuestionarios de Afrontamiento al estrés COPE y la Escala de Calidad de Vida ambos validados en el Perú. Entre los principales resultados se pudo determinar que existe relación entre el afrontamiento emocional y la calidad de vida del paciente ostomizado en consulta de Terapia Ostomal del INEN.

Jaimes, M. (2016) Realizó un estudio con el objetivo de establecer las relaciones entre las estrategias de afrontamiento en la calidad de vida percibida por adolescentes embarazadas que acuden al Hospital Sergio E. Bernales Lima; de tipo descriptivo, diseño no experimental transversal, la muestra estuvo conformada por 120 adolescentes embarazadas, se aplicaron los cuestionarios de Afrontamiento al estrés COPE y la Escala

de Calidad de Vida ambos validados en el Perú. Entre los principales resultados se pudo determinar que existe una relación entre las estrategias de afrontamiento en la calidad de vida percibida por adolescentes embarazadas.

Guevara (2018). Realizó un estudio con el objetivo de establecer la relación entre la calidad de vida y los modos de afrontamiento al estrés en adolescentes embarazadas que se atienden en el Instituto Nacional Materno Perinatal de Lima; de tipo descriptivo, diseño no experimental transversal, la muestra estuvo conformada por 55 adolescentes, se aplicaron los cuestionarios de Afrontamiento al estrés COPE y la Escala de Calidad de Vida ambos validados en el Perú. Entre los principales resultados se pudo determinar que existe una asociación entre los modos de afrontamiento y el nivel de calidad de vida; sin embargo, las tres estrategias que mostraron una correlación significativa con el nivel de calidad de vida fueron: Análisis de las emociones, Negación y Distracción.

3.2 Bases teóricas

3.2.1 Variable independiente: estrategias de afrontamiento

Definición

Existen diferentes estilos de afrontamiento. De acuerdo con Lazarus y Folkman (Macías, Madriaga, Valle, & Zambrano, 2013) el afrontamiento se refiere a los esfuerzos cognitivos y conductuales en constante cambio que se desarrollan para cumplir con ciertos requisitos externos o internos que se consideran mejores o mejores que los recursos de un individuo.

Estas estrategias se dividen en dos tipos principales, uno de los cuales se enfoca en un problema cuya función es resolver problemas que llevan a abordar requisitos internos o ambientales que representan una amenaza y un desequilibrio en la relación entre los seres humanos y el medio ambiente, ya sea abordando el problema. ... recursos que contrarrestan los efectos adversos de las condiciones ambientales y otros que se dirigen a las emociones que tienen la función de regulación emocional, incluyendo los esfuerzos para corregir el malestar y los provocados por un evento estresante hacer frente a estados emocionales inducidos.

Importancia de las estrategias de afrontamiento

Lazarus y Folkman (1984, citados en Macías, Madariaga, Valle y Zambrano, 2013), dividen estas estrategias de afrontamiento en dos grandes grupos: el primer grupo se centra en el problema y el segundo grupo se centra en el aspecto emocional. Abordar un problema tiene una función de resolución de problemas, lo que significa gestionar requisitos internos o ambientales que suponen una amenaza y alteran el equilibrio de la relación entre una persona y su entorno, ya sea modificando

circunstancias problemáticas o aportando nuevos recursos. que contrarrestan la influencia aversiva de las condiciones ambientales.

Estas estrategias de afrontamiento orientadas a problemas son similares a las que se utilizan para resolver el problema; dado que generalmente están orientados a la definición de problemas, la búsqueda de soluciones alternativas, la consideración de tales alternativas en función de sus costos y beneficios y su selección y aplicación.

Tipos de afrontamiento

Sin embargo, el afrontamiento impulsado por problemas implica una meta, un proceso analítico que se centra principalmente en el entorno, mientras que el afrontamiento de resolución de problemas implica estrategias que se relacionan con el interior del sujeto. Las estrategias orientadas al problema se dividen a su vez en afrontamiento activo y afrontamiento diferido:

- El estilo de afrontamiento activo implica que se deben tomar todas las medidas activas para cambiar situaciones problemáticas o para reducir sus consecuencias. Este estilo se refiere a iniciar una acción directa aumentando las acciones de las personas.
- El afrontamiento tardío se considera una respuesta necesaria y funcional para encontrar la oportunidad adecuada para no actuar de forma prematura. (Macías, Madriaga, Valle, & Zambrano, 2013, pág. 32)

El segundo grupo, que se enfoca en las emociones, tiene la función de regulación emocional, incluyendo esfuerzos para modificar el malestar y manejar los estados emocionales evocados por el evento estresante. En general, estos objetivos se pueden lograr evitando la situación estresante, reevaluando cognitivamente el evento perturbador o prestando atención selectiva a los aspectos positivos de uno mismo o del entorno. (Macías, Madriaga, Valle, & Zambrano, 2013, pág. 32)

1. Estrategias de afrontamiento centradas en las emociones

Definición

Según Macías et al. (2013) el afrontamiento centrado en la emoción se centra en paliar o disminuir el impacto emocional de situaciones estresantes, por lo que no se enfoca en el problema sino en las consecuencias emocionales y psicológicas.

Según Pérez & Rodríguez (2011) entre las estrategias dirigidas a la emoción se encuentran los procesos cognitivos encargados de disminuir el grado de trastorno emocional.

Mecanismos más usados

Según Di-Colloredo et al. (2007) conforman este grupo, la expresión emocional abierta y la auto focalización negativa, de estas últimas hacen parte la evitación y la atención selectiva. También se encuentran en este

grupo las dirigidas a aumentar el grado de trastorno emocional, ya que muchos individuos requieren que ello suceda para encaminarse a la acción.

Según Macías et al. (2013) las reevaluaciones cognitivas y la auto focalización negativa modifican la forma de vivir la situación sin cambiarla objetivamente, pero atenúan la amenaza al transformar el significado de la situación.

2. Estrategias de afrontamiento centradas en el problema

Definición

Según Di-Colloredo et al. (2007) el afrontamiento dirigido al problema se da principalmente cuando las condiciones que se le presentan al individuo resultan evaluadas como susceptibles de cambio.

Estas estrategias están dirigidas a la definición del problema, buscan solución para este y consideración diferentes opciones en función de costo y beneficio.

Según Pérez & Rodríguez (2011) los jóvenes presentan un mayor afrontamiento dirigido al problema; sin embargo, este tiende a ser paliativo cuando se combinan estrategias, tales como la evitación y hacerse ilusiones, ignorar el problema, entre otras (

Según Macías et al. (2013) los jóvenes para manejar las experiencias estresantes utilizan estrategias como: expresión de los sentimientos, búsqueda de diversión, confianza en las posibilidades de realización y optimismo, desarrollando apoyo social, solución de problemas familiares, evasión de los problemas, búsqueda de apoyo espiritual, atracción por actividades exigentes, buen humor y relajación.

Según Pérez & Rodríguez (2011) la persona emplea acciones directas que van dirigidas a alterar la situación problemática y minimizar las consecuencias negativas.

Mecanismos más usados

Las estrategias psicológicas concretas utilizadas por estas personas pueden ser: buscar información sobre el problema, visualizar las diferentes opciones de solución que existen evaluando cuál puede ser la más efectiva, planificar la estrategia de acción, organizar cómo llevar a cabo los distintos pasos que conducen a la solución, buscar apoyo en otras personas para que le den información, lo aconsejen, le presten ayuda económica, etc.

3. Estrategias de afrontamiento centrados en la evitación

Definición

Según Pérez & Rodríguez (2011) los estilos pasivos, por su parte, implican una tendencia a perder el control sobre la situación, pasándose incluso a depender de otros. Estos se han relacionado con un aumento en la severidad del dolor, depresión y elevado deterioro funcional.

Mecanismos más utilizados

Según Di-Colloredo et al. (2007) la estrategia más empleada en este tipo de afrontamiento es la reinterpretación positiva, en la cual el individuo reconoce la realidad de la enfermedad y se centra en los aspectos positivos de la situación, permite predecir significativamente la calidad de vida.

Según Macías et al. (2013) se emplea la estrategia de catastrofizar, ubicada también entre los estilos que afectan negativamente la calidad de vida, se ha relacionado con la interferencia creciente en las actividades diarias del paciente con síntomas depresivos y con disminución del funcionamiento físico.

Según Pérez & Rodríguez (2011) forman parte de este tipo las estrategias que implican distracción y la situación de rogar-esperar se relacionan con elevados niveles de la intensidad del dolor, menor actividad física y mayores niveles de ansiedad.

Eficacia de las estrategias de afrontamiento

Las estrategias de afrontamiento solo son efectivas si contribuyen al bienestar fisiológico, psicológico y social de la persona. La eficacia de las estrategias de afrontamiento se basa en su capacidad para gestionar y reducir el malestar inmediato, así como en sus efectos a largo plazo sobre el bienestar y la salud mental. Cabe señalar que la aplicación de las dos funciones de afrontamiento, una centrada en el problema y otra centrada en las emociones, no son mutuamente excluyentes, ya que un mismo comportamiento puede cumplir varias funciones.

Según Castaño & León (2010) se ha encontrado que ciertos estilos de afrontamiento son menos eficientes y que afectan potencialmente la calidad de vida de las personas, entre los que están las estrategias confortativa, independiente, evasiva y emotiva.

La forma en que la gente trata de afrontar situaciones problemáticas ha atraído el interés de varios estudios de psicología. Un término utilizado recientemente para describir la compleja gama de acciones que realiza una persona al tratar de controlar una situación se denomina estilo de afrontamiento.

3.2.2 Variable dependiente: calidad de vida

Definición

El término calidad de vida relacionada con la salud (CVRS) nació como un término referente a las valoraciones de la percepción de la salud que realiza la persona, en la cual se agrupa lo objetivo con lo subjetivo. No

existe aún un acuerdo en su definición, pero se han desarrollado diferentes instrumentos para medir este término. De acuerdo con Patrick y Erickson en el año 1987 interpretaron la calidad de vida en relación a la salud como algo que continua dentro de una escalera de bienestar que engloba la satisfacción, percepción de la salud de forma general, bienestar psicológico y físico, limitación en cuanto al rol, enfermedad y muerte.

Según (Díaz, 2018) es la evaluación subjetiva por parte de la persona sobre cómo influye el estado de salud, cuidados sanitarios y la promoción de salud en su habilidad para lograr mantener un grado de funcionamiento que le ayude a realizar actividades importantes que influyen en su bienestar.

Para el presente trabajo investigación se utilizó la definición dada por la Organización Mundial de la Salud en el año 1944, en la cual es la percepción que posee un individuo sobre su posición en la vida, en el contexto cultural y sistemas de valores en la cual se desenvuelve y con relación a sus objetivos, expectativas, estándares y preocupaciones.

Características

Según Mercado (2008) las principales estrategias de la calidad de vida son:

- a) Subjetivo: el individuo presenta su propia definición sobre la felicidad.
- b) Universal: la calidad de vida presenta dimensiones que están relacionadas con la salud. son valores usuales en diferentes culturas.
- c) Holístico: incluye diferentes situaciones de la vida, dada en 5 dimensiones de la calidad de vida de acuerdo al modelo biopsicosocial. El ser humano viene a ser un todo.
- d) Interdependencia: las dimensiones se encuentran relacionados, de forma que cuando un individuo presente un problema físico o tenga una enfermedad va a trascender de forma afectiva, psicológica y social.

Áreas de las condiciones de la calidad de vida

Una calidad de vida adecuada permite vivir satisfaciendo necesidades y presentar la oportunidad de buscar un enriquecimiento en las principales áreas de la vida. Esto no asegura un destino brillante, pero permite que el adulto del mañana sea una mejor persona.

- a) Físico: Comprende la salud y seguridad física.
- b) Material: Vivienda propia en óptimas condiciones, con acceso a los diferentes servicios básicos, alimentos al alcance y medios de transporte.

- c) Educativos: Tener una educación que brinde aumentar los conocimientos ya sea individual o colectiva.
- d) Emocional: Área indispensable para todo individuo ya que permite una interrelación eficaz.
- e) Social: Área donde el individuo presenta relaciones con la familia y círculos de amigos que facilitan el desarrollo individual.

Dimensiones de la calidad de vida

1. Bienestar Físico

Inspecciona al niño y adolescente en cuanto a su grado de actividad física, su nivel de energía y forma física, como también la medida en que se encuentran mal y se queja de su mala salud

2. Bienestar Psicológico

Un adecuado bienestar psicológico señala que el individuo se muestra feliz, ve la vida positivamente, satisfecho con la vida y emocionalmente equilibrado, mientras que un inadecuado bienestar psicológico señala que el individuo se muestra sin placer en la vida, se siente deprimido y tiene una baja autoestima. Autonomía y Padres.

Inspecciona la calidad de la interacción que se da entre niños, adolescentes, padres y cuidadores, así como también el sentimiento de ser amado y respaldado por parte de la familia que tienen el niño o adolescente. Además, examina el grado de autonomía y la calidad de los

recursos financieros que percibe los niños y adolescentes. Una buena autonomía y padres señala que el individuo presenta relación positiva con los padres, tiene libertad para poder elegir y se siente satisfecho con los recursos financieros, mientras que un inadecuada autonomía y padres señala que el individuo se siente restringido, ignorado, no apreciado y siente que las finanzas son restringidas.

3. Amigos y apoyo social

Explora las relaciones en el aspecto social que se da entre amigos y compañeros. Esta dimensión inspecciona la calidad de la relación entre niños y adolescentes con los compañeros y también su percepción de soporte que ellos le dan. Un buen apoyo social y relación con los amigos señala que el individuo se siente aceptado e incluido por el grupo, mientras que un inadecuado apoyo social y relación con los amigos señala que el individuo se siente excluido y no aceptado por el grupo.

4. Entorno escolar

Inspecciona la percepción de la capacidad en el aspecto cognitivo, así como también el aprender, la concentración y el sentimiento que presenta el niño y adolescente hacia el colegio. Además, explora la visión que tiene con respecto a las relaciones con sus profesores. Un adecuado entorno escolar se da cuando el individuo le es de agrado el colegio, presenta sentimientos positivos hacia el colegio, se siente feliz y le va bien, mientras que un entorno escolar inadecuado, el individuo sentirá que el

colegio no es de su agrado, va a presentar sentimientos negativos sobre el colegio y no le va a ir bien.

Según Edwards et al., en su estudio que realizó en el 2002 evidencio que lo más importante en la vida de los adolescentes aparte del físico era las relaciones sociales y el estado de ánimo general como el sentido de sí mismo y la necesidad de la independencia.

3.3 Identificación de las variables

Variable independiente

Variable:

X1: Calidad de vida

Dimensiones:

D1: Bienestar Físico

D2: Bienestar Emocional

D3: Autoestima

D4: Familia

D5: Amigos

D6: Escuela

Variable dependiente

Variable:

X2: Estrategias de afrontamiento

Dimensiones:

D1: Afrontamiento orientado al problema

D2: Afrontamiento orientado a la emoción

D3: Afrontamiento evitativo

IV. METODOLOGÍA

4.1 Tipo y Nivel de la Investigación

4.1.1 Tipo de investigación

El tipo de investigación corresponde al tipo básico o fundamental pues “tiene por finalidad la ampliación de la teoría sobre la variable de estudio, es decir, busca contribuir al acervo teórico de la variable y no la aplicación práctica o directa de este conocimiento” (Baena, 2017, pág. 33).

4.1.2 Nivel de investigación

La presente investigación corresponde al nivel de investigación relacional, ya que busca establecer una relación entre las variables, sin atribuir una relación de causalidad entre ambas. En ese sentido, siguiendo el criterio de Hernández, Fernández y Baptista (2014) buscamos determinar una asociación, ya que ambas variables son de tipo cualitativo o categórico.

4.2 Diseño de la Investigación

Se aplicará un diseño no experimental y observacional transversal. Se denomina diseño descriptivo, a aquel procedimiento metodológico que consiste en “hacer descripciones de aquellas características de ambas variables de investigación: apoyo social percibido y estilos de afrontamiento” (Baena, 2017, pág. 35).

Por su parte, se llama diseño correlacional, a aquel diseño que tiene como finalidad determinar el nivel de correlación o asociación entre las variables de investigación.

Finalmente, se denomina diseño transversal, a aquel diseño donde se recogen datos en un solo instante (y no a lo largo de tiempo), en un tiempo único. En general, este diseño tiene como propósito describir variables y analizar su ocurrencia y correlación. (Hernández, Fernández, & Batista, 2014, pág. 32)

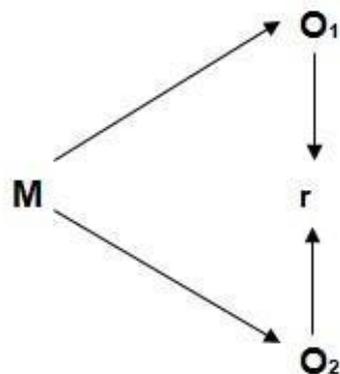


Figura 1. Notación algebraica del diseño de investigación

Fuente: (Baena, 2017, pág. 52)

Dónde:

- M** = Muestra
- O₁** = Observación de la primera variable (apoyo social percibido)
- O₂** = Observación de la segunda variable (estilo de afrontamiento)
- R** = Relación (entre la variable X y Y)

4.3 Operacionalización de Variables

Tabla 1. Operacionalización de variables

Variable	Definición conceptual	Definición operacional	Dimensiones	Indicadores	Ítem	Escala de medición
Variable independiente Estilos de Afrontamiento	Según Solís & Vidal (2006) el afrontamiento "se define como los esfuerzos realizados para manejar situaciones que han sido evaluadas con alto riesgo de amenazar o causar estrés" (pág. 34)	Son predisposiciones personales ante una situación estresante provocada por haber dejado atrás su país, su familia y encontrarse en otro país u otra cultura.	Afrontamiento orientado al problema	Afrontamiento activo	Ítems 1,14,27,40	Ordinal
				Planificación	Ítems 2,15,28,41	
				La supresión de otras actividades	Ítems 3,16,29,42	
				La búsqueda de apoyo social	Ítems 5,18,31,44	
			Afrontamiento orientado a la emoción	La búsqueda de soporte emocional	Ítems 6,19,32,45	
				Reinterpretación positiva y desarrollo persona	Ítems 7,20,33,46	
				La aceptación	Ítems 8,21,34,47	
			Afrontamiento evitativo	Acudir a la religión	Ítems 9,22,35,48	
				La postergación del afrontamiento	Ítems 4,17,30,43	

<p>Variable X: Calidad de vida</p>	<p>Según Urzúa & Caqueo (2012) la calidad de vida “se define como el bienestar personal derivado de la satisfacción o insatisfacción con áreas”. (pág. 68)</p>	<p>Es el conjunto de necesidades en las esferas física, psicológica, social, de actividades, material y estructural que se encuentran satisfechas.</p>	<p>Bienestar Físico</p>	Sensación de malestar	Ítem 1	<p>Ordinal</p>
				Dolor físico	Ítem 2	
				Cansancio o agotamiento	Ítem 3	
				Vitalidad	Ítem 4	
				Esparcimiento y diversión	Ítem 5	
				Aburrimiento	Ítem 6	
			<p>Bienestar Emocional</p>	Sentimiento de soledad	Ítem 7	
				Sensación de miedo	Ítem 8	
				Aprecio por las metas personales	Ítem 9	
			<p>Autoestima</p>	Gusta de sí mismo	Ítem 10	
				Autoajuste	Ítem 11	
				Ideación	Ítem 12	
				Ambiente familiar	Ítem 13	
			<p>Familia</p>	Ajuste familiar	Ítem 14	
				Conflictos intrafamiliares	Ítem 15	

				Relaciones intrafamiliares	Ítem 16
			Amigos	Ajuste con pares	Ítem 17
				Percepción social	Ítem 18
				Afinidad con pares	Ítem 19
				Contraste	Ítem 20
				Ajuste con tareas escolares	Ítem 21
			Escuela	Motivación para el aprendizaje	Ítem 22
				Proyección	Ítem 23
				Autoeficacia	Ítem 24

4.4 Hipótesis general y específica

4.4.1 Hipótesis general

Relacionar las estrategias de afrontamiento y la calidad de vida en adolescentes del quinto grado de secundaria de la I.E. Nuestros Héroes de la Guerra del Pacífico del distrito de Tacna, al año 2021.

4.4.2 Hipótesis específicas

- Establecer la relación de las estrategias de afrontamiento orientadas al problema y la calidad de vida en adolescentes del quinto grado de secundaria de la I.E. Nuestros Héroes de la Guerra del Pacífico del distrito de Tacna, al año 2021.
- Determinar la relación de las estrategias de afrontamiento orientadas a la emoción y la calidad de vida en adolescentes del quinto grado de secundaria de la I.E. Nuestros Héroes de la Guerra del Pacífico del distrito de Tacna, al año 2021.
- Identificar la relación de las estrategias de afrontamiento evitativo y la calidad de vida en adolescentes del quinto grado de secundaria de la I.E. Nuestros Héroes de la Guerra del Pacífico del distrito de Tacna, al año 2021.

4.5 Población y muestra

4.5.1 Población

Según Hernández, Fernández y Baptista (2014) la población es el conjunto de todos los elementos (unidades de análisis) que pertenecen al ámbito espacial donde se desarrolla el trabajo de investigación. En la presente investigación, la población estará conformada por 60 estudiantes de quinto grado de secundaria de la I.E. Nuestros Héroes de la Guerra del Pacífico del distrito de Tacna, al año 2021.

4.5.1.1 Muestra

Según Hernández, Fernández y Baptista (2014) “la muestra está representada por unidades de análisis. Se le denomina también casos o elementos” (pág. 31). El tipo de muestra que utilizará en el presente trabajo de investigación corresponde a una muestra no probabilística de tipo censal.

El muestreo es la estrategia para determinar la obtención de la muestra, seleccionar las unidades de la población a la que se les requerirá información, y por el otro, interpretar los resultados con el fin de estimar los parámetros de la población sobre la que se determina la muestra para probar las hipótesis. (Hernández, Fernández, & Batista, 2014, pág. 34)

El tipo de muestra que utilizará en el presente trabajo de investigación corresponde a una muestra censal, por lo que la cantidad de unidades de análisis que constituyen la población serán las mismas de la muestra, no ameritando la aplicación de la fórmula para determinar el tamaño muestral, ya que los resultados únicamente podrán extrapolarse a la muestra de estudio.

Por tanto, la muestra de estudio estará conformada por 60 estudiantes de quinto grado de secundaria de la I.E. Nuestros Héroes de la Guerra del Pacífico del distrito de Tacna, al año 2021.

4.5.2 Técnicas e instrumentos para el recojo de datos

- **Técnicas**

La técnica empleada fue la encuesta, la cual se suministrará a los 35 alumnos del nivel secundario de la I.E. Nuestros Héroes de la Guerra del Pacífico, año 2021. La técnica de la encuesta, tal como señalan los autores Ñaupas, Mejía, Novoa, & Villagómez (2013) “la técnica de la encuesta consiste en el suministro de preguntas estructuradas a la muestra de estudio con la finalidad de conocer la variable”. (pág. 25)

- **Instrumentos**

Los instrumentos empleados fueron dos cuestionarios validados para el Perú, los cuales serán suministrados de manera digital a los 35 alumnos del nivel secundario de la I.E. Nuestros Héroes de la Guerra del Pacífico del distrito de Tacna, año 2021, atendiendo a las medidas de distanciamiento social para evitar el contagio de la COVID-19.

1) Inventario de estilos de afrontamiento

Instrumento creado por Carver en el año 1990 en EEUU y validado para el Perú por el investigador Salazar en el año 1996 en la ciudad de Lima. Es un instrumento politómico de aplicación individual, está conformado por 52 ítems distribuidos en 13 áreas.

Posee las siguientes dimensiones:

- Afrontamiento orientado al problema
- Afrontamiento orientado a la emoción
- Afrontamiento evitativo

2) Cuestionario KIDDO-KINDL

Es un cuestionario elaborado por Bullinger el año 1994 en Alemania y validado para el Perú por Fernández-López et al. (2004). Se trata de un instrumento politómico que emplea la escala de Likert y de administración individual. Puede aplicarse a sujetos entre 12 a 16 años.

Posee las siguientes dimensiones e indicadores:

- Bienestar Físico
- Bienestar Emocional
- Autoestima
- Familia
- Amigos
- Escuela

4.6 Recolección de datos

La evaluación se llevó a cabo en dos sesiones:

- Primera sesión: se aplicó el instrumento en (01) hora cronológica del día 25 de julio del 2021 a horas 11:30 a.m. con la finalidad de aplicar el

Inventario de estilos de afrontamiento a los 60 alumnos del salón. Asimismo, se dispuso la presencia del evaluador en medio de la sesión para absolver dudas y consultas sobre la aplicación del instrumento.

- Segunda sesión: se aplicó el instrumento en (01) hora cronológica del día 26 de julio del 2021 a horas 4 p.m. con la finalidad de aplicar el Cuestionario KIDDO-KINDL a los 60 alumnos del salón. Asimismo, se dispuso la presencia del evaluador en medio de la sesión para absolver dudas y consultas sobre la aplicación del instrumento.

4.7 Técnicas de análisis e interpretación de datos

4.7.1 Técnica de análisis

Se recogió la información de todos los cuestionarios con la finalidad de elaborar la base de datos en Microsoft Excel y SPSS 26.0 para proceder a realizar el análisis, empleándose para ello las:

- Técnicas de la estadística descriptiva: Análisis descriptivo partir de recursos como la tabla de distribución de frecuencia (frecuencia absoluta, frecuencia absoluta acumulada, frecuencia relativa, frecuencia relativa acumulada, etc.), gráficos (gráfico de sectores, gráfico de barras, gráficos de dispersión, etc.) y medidas de tendencia central.
- Técnicas de la estadística inferencial: Contraste de hipótesis a partir del estadístico de contraste denominado Chi Cuadrado de Independencia.

4.7.2 Interpretación de datos

En base al estudio de nuestras variables dentro del estudio se utilizó el método de Chi Cuadrado a fin de determinar una relación entre las variables que tienen como características ser de tipo cualitativo planteadas en el estudio. Para ello se establecerá un nivel de significancia del 0.05 con el fin de establecer una regla para la toma de decisión final.

4.8 Aspectos éticos

En cuanto a los aspectos éticas, se cursaron las autorizaciones a las autoridades de la I.E. Nuestros Héroe de la Guerra del Pacífico a fin de contar con la autorización administrativa para el suministro de los instrumentos de recolección de datos a los participantes del estudio. Por otra parte, se asegura el uso estrictamente académico de la información recogida, así como el anonimato de cada uno de los participantes.

V. RESULTADOS

5.1 Presentación de resultados

ESTRATEGIAS DE AFRONTAMIENTO AL ESTRÉS

Dimensión I: Afrontamiento orientado al problema

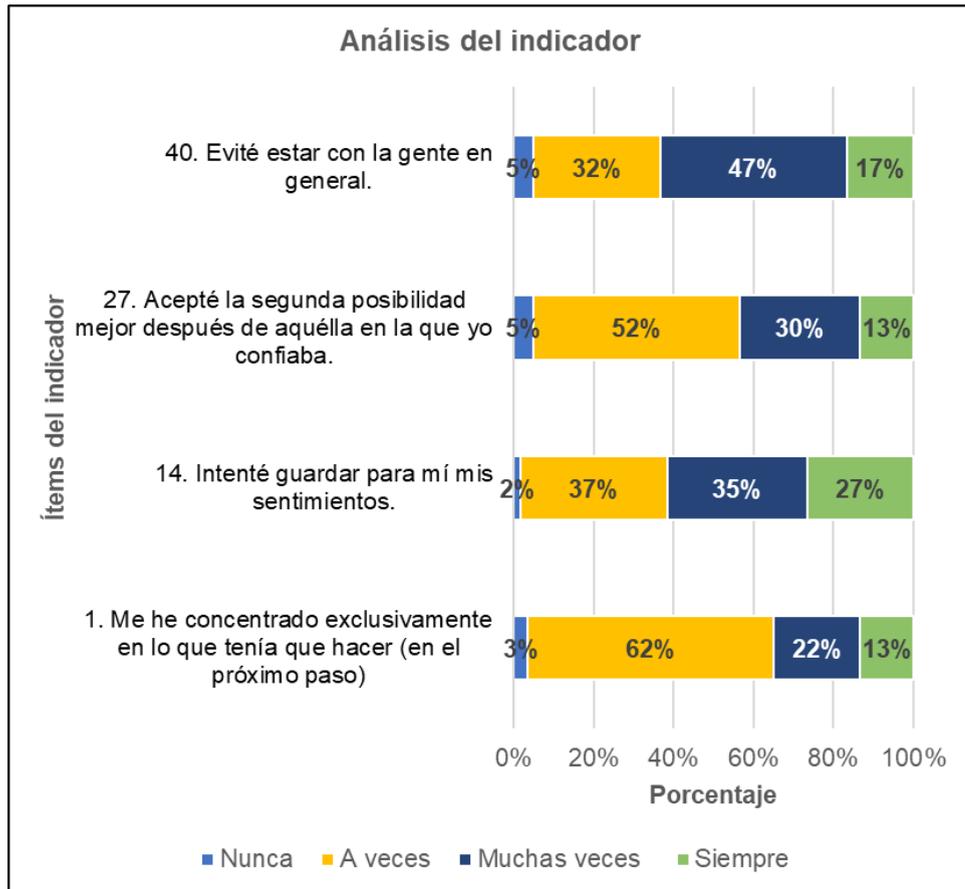
Indicador afrontamiento activo

Tabla 2. Tabla de distribución de frecuencias del indicador afrontamiento activo

ÍTEMS	Nunca		A veces		Muchas veces		Siempre	
	F	%	F	%	F	%	F	%
1. Me he concentrado exclusivamente en lo que tenía que hacer (en el próximo paso)	2	3%	37	62%	13	22%	8	13%
14. Intenté guardar para mí mis sentimientos.	1	2%	22	37%	21	35%	16	27%
27. Acepté la segunda posibilidad mejor después de aquélla en la que yo confiaba.	3	5%	31	52%	18	30%	8	13%
40. Evité estar con la gente en general.	3	5%	19	32%	28	47%	10	17%

Fuente: Elaboración propia en base a la aplicación del instrumento a la muestra de estudio.

GRÁFICO 1 GRÁFICO DEL INDICADOR AFRONTAMIENTO ACTIVO



Fuente: Elaboración propia en base a la aplicación del instrumento a la muestra de estudio.

Indicador planificación

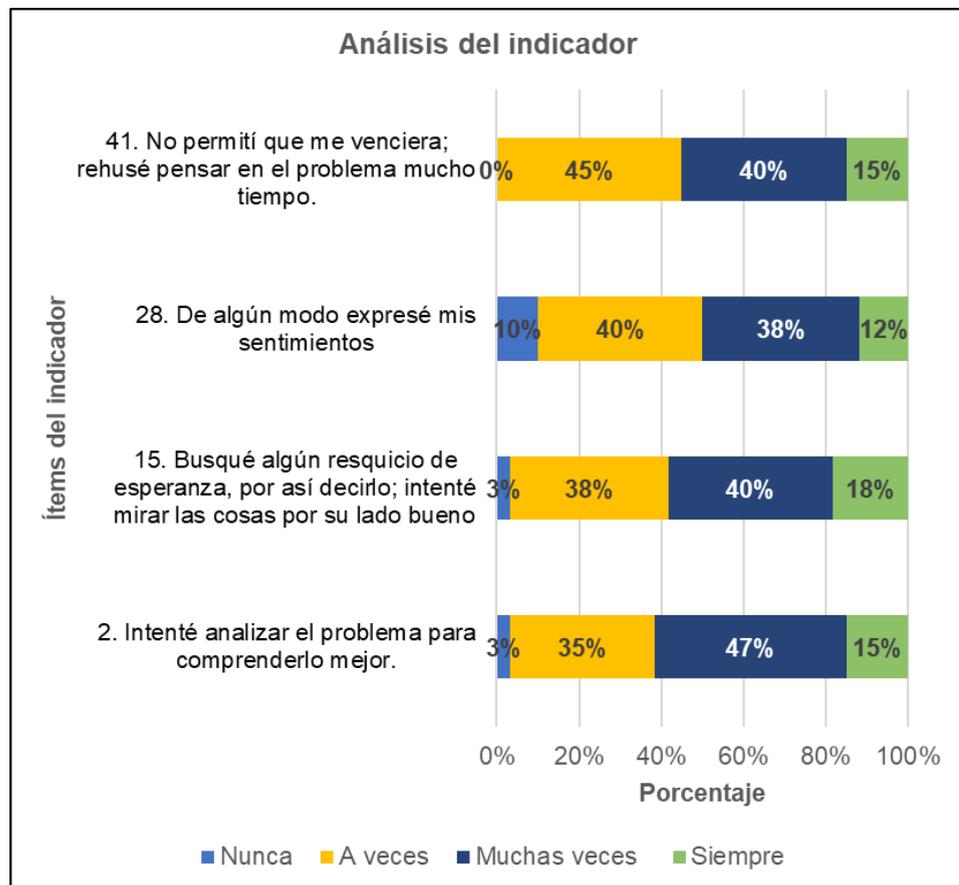
Tabla 3. Tabla de distribución de frecuencias del indicador planificación.

ÍTEMS	Nunca		A veces		Muchas veces		Siempre	
	F	%	F	%	F	%	F	%
2. Intenté analizar el problema para comprenderlo mejor.	2	3%	21	35%	28	47%	9	15%
15. Busqué algún resquicio de esperanza, por así decirlo; intenté mirar las cosas por su lado bueno	2	3%	23	38%	24	40%	11	18%

28. De algún modo expresé mis sentimientos	6	10%	24	40%	23	38%	7	12%
41. No permití que me venciera; rehusé pensar en el problema mucho tiempo.	0	0%	27	45%	24	40%	9	15%

Fuente: Elaboración propia en base a la aplicación del instrumento a la muestra de estudio.

GRÁFICO 2 GRÁFICO DEL INDICADOR PLANIFICACIÓN



Fuente: Elaboración propia en base a la aplicación del instrumento a la muestra de estudio.

Indicador supresión de otras actividades

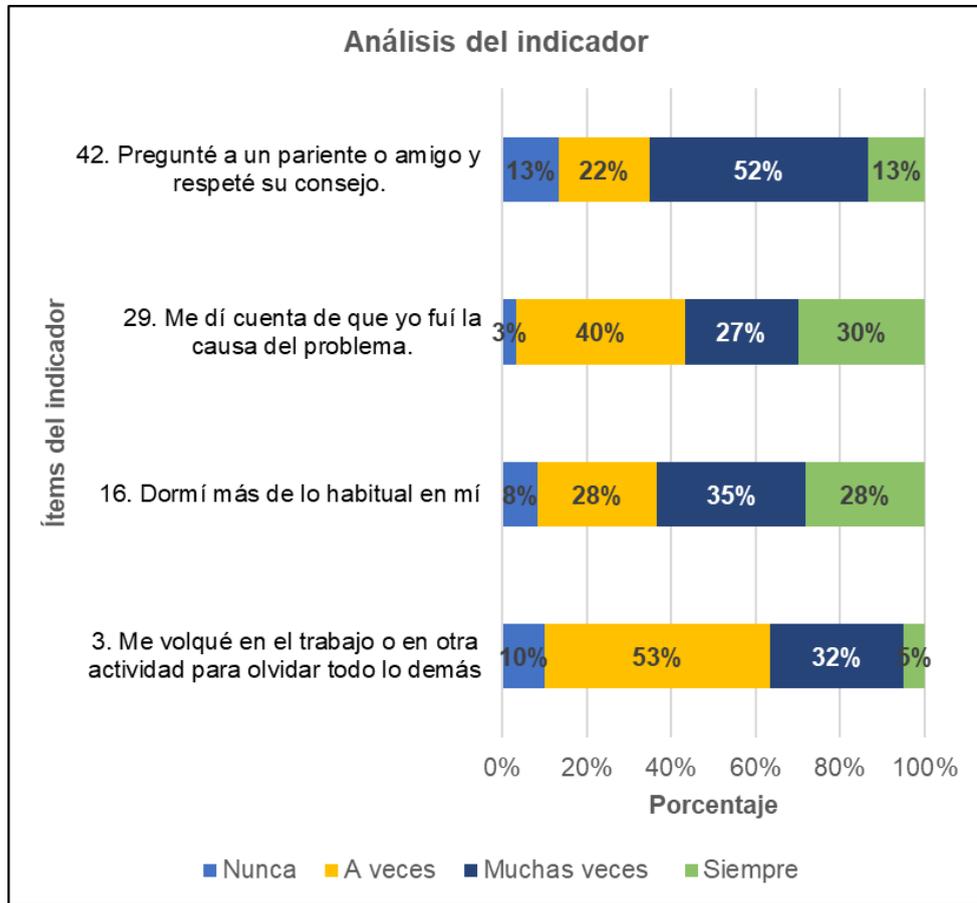
Tabla 4. Tabla de distribución de frecuencias del indicador supresión de otras actividades

ÍTEMS	Nunca		A veces		Muchas veces		Siempre	
	F	%	F	%	F	%	F	%
3. Me volqué en el trabajo o en otra actividad para olvidar todo lo demás	6	10%	32	53%	19	32%	3	5%
16. Dormí más de lo habitual en mí	5	8%	17	28%	21	35%	17	28%
29. Me dí cuenta de que yo fuí la causa del problema.	2	3%	24	40%	16	27%	18	30%
42. Pregunté a un pariente o amigo y respeté su consejo.	8	13%	13	22%	31	52%	8	13%

Fuente: Elaboración propia en base a la aplicación del instrumento a la muestra de estudio.

GRÁFICO 3

GRÁFICO DEL INDICADOR SUPRESIÓN DE OTRAS ACTIVIDADES



Fuente: Elaboración propia en base a la aplicación del instrumento a la muestra de estudio.

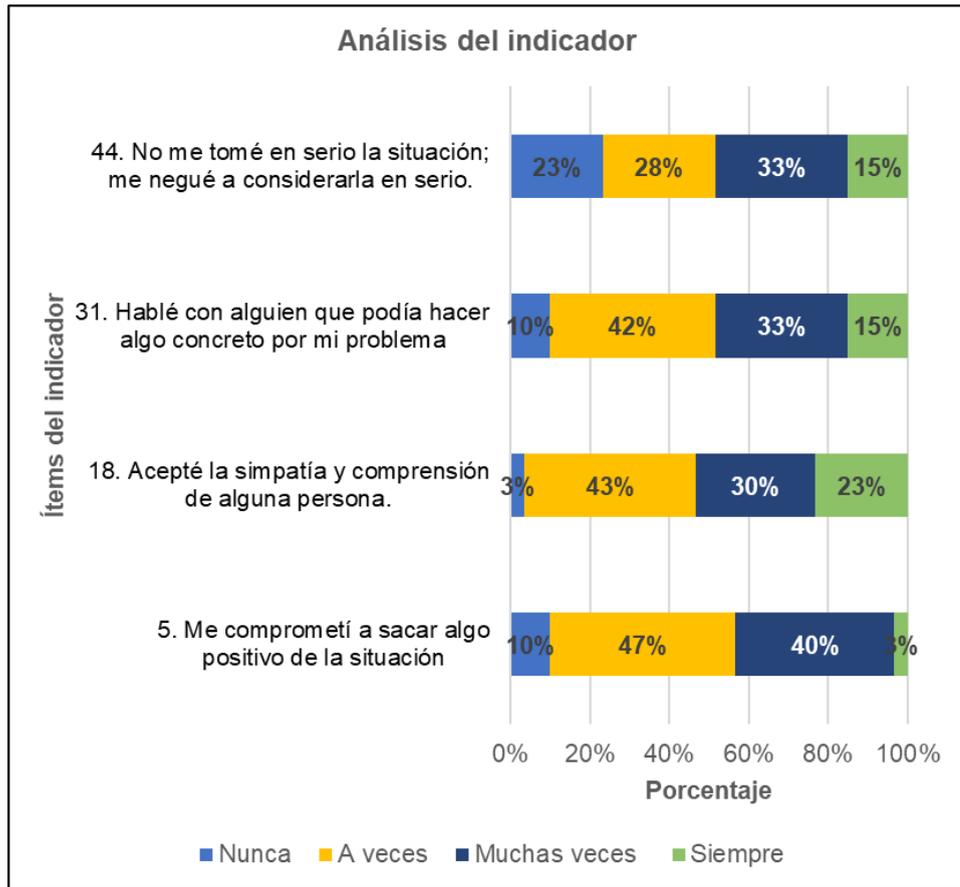
Indicador búsqueda de apoyo social

Tabla 5. Tabla de distribución de frecuencias del indicador búsqueda de apoyo social

ÍTEMS	Nunca		A veces		Muchas veces		Siempre	
	F	%	F	%	F	%	F	%
5. Me comprometí a sacar algo positivo de la situación	6	10%	28	47%	24	40%	2	3%
18. Acepté la simpatía y comprensión de alguna persona.	2	3%	26	43%	18	30%	14	23%
31. Hablé con alguien que podía hacer algo concreto por mi problema	6	10%	25	42%	20	33%	9	15%
44. No me tomé en serio la situación; me negué a considerarla en serio.	14	23%	17	28%	20	33%	9	15%

Fuente: Elaboración propia en base a la aplicación del instrumento a la muestra de estudio.

GRÁFICO 4 GRÁFICO DEL INDICADOR BÚSQUEDA DE APOYO SOCIAL



Fuente: Elaboración propia en base a la aplicación del instrumento a la muestra de estudio.

Dimensión II: Afrontamiento orientado a la emoción

Indicador búsqueda de soporte emocional

Tabla 6. Tabla de distribución de frecuencias del indicador búsqueda de soporte emocional

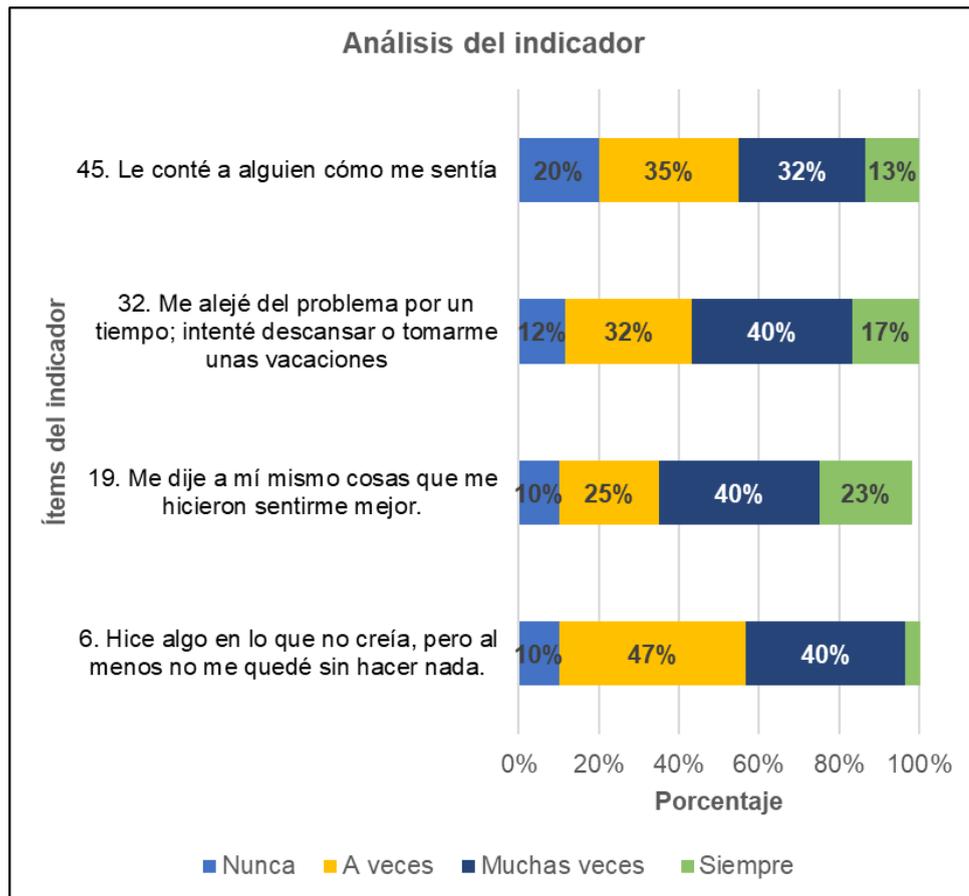
ÍTEMS	Nunca		A veces		Muchas veces		Siempre	
	F	%	F	%	F	%	F	%
6. Hice algo en lo que no creía, pero al menos	6	10%	28	47%	24	40%	5	8%

no me quedé sin hacer nada.								
19. Me dije a mí mismo cosas que me hicieron sentirme mejor.	6	10%	15	25%	24	40%	14	23%
32. Me alejé del problema por un tiempo; intenté descansar o tomarme unas vacaciones	7	12%	19	32%	24	40%	10	17%
45. Le conté a alguien cómo me sentía	12	20%	21	35%	19	32%	8	13%

Fuente: Elaboración propia en base a la aplicación del instrumento a la muestra de estudio.

GRÁFICO 5

GRÁFICO DEL INDICADOR BÚSQUEDA DE SOPORTE EMOCIONAL



Fuente: Elaboración propia en base a la aplicación del instrumento a la muestra de estudio.

Indicador reinterpretación positiva y desarrollo personal

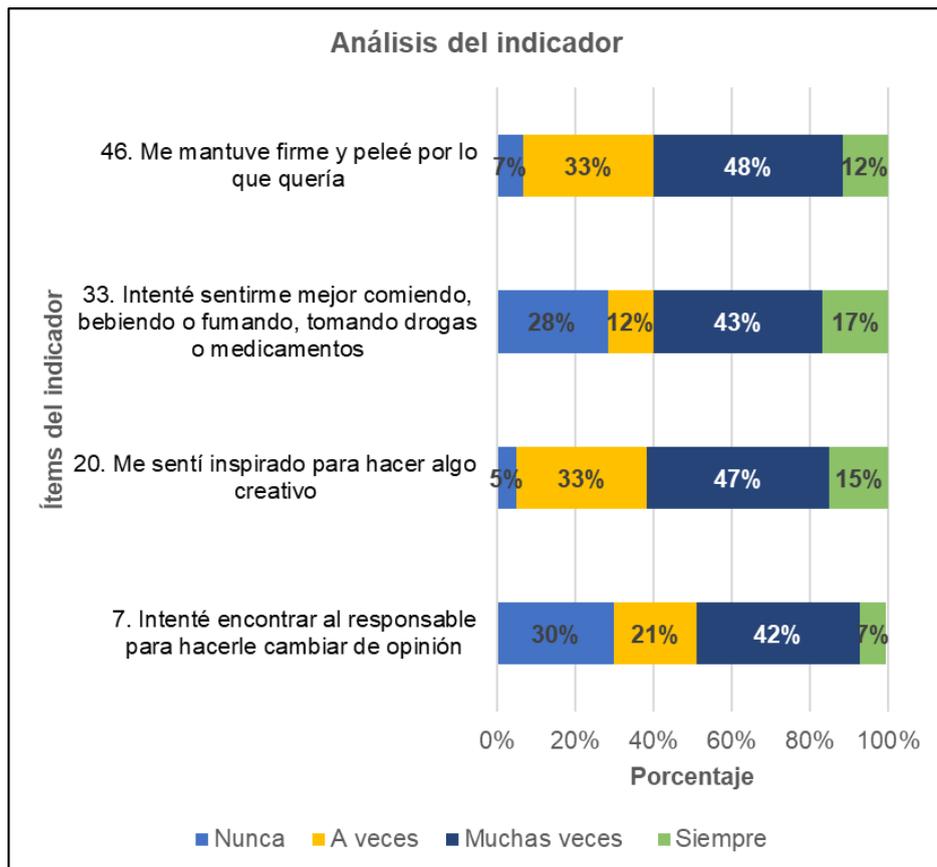
Tabla 7. Tabla de distribución de frecuencias del indicador reinterpretación positiva y desarrollo personal

ÍTEMS	Nunca		A veces		Muchas veces		Siempre	
	F	%	F	%	F	%	F	%
7. Intenté encontrar al responsable para hacerle cambiar de opinión	18	30%	16	21%	25	42%	4	7%

20. Me sentí inspirado para hacer algo creativo	3	5%	20	33%	28	47%	9	15%
33. Intenté sentirme mejor comiendo, bebiendo o fumando, tomando drogas o medicamentos	17	28%	7	12%	26	43%	10	17%
46. Me mantuve firme y peleé por lo que quería	4	7%	20	33%	29	48%	7	12%

Fuente: Elaboración propia en base a la aplicación del instrumento a la muestra de estudio.

GRÁFICO 6 GRÁFICO DEL INDICADOR REINTERPRETACIÓN POSITIVA Y DESARROLLO PERSONAL



Fuente: Elaboración propia en base a la aplicación del instrumento a la muestra de estudio.

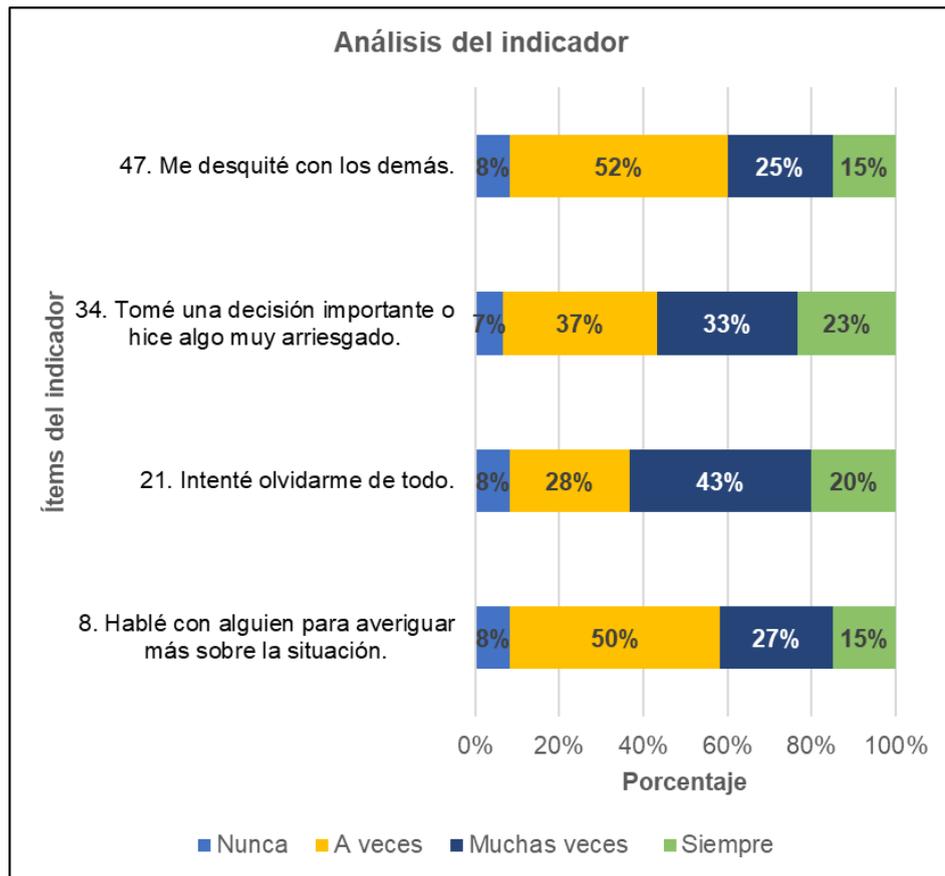
Indicador aceptación

Tabla 8. Tabla de distribución de frecuencias del indicador aceptación

ÍTEM	Nunca		A veces		Muchas veces		Siempre	
	F	%	F	%	F	%	F	%
8. Hablé con alguien para averiguar más sobre la situación.	5	8%	30	50%	16	27%	9	15%
21. Intenté olvidarme de todo.	5	8%	17	28%	26	43%	12	20%
34. Tomé una decisión importante o hice algo muy arriesgado.	4	7%	22	37%	20	33%	14	23%
47. Me desquité con los demás.	5	8%	31	52%	15	25%	9	15%

Fuente: Elaboración propia en base a la aplicación del instrumento a la muestra de estudio.

GRÁFICO 7 GRÁFICO DEL INDICADOR ACEPTACIÓN



Fuente: Elaboración propia en base a la aplicación del instrumento a la muestra de estudio.

Dimensión III: Afrontamiento evitativo

Indicador acudir a la religión

Tabla 9. Tabla de distribución de frecuencias del indicador acudir a la religión

ÍTEMS	Nunca		A veces		Muchas veces		Siempre	
	F	%	F	%	F	%	F	%
9. Me critiqué o sermoneé a mí mismo								

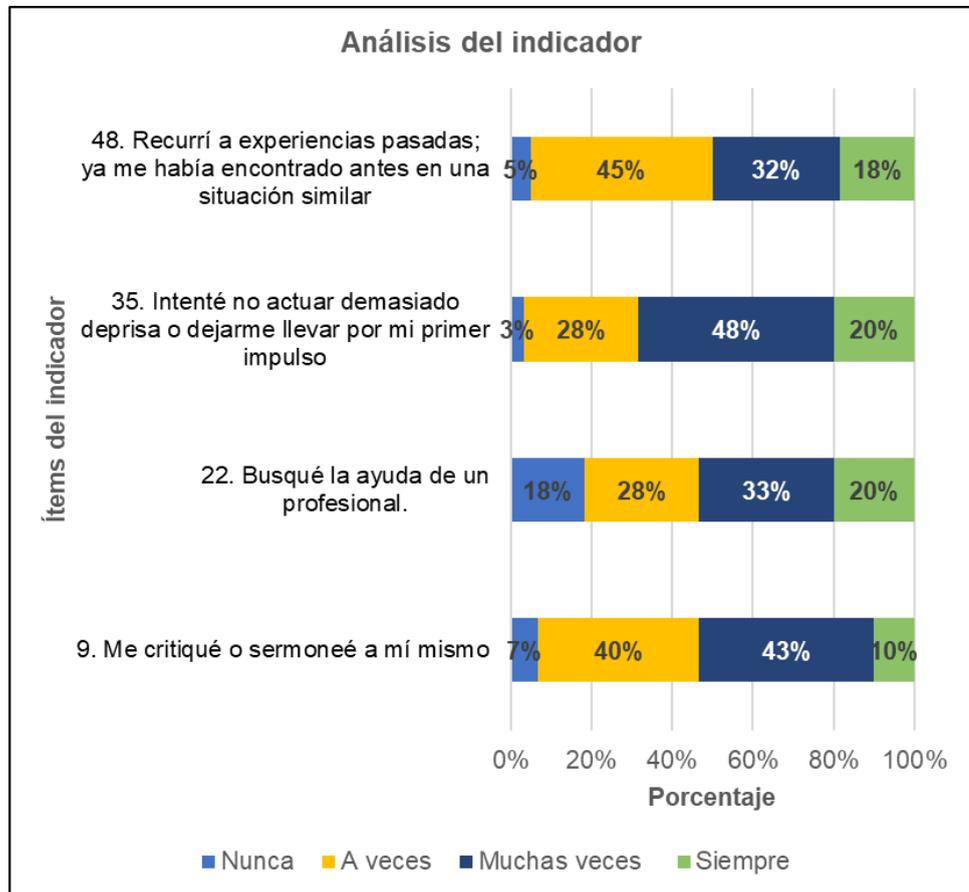
	4	7%	24	40%	26	43%	6	10%
22. Busqué la ayuda de un profesional.	11	18%	17	28%	20	33%	12	20%
35. Intenté no actuar demasiado deprisa o dejarme llevar por mi primer impulso	2	3%	17	28%	29	48%	12	20%
48. Recurrí a experiencias pasadas; ya me había encontrado antes en una situación similar	3	5%	27	45%	19	32%	11	18%

Fuente: Elaboración propia en base a la aplicación del instrumento a la muestra de estudio.

GRÁFICO

8

GRÁFICO DEL INDICADOR ACUDIR A LA RELIGIÓN



Fuente: Elaboración propia en base a la aplicación del instrumento a la muestra de estudio.

Indicador postergación del afrontamiento

Tabla 10. Tabla de distribución de frecuencias del indicador postergación del afrontamiento

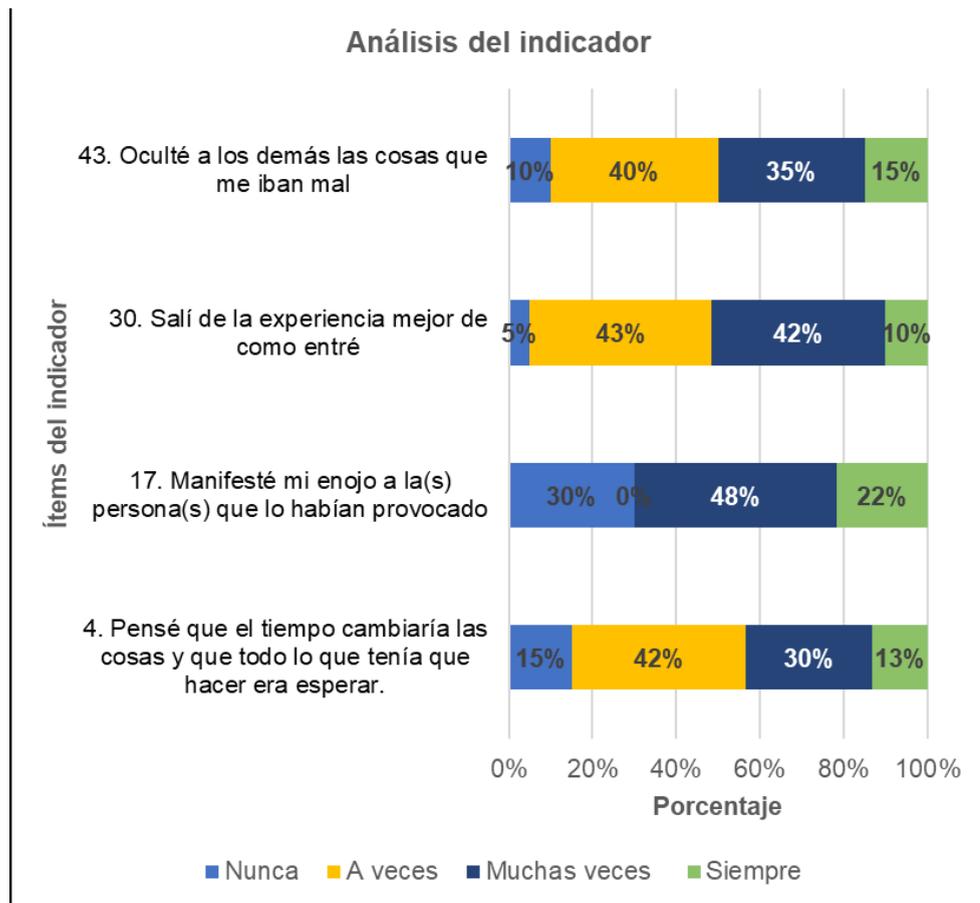
ÍTEMS	Nunca		A veces		Muchas veces		Siempre	
	F	%	F	%	F	%	F	%
4. Pensé que el tiempo cambiaría las cosas y que todo lo que tenía que hacer era esperar.	9	15%	25	42%	18	30%	8	13%
17. Manifesté mi enojo a la(s) persona(s) que lo habían provocado	18	30%	0	0%	29	48%	13	22%
30. Salí de la experiencia mejor de como entré	3	5%	26	43%	25	42%	6	10%
43. Oculté a los demás las cosas que me iban mal	6	10%	24	40%	21	35%	9	15%

Fuente: Elaboración propia en base a la aplicación del instrumento a la muestra de estudio.

9

GRÁFICO DEL INDICADOR POSTERGACIÓN DEL AFRONTAMIENTO

GRÁFICO



Fuente: Elaboración propia en base a la aplicación del instrumento a la muestra de estudio.

CALIDAD DE VIDA

Dimensión I: Bienestar Físico

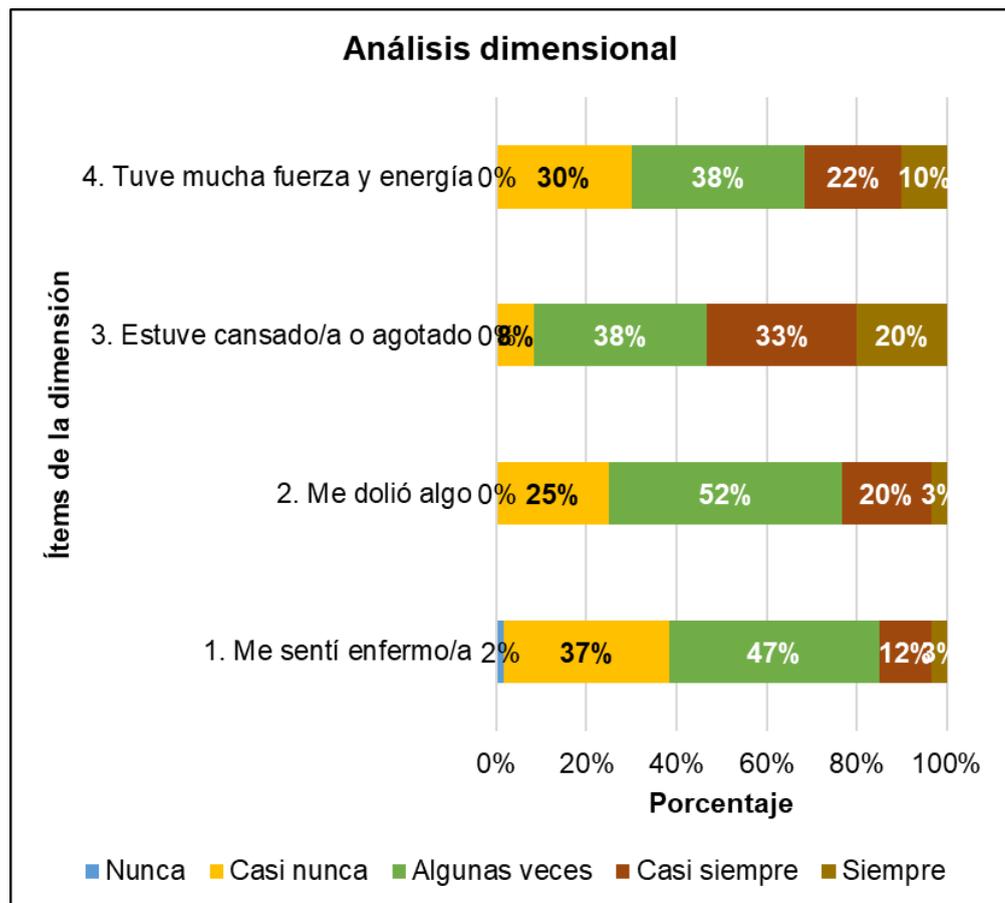
Tabla 11. Tabla de distribución de frecuencias de la dimensión bienestar físico

Primero queremos saber algo sobre tu cuerpo	Nunca		Casi nunca		Algunas veces		Casi siempre		Siempre	
	F	%	F	%	F	%	F	%	F	%
1. Me sentí enfermo/a	1	2%	22	37%	28	47%	7	12%	2	3%
2. Me dolió algo	0	0%	15	25%	31	52%	12	20%	2	3%
3. Estuve cansado/a o agotado	0	0%	5	8%	23	38%	20	33%	12	20%
4. Tuve mucha fuerza y energía	0	0%	18	30%	23	38%	13	22%	6	10%

Fuente: Elaboración propia en base a la aplicación del instrumento a la muestra de estudio.

10 GRÁFICO DE LA DIMENSIÓN BIENESTAR FÍSICO

GRÁFICO



Fuente: Elaboración propia en base a la aplicación del instrumento a la muestra de estudio.

Dimensión II: Bienestar Emocional

Tabla 12. Tabla de distribución de frecuencias de la dimensión bienestar emocional

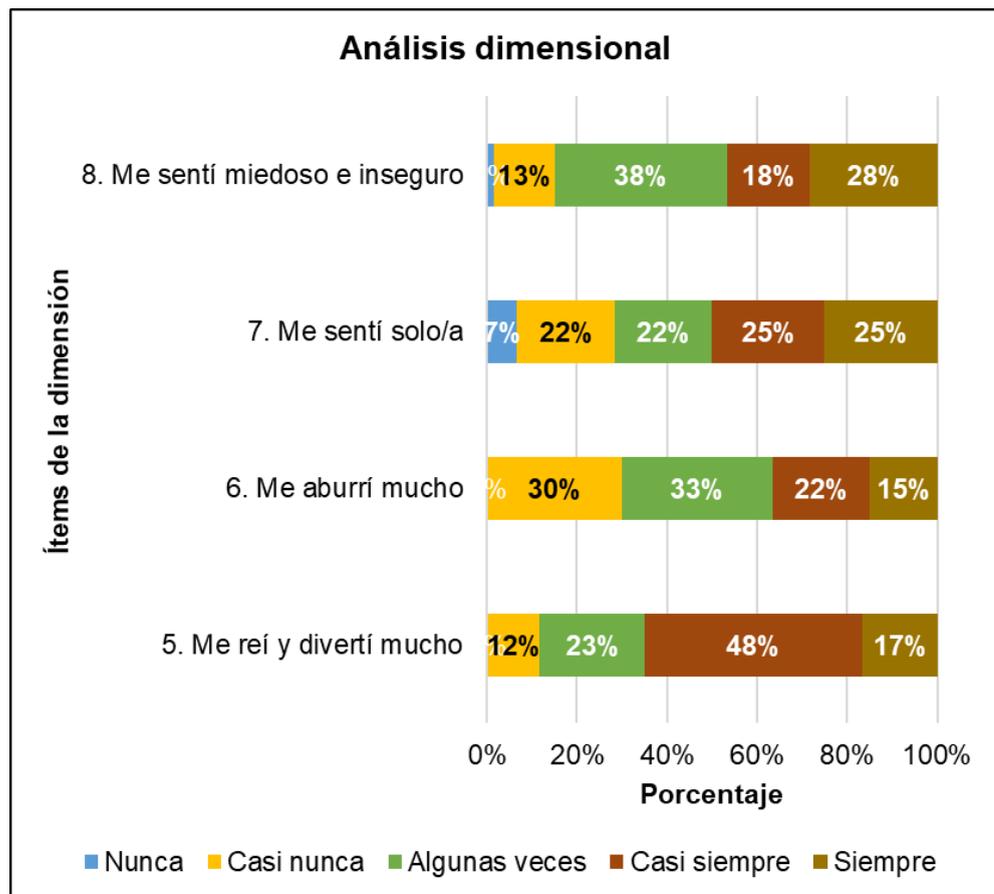
Ahora algo sobre cómo te sientes	Nunca		Casi nunca		Algunas veces		Casi siempre		Siempre	
	F	%	F	%	F	%	F	%	F	%
5. Me reí y divertí mucho	0	0%	7	12%	14	23%	29	48%	10	17%
6. Me aburrí mucho	0	0%	18	30%	20	33%	13	22%	9	15%
7. Me sentí solo/a	4	7%	13	22%	13	22%	15	25%	15	25%
8. Me sentí miedoso e inseguro	1	2%	8	13%	23	38%	11	18%	17	28%

Fuente: Elaboración propia en base a la aplicación del instrumento a la muestra de estudio.

11

GRÁFICO DE LA DIMENSIÓN BIENESTAR EMOCIONAL

GRÁFICO



Fuente: Elaboración propia en base a la aplicación del instrumento a la muestra de estudio.

Dimensión III: Autoestima

Tabla 13. Tabla de distribución de frecuencias de la dimensión autoestima

	Nunca	Casi nunca	Algunas veces	Casi siempre	Siempre
--	-------	------------	---------------	--------------	---------

Y lo que piensas de ti mismo/a	F	%								
9. Me sentí orgulloso/a de mí mismo	4	7%	10	17%	25	42%	11	18%	11	18%
10. Me gusto a mí mismo/a	2	3%	11	18%	17	28%	17	28%	13	22%
11. Me sentí bien conmigo mismo/a	3	5%	10	17%	23	38%	17	28%	7	12%
12. Tuve muchas buenas ideas	0	0%	8	13%	14	23%	23	38%	15	25%

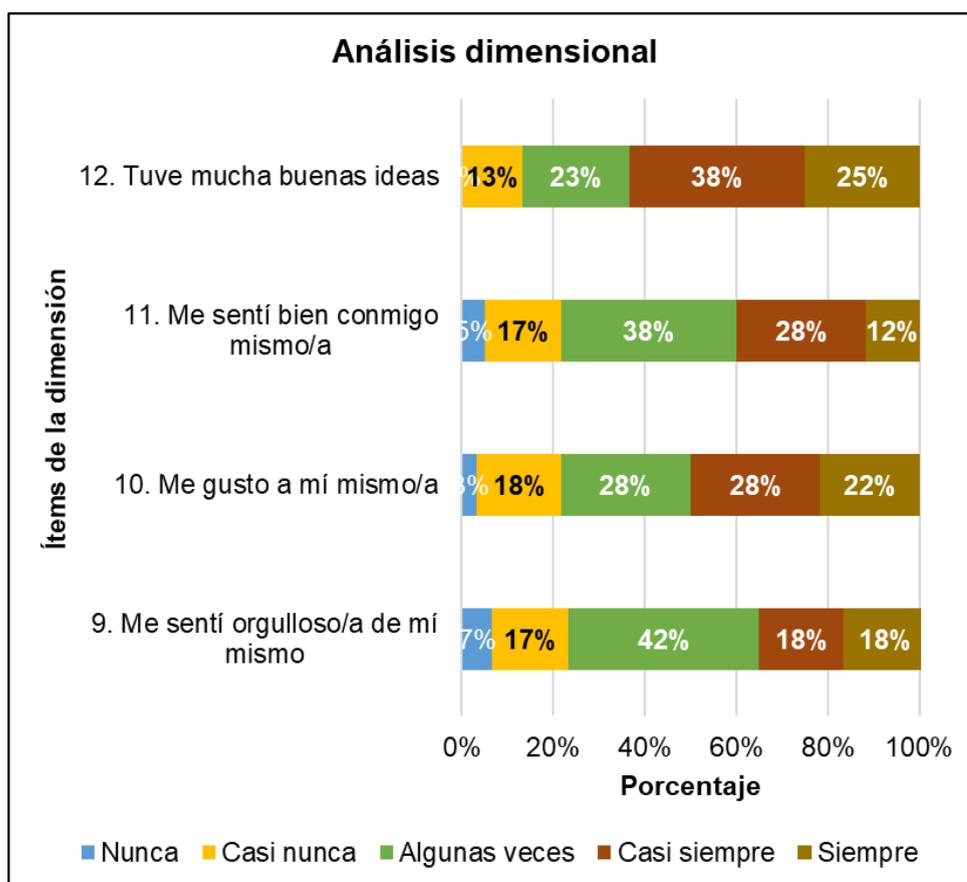
Fuente: Elaboración propia en base a la aplicación del instrumento a la muestra de estudio.

12

GRÁFICO DE LA

DIMENSIÓN AUTOESTIMA

GRÁFICO



Fuente: Elaboración propia en base a la aplicación del instrumento a la muestra de estudio.

Dimensión IV: Familia

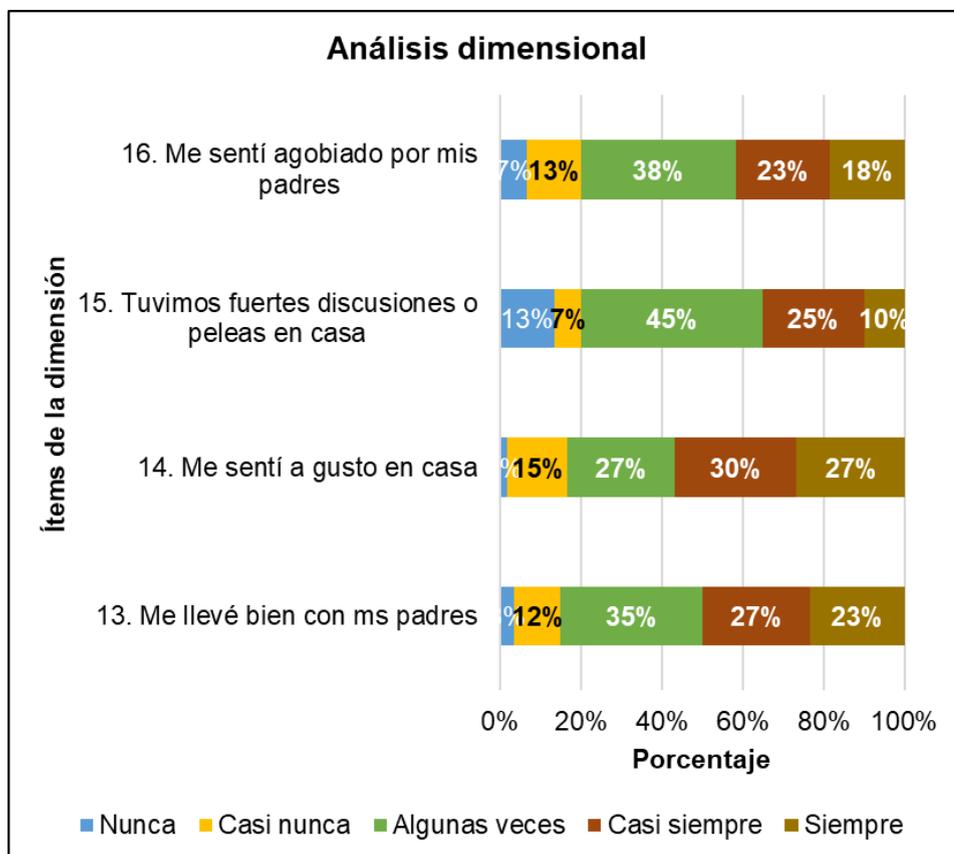
Tabla 14. Tabla de distribución de frecuencias de la dimensión familia

	Nunca	Casi nunca	Algunas veces	Casi siempre	Siempre
--	-------	------------	---------------	--------------	---------

Las siguientes preguntas son sobre tu familia	F	%								
13. Me llevé bien con ms padres	2	3%	7	12%	21	35%	16	27%	14	23%
14. Me sentí a gusto en casa	1	2%	9	15%	16	27%	18	30%	16	27%
15. Tuvimos fuertes discusiones o peleas en casa	8	13%	4	7%	27	45%	15	25%	6	10%
16. Me sentí agobiado por mis padres	4	7%	8	13%	23	38%	14	23%	11	18%

Fuente: Elaboración propia en base a la aplicación del instrumento a la muestra de estudio.

GRÁFICO 13
GRÁFICO DE LA DIMENSIÓN FAMILIA



Fuente: Elaboración propia en base a la aplicación del instrumento a la muestra de estudio.

Dimensión V: Amigos

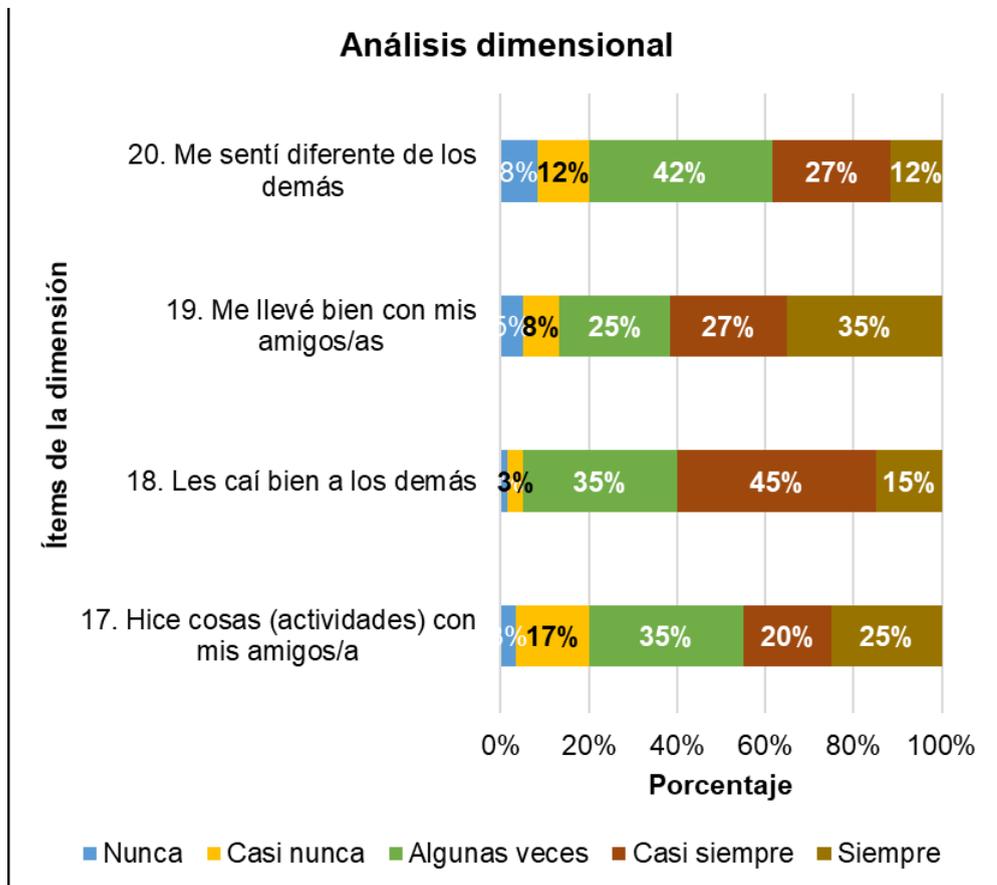
Tabla 15. Tabla de distribución de frecuencias de la dimensión amigos

Y ahora sobre tus amigos	Nunca		Casi nunca		Algunas veces		Casi siempre		Siempre	
	F	%	F	%	F	%	F	%	F	%
17. Hice cosas (actividades) con mis amigos/a	2	3%	10	17%	21	35%	12	20%	15	25%
18. Les caí bien a los demás	1	2%	2	3%	21	35%	27	45%	9	15%

19. Me llevé bien con mis amigos/as	3	5%	5	8%	15	25%	16	27%	21	35%
20. Me sentí diferente de los demás	5	8%	7	12%	25	42%	16	27%	7	12%

Fuente: Elaboración propia en base a la aplicación del instrumento a la muestra de estudio.

GRÁFICO 14 GRÁFICO DE LA DIMENSIÓN AMIGOS



Fuente: Elaboración propia en base a la aplicación del instrumento a la muestra de estudio.

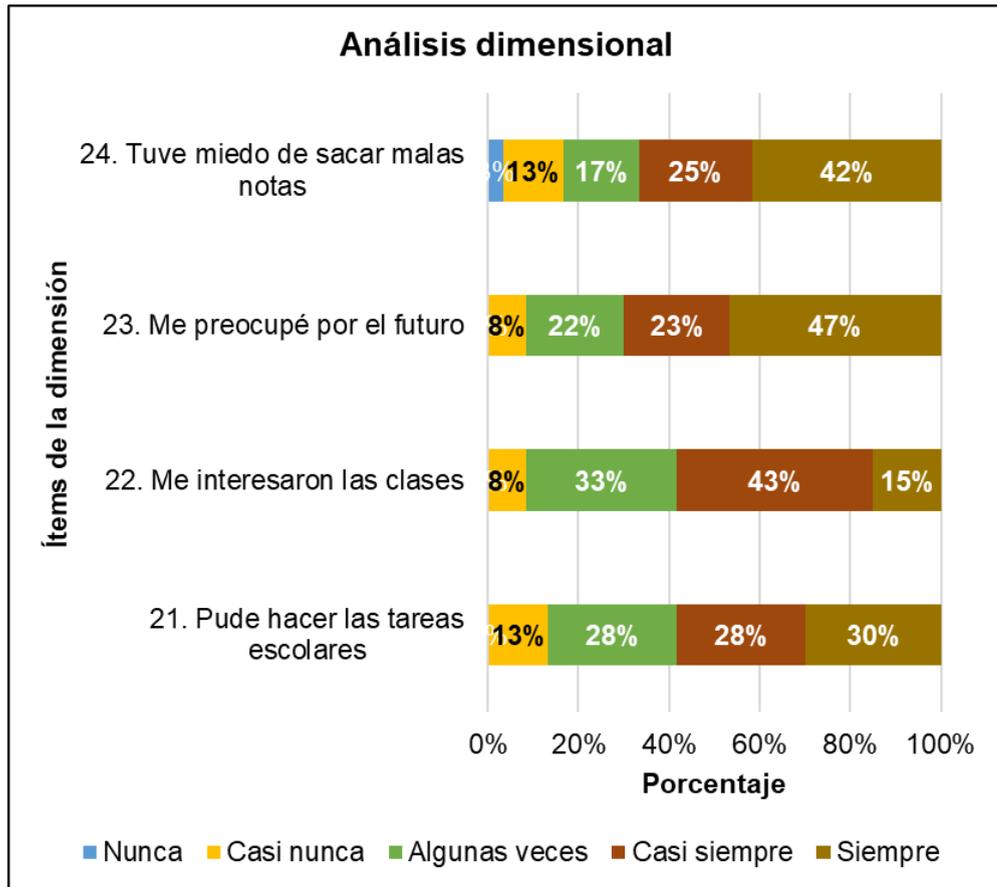
Dimensión VI: Escuela

Tabla 16. Tabla de distribución de frecuencias de la dimensión escuela

	Nunca		Casi nunca		Algunas veces		Casi siempre		Siempre	
	F	%	F	%	F	%	F	%	F	%
Ahora nos gustaría saber algo sobre la escuela										
21. Pude hacer las tareas escolares	0	0%	8	13%	17	28%	17	28%	18	30%
22. Me interesaron las clases	0	0%	5	8%	20	33%	26	43%	9	15%
23. Me preocupé por el futuro	0	0%	5	8%	13	22%	14	23%	28	47%
24. Tuve miedo de sacar malas notas	2	3%	8	13%	10	17%	15	25%	25	42%

Fuente: Elaboración propia en base a la aplicación del instrumento a la muestra de estudio.

GRÁFICO 15 GRÁFICO DE LA DIMENSIÓN ESCUELA



Fuente: Elaboración propia en base a la aplicación del instrumento a la muestra de estudio.

5.2 Interpretación de resultados

En relación a la variable afrontamiento al estrés, se procederá a realizar un análisis por indicador, poniendo énfasis en aquellos ítems críticos de cada una de las dimensiones.

La dimensión afrontamiento orientado al problema está conformada por 3 indicadores, los cuales son: afrontamiento activo, planificación y supresión de otras actividades.

En cuanto al indicador afrontamiento activo, podemos observar de la tabla 2 y figura 1, que está conformada por 4 ítems, de los cuales extraemos los siguientes ítems críticos: el ítem 1, el cual mide la concentración exclusiva en lo que se tenía que hacer, un 62% de la muestra ha señalado

que a veces recurre a dicho mecanismo de afrontamiento, por otra parte, un sector de 22% ha señalado que este se produce muchas veces. Por otro lado, el ítem 27, el cual mide la aceptación del costo de oportunidad en la toma de decisiones, donde un sector de 52% ha señalado que este se produce en un 52%. Finalmente, tenemos el ítem 14, el cual mide el grado de represión emocional, donde un sector de 37% de los encuestados ha señalado recurrir este recurso de afrontamiento.

En cuanto al indicador planificación, podemos observar de la tabla 3 y figura 2, que está conformada por 4 ítems, los siguientes ítems críticos: el ítem 41, el cual mide la frecuencia con la que se emplea el mecanismo de la anticipación, donde un 45% de la muestra ha señalado que recurre a veces a evitar pensar en el problema mucho tiempo. Por otra parte, tenemos el ítem 28, el cual mide el mecanismo de afrontamiento con base en la expresión de los sentimientos, donde cerca de un 45% de los encuestados ha señalado recurrir a este mecanismo a veces, por otra parte, otro sector equivalente ha reportado recurrir a este mecanismo muchas veces.

En cuanto al indicador supresión de otras actividades, podemos observar de la tabla 4 y figura 3, que está conformada por 4 ítems, los siguientes ítems críticos: el ítem 5, el cual mide la frecuencia con que una persona extrae un beneficio de una situación adversa, donde cerca del 50% ha señalado que a veces se recurre a ese mecanismo de afrontamiento y donde cerca de 40% ha señalado ejecutarlo muchas veces. Por otra parte,

el ítem 31, el cual mide la frecuencia con que se recurre al mecanismo de recurrir a solicitar apoyo de un tercero, cerca de un 50 por ciento 50% ha señalado que muchas veces se recurre a ese mecanismo de afrontamiento y donde cerca de 33% ha señalado ejecutarlo a veces.

La dimensión afrontamiento orientado a la emoción está conformada por 4 indicadores, los cuales son: búsqueda de soporte emocional, aceptación, reinterpretación positiva y desarrollo personal y afrontamiento activo.

En cuanto al indicador búsqueda de soporte emocional, podemos observar de la tabla 6 y figura 5, que está conformada por 4 ítems, los siguientes ítems críticos: el ítem 6, el cual mide la frecuencia con la que se recurre al mecanismo de preferir el acto a la inercia, donde un porcentaje de 47% ha señalado que recurre a este mecanismo a veces, mientras que un sector conformado por 40% ha señalado que recurre a él, muchas veces. En el caso del ítem 45, el cual mide la frecuencia con que se recurre al mecanismo de pedir consejo a un tercero, cerca de un 35% de los encuestados ha expresado que recurre a este mecanismo a veces, mientras que un sector conformado por 32% ha señalado que recurre a él muchas veces.

En cuanto al indicador reinterpretación positiva y desarrollo personal, podemos observar de la tabla 7 y figura 6, que está conformada por 4 ítems, los siguientes ítems críticos: el ítem 33, el cual mide la frecuencia con que una persona recurre al mecanismo de comer, beber o fumar para poder sentirse mejor, el cual es un mecanismo altamente desadaptativo. En este caso un 43% de los encuestados ha señalado recurrir a este mecanismo,

siendo que un porcentaje de 17% ha señalado que siempre recurre a este mecanismo, datos sobre el cual debemos poner atención. En el caso del ítem 7, el cual mide la frecuencia con la cual se recurre a afrontar el conflicto a través de la búsqueda del responsable para hacerle cambiar de opinión, cerca de 42% de los encuestados recurre a este mecanismo de afrontamiento.

En cuanto al indicador aceptación, podemos observar de la tabla 8 y figura 7, que está conformada por 4 ítems, los siguientes ítems críticos: ítem 52, el cual mide la frecuencia con la que el encuestado recurre al mecanismo de desquitarse con los demás, el cual es una estrategia desadaptativa, un sector conformado por 52% de los encuestados ha señalado que recurre a este mecanismo a veces, por otra parte, cerca de 25% ha señalado recurrir a este mecanismo muchas veces. En el caso del ítem 8, el cual mide la frecuencia con que se afronta el problema a través de la averiguación de las circunstancias de la situación, cerca de un 50% señala recurrir a dicho mecanismo a veces. Finalmente, podemos analizar el ítem 21, el cual mide la frecuencia con que el encuestado recurre a ignorar la situación estresante, siendo que un sector de 43% ha señalado que recurre a dicha estrategia.

La dimensión afrontamiento evitativo está conformada por 2 indicadores, los cuales son: acudir a la religión y postergación del afrontamiento.

En cuanto al indicador acudir a la religión, podemos observar de la tabla 9 y figura 8, que está conformada por 4 ítems, los siguientes ítems críticos: ítem 9, el cual mide la frecuencia con la que el encuestado recurre a la

autocrítica para resolver una situación estresante, en ese sentido, un sector que representa el 40% señala que recurre a esta estrategia a veces, siendo que un 43% aplica este mecanismo muchas veces. Por otro lado, el ítem 35, el cual mide la frecuencia con la que el encuestado aplica la previsión de la conducta y el control de impulsos para afrontar una situación estresante, un sector de 28% emplea el mecanismo de la pausa y la contención para el afronte, siendo que otro sector significativo de 48% ha indicado recurrir a este mecanismo muchas veces.

En cuanto al indicador postergación del afrontamiento, podemos observar de la tabla 10 y figura 9, que está conformada por 4 ítems, los siguientes ítems críticos: ítem 17, el cual mide la frecuencia con la que el encuestado manifiesta su enojo para poder hacer frente a la situación estresante, donde un sector que representa el 48% de la muestra señala que recurre a esta estrategia para afrontar al estrés muchas veces. Por otra parte, en relación al ítem 30 que mide la frecuencia con la que se recurre a la estrategia de acomodamiento hacia la experiencia, un 42% señala que recurre a esta estrategia para afrontar al estrés muchas veces, asimismo otro sector de 43% señala que recurrió a esta estrategia a veces.

En relación a la variable calidad de vida, se procederá a realizar un análisis por dimensión poniendo énfasis en aquellos ítems críticos de cada una de las dimensiones.

Tal como podemos observar de la tabla 11 y la figura 10, la dimensión bienestar físico está conformada por 4 indicadores, de los cuales

resaltaremos los siguientes: el ítem 1, el cual mide la frecuencia con la que el encuestado se sintió enfermo, donde cerca de un 47% ha señalado que se siente enfermo algunas veces, asimismo, otro sector conformado por 12% de la muestra ha reportado sentirse así casi siempre. En el caso del ítem 2, el cual mide la frecuencia con la que los encuestados experimentan dolor, siendo que un sector que representa el 52% de la muestra ha señalado que algunas veces le duele algo, asimismo, otro sector conformado por 20% ha indicado que casi siempre le duele algo.

Tal como podemos observar de la tabla 12 y la figura 11, la dimensión bienestar emocional está conformada por 4 indicadores, de los cuales resaltaremos los siguientes: el ítem 8, el cual mide la frecuencia con la que los encuestados se sienten miedosos e inseguros, un sector que representa el 18% ha señalado que experimenta dichos episodios casi siempre, por otra parte, un 28% señala experimentarlos siempre, lo cual ofrece un dato negativo acerca de la calidad de vida de la muestra. Por otra parte, en relación al ítem 5, el cual mide la frecuencia con la que los encuestados experimentan episodios de risa y diversión, un sector que representa el 23% de la muestra ha señalado que experimenta dichos episodios algunas veces, asimismo, el 48% de la muestra ha reportado experimentar dichas experiencias casi siempre.

Tal como podemos observar de la tabla 13 y la figura 12, la dimensión autoestima está conformada por 4 indicadores, de los cuales resaltaremos los siguientes: el ítem 12, el cual mide la frecuencia con la que el

encuestado considera que tiene buenas ideas, donde un sector que representa el 38% de la muestra ha señalado percibir sus ideas como buenas casi siempre, asimismo, otro sector conformado por 25% de la distribución ha indicado que siempre tiene buenas ideas. En cuanto al ítem 11, el cual mide la satisfacción consigo mismo, un sector que representa el 38%, ha reportado sentirse bien consigo mismo algunas veces, asimismo, otro sector que representa el 28% ha reportado sentirse bien consigo mismo casi siempre.

Tal como podemos observar de la tabla 14 y la figura 13, la dimensión familia está conformada por 4 indicadores, de los cuales resaltaremos los siguientes: el ítem 1, el cual mide la frecuencia con la que el encuestado se siente agobiado por sus padres, donde un sector conformado por el 38% de la muestra señala experimentar dichos episodios algunas veces, asimismo, otro sector conformado por 23% ha indicado que casi siempre se siente agobiado. Por otro lado, el ítem 13, el cual se encarga de medir la calidad de la relación paterno filial. En el caso del ítem 15, el cual mide la frecuencia con que se producen peleas intrafamiliares, un sector de encuestados que representa el 45% señala que dichos conflictos se producen algunas veces mientras que un preocupante sector que representa el 25% señala las peleas se producen casi siempre en casa.

Tal como podemos observar de la tabla 15 y la figura 14, la dimensión amigos está conformada por 4 indicadores, de los cuales resaltaremos los siguientes: el ítem 1, el cual mide la percepción del encuestado en relación a la sensación de diferencia con respecto a los demás, donde un sector que

representa el 42% ha señalado sentirse diferente a los demás, asimismo, otro sector que representa el 27% ha indicado sentirse diferente a los demás casi siempre. En el caso del ítem 18, el cual mide la percepción que tienen los pares con respecto al encuestado, un sector conformado por el 35% de los encuestados ha señalado que les cae bien a los demás, siendo que otro sector que comprende el 45% de la muestra ha indicado sentir que cae bien a todos casi siempre.

Tal como podemos observar de la tabla 16 y la figura 15, la dimensión escuela está conformada por 4 indicadores, de los cuales resaltaremos los siguientes: el ítem 24, el cual mide el temor por sacar malas calificaciones en la escuela, donde un sector que comprende el 25% de la muestra señala que siente ese miedo casi siempre, asimismo, otro sector que comprende el 42% ha indicado experimentar dicho sentimiento siempre, lo que indica una fuerte presión por rendimiento escolar. Por otro lado, el ítem 23, el cual mide la preocupación por el futuro, donde un sector de 23% la muestra señala que siente ese miedo casi siempre, asimismo, otro sector que comprende el 42% ha indicado experimentar dicho sentimiento siempre, lo que coincide con los analizado en el ítem 24, apuntando a una presión fuerte sobre el logro de objetivos escolares de corte sumativo.

VI. ANÁLISIS DE RESULTADOS

6.1 Análisis descriptivo

Contraste de la hipótesis general

a) Planteamiento de la hipótesis

H0: Las estrategias de afrontamiento y la calidad de vida se relacionan significativamente en adolescentes del quinto grado de

secundaria de la I.E. Nuestros Héroes de la Guerra del Pacífico del distrito de Tacna, al año 2021.

H1: Las estrategias de afrontamiento y la calidad de vida no se relacionan significativamente en adolescentes del quinto grado de secundaria de la I.E. Nuestros Héroes de la Guerra del Pacífico del distrito de Tacna, al año 2021.

b) Nivel de Significancia

El nivel de significancia convenido, por parte del consenso en la línea de investigación del presente trabajo, es de 0.05 (5 %) como nivel de significancia.

c) Prueba estadística

La prueba de hipótesis es de naturaleza unilateral. Para los fines de la presente investigación, el estadístico de contraste elegido acorde al objetivo analítico del diseño fue el Chi Cuadrado de independencia.

d) Cálculo del p-valor

El cálculo del p-valor se realizará a través de la aplicación de la siguiente ecuación matemática:

$$\chi^2 = \sum_{i=1}^n \frac{(O_i - E_i)^2}{E_i}$$

=1

Donde:

χ^2 =Chi cuadrado de independencia

f_o = frecuencia observada f_e =

frecuencia esperada

El Chi cuadrado de independencia es un estadístico de contraste no paramétrico aplicable a valores finales de tipo nominal u ordinal y busca verificar relaciones entre las variables.

Tabla 17. Prueba de Chi Cuadrado de independencia entre estrategias de afrontamiento y calidad de vida.

			Estrategias de afrontamiento	Calidad de vida
Chi Cuadrado de independencia	Estrategias de afrontamiento	Chi Cuadrado de independencia	1	0,071
		Sig. (bilateral)		0,001
		N	60	60
	Calidad de vida	Chi Cuadrado de independencia	0,071	1
		Sig. (bilateral)	0,001	
		N	60	60
Nivel de significancia			0.05	

Fuente: Elaboración propia en base a la recolección de datos.

e) Regla de decisión:

- Rechazar H_0 si el valor-p es menor a 0.05
- No rechazar H_0 si el valor-p es mayor a 0.05

f) Toma de decisión

El resultado del estadístico muestra un valor $-p = 0,001$ el cual es menor al nivel de significancia 0,05. Por tanto, se rechaza la hipótesis nula y se verifica que las estrategias de afrontamiento y la calidad de vida se relacionan significativamente en adolescentes del quinto grado de secundaria de la I.E. Nuestros Héroes de la Guerra del Pacífico del distrito de Tacna, al año 2021.

Contraste de la primera hipótesis específica

a) Planteamiento de la hipótesis

Ho: Las estrategias de afrontamiento orientadas al problema y la calidad de vida no se relacionan significativamente en adolescentes del quinto grado de secundaria de la I.E. Nuestros Héroes de la Guerra del Pacífico del distrito de Tacna, al año 2021.

H1: Las estrategias de afrontamiento orientadas al problema y la calidad de vida se relacionan significativamente en adolescentes del quinto grado de secundaria de la I.E. Nuestros Héroes de la Guerra del Pacífico del distrito de Tacna, al año 2021.

b) Nivel de Significancia

El nivel de significancia convenido, por parte del consenso en la línea de investigación del presente trabajo, es de 0.05 (5 %) como nivel de significancia.

c) Prueba estadística

La prueba de hipótesis es de naturaleza unilateral. Para los fines de la presente investigación, el estadístico de contraste elegido acorde al objetivo analítico del diseño fue el Chi Cuadrado de independencia.

d) Cálculo del p-valor

El cálculo del p-valor se realizará a través de la aplicación de la siguiente ecuación matemática:

n

$$\chi^2 = \sum_{i=1}^n \frac{(o_i - e_i)^2}{e_i}$$

Donde:

χ^2 =Chi cuadrado de independencia
 o_i = frecuencia observada
 e_i = frecuencia esperada

El Chi cuadrado de independencia es un estadístico de contraste no paramétrico aplicable a valores finales de tipo nominal u ordinal y busca verificar relaciones entre las variables.

Tabla 18. Prueba Chi Cuadro de independencia entre estrategias de afrontamiento orientadas al problema y calidad de vida

	Estrategias de afrontamiento orientadas al problema	Calidad de vida

Chi Cuadrado de Independencia	Estrategias de afrontamiento o orientadas al problema	Chi Cuadrado de independencia	1	0,120
		Sig. (bilateral)		0,041
		N	60	36
	Calidad de vida	Chi Cuadrado de independencia	0,120	1
		Sig. (bilateral)	0,041	
		N	60	60
Nivel de significancia		0.05		

Fuente: Elaboración propia en base a la recolección de datos.

e) Regla de decisión:

- Rechazar H0 si el valor-p es menor a 0.05
- No rechazar H0 si el valor-p es mayor a 0.05

f) Toma de decisión

El resultado del estadístico muestra un valor $- p = 0,041$ el cual es menor al nivel de significancia 0,05. Por tanto, se rechaza la hipótesis nula y se verifica que las estrategias de afrontamiento orientadas al problema y la calidad de vida se relacionan significativamente en adolescentes del quinto grado de secundaria de la I.E. Nuestros Héroes de la Guerra del Pacífico del distrito de Tacna, al año 2021.

Contraste de la segunda hipótesis específica

a) Planteamiento de la hipótesis

H0: Las estrategias de afrontamiento orientadas a la emoción y la calidad de vida se relacionan significativamente en adolescentes del

quinto grado de secundaria de la I.E. Nuestros Héroes de la Guerra del Pacífico del distrito de Tacna, al año 2021.

H1: Las estrategias de afrontamiento orientadas a la emoción y la calidad de vida no se relacionan significativamente en adolescentes del quinto grado de secundaria de la I.E. Nuestros Héroes de la Guerra del Pacífico del distrito de Tacna, al año 2021.

b) Nivel de Significancia

El nivel de significancia convenido, por parte del consenso en la línea de investigación del presente trabajo, es de 0.05 (5 %) como nivel de significancia.

c) Prueba estadística

La prueba de hipótesis es de naturaleza unilateral. Para los fines de la presente investigación, el estadístico de contraste elegido acorde al objetivo analítico del diseño fue el Chi Cuadrado de independencia.

d) Cálculo del p-valor

El cálculo del p-valor se realizará a través de la aplicación de la siguiente ecuación matemática:

n

$$\chi^2 = \sum_{i=1}^n \frac{(o_i - e_i)^2}{e_i}$$

Donde:

$\chi^2 = \text{Chi cuadrado de independencia}$
 $f_o = \text{frecuencia observada}$
 $f_e = \text{frecuencia esperada}$

El Chi cuadrado de independencia es un estadístico de contraste no paramétrico aplicable a valores finales de tipo nominal u ordinal y busca verificar relaciones entre las variables.

Tabla 19. Prueba Chi Cuadro de independencia entre las estrategias de afrontamiento orientadas a la emoción y calidad de vida.

			Estrategias de afrontamiento orientadas a la emoción	Calidad de vida	
Chi Cuadrado de Independencia	Estrategias de afrontamiento orientadas a la emoción	Chi Cuadrado de independencia	1	0,233	
		Sig. (bilateral)		0,003	
		N	60	60	
	Calidad de vida	Chi Cuadrado de independencia	0,233	1	
		Sig. (bilateral)	0,003		
		N	60	60	
	Nivel de significancia		0.05		

Fuente: Elaboración propia en base a la recolección de datos.

e) Regla de decisión:

- Rechazar H0 si el valor-p es menor a 0.05
- No rechazar H0 si el valor-p es mayor a 0.05

f) Toma de decisión

El resultado del estadístico muestra un valor $-p = 0,003$ el cual es menor al nivel de significancia $0,05$. Por tanto, se rechaza la hipótesis nula y se verifica que las estrategias de afrontamiento orientadas a la emoción y la calidad de vida se relacionan significativamente en adolescentes del quinto grado de secundaria de la I.E. Nuestros Héroes de la Guerra del Pacífico del distrito de Tacna, al año 2021.

Contraste de la tercera hipótesis específica

a) Planteamiento de la hipótesis

Ho: Las estrategias de afrontamiento evitativo y la calidad de vida se relacionan significativamente en adolescentes del quinto grado de secundaria de la I.E. Nuestros Héroes de la Guerra del Pacífico del distrito de Tacna, al año 2021.

H1: Las estrategias de afrontamiento evitativo y la calidad de vida no se relacionan significativamente en adolescentes del quinto grado de secundaria de la I.E. Nuestros Héroes de la Guerra del Pacífico del distrito de Tacna, al año 2021.

b) Nivel de Significancia

El nivel de significancia convenido, por parte del consenso en la línea de investigación del presente trabajo, es de 0.05 (5%) como nivel de significancia.

c) Prueba estadística

La prueba de hipótesis es de naturaleza unilateral. Para los fines de la presente investigación, el estadístico de contraste elegido acorde al objetivo analítico del diseño fue el Chi Cuadrado de independencia.

d) Cálculo del p-valor

El cálculo del p-valor se realizará a través de la aplicación de la siguiente ecuación matemática:

n

$$\chi^2 = \sum_{i=1}^n \frac{(o_i - e_i)^2}{e_i}$$

Donde:

χ^2 =Chi cuadrado de independencia
 o_i = frecuencia observada
 e_i = frecuencia esperada

El Chi cuadrado de independencia es un estadístico de contraste no paramétrico aplicable a valores finales de tipo nominal u ordinal y busca verificar relaciones entre las variables.

Tabla 20. Prueba Chi Cuadro de independencia entre las estrategias de afrontamiento evitativo y calidad de vida.

		Estrategias de afrontamiento o evitativo	Calidad de vida
Chi Cuadrado de	Estrategias de	Chi Cuadrado de independencia	,414
		Sig. (bilateral)	0,002

Independencia	afrentamiento evitativo	N	60	60
	Calidad de vida	Chi Cuadrado de independencia	0,414	1
		Sig. (bilateral)	0,002	
		N	60	60
Nivel de significancia		0.05		

Fuente: Elaboración propia en base a la recolección de datos.

e) Regla de decisión:

- Rechazar H0 si el valor-p es menor a 0.05”
- No rechazar H0 si el valor-p es mayor a 0.05”

f) Toma de decisión

El resultado del estadístico muestra un valor – $p = 0,002$ el cual es menor al nivel de significancia 0,05. Por tanto, se rechaza la hipótesis nula y se verifica que las estrategias de afrontamiento evitativo y la calidad de vida se relacionan significativamente en adolescentes del quinto grado de secundaria de la I.E. Nuestros Héroes de la Guerra del Pacífico del distrito de Tacna, al año 2021.

6.2 Comparación de los resultados con el marco teórico

En cuanto al objetivo general se pudo evidenciar, con un p-valor de 0,001 ($0.05 < p\text{-valor}$), que las estrategias de afrontamiento y la calidad de vida se relacionan significativamente en adolescentes del quinto grado de secundaria de la I.E. Nuestros Héroes de la Guerra del Pacífico del distrito de Tacna, al año 2021. Los resultados presentados son coincidentes con los presentados por el investigador Reverté (2017), quien a través de un estudio de nivel explicativo y de diseño no experimental, ha podido

establecer que existe una relación de causalidad entre la calidad de vida y la forma en que una muestra de pacientes neurológicos afronta los eventos estresantes. En ese sentido, se ha podido hallar una relación fuerte entre el estilo de afrontamiento evitativo y el estadio de la enfermedad neuro endovascular, por lo que, a fases más avanzadas, era esta estrategia la más empleada por los sujetos de la muestra.

Por otra parte, los resultados coinciden parcialmente con los presentados por el investigador Díaz (2018), quien, a través de un diseño de corte transversal, nivel de investigación relacional y diseño observacional, pudo establecer una relación fuerte entre las estrategias de afrontamiento y calidad de vida en una muestra de estudiantes de nivel universitario que consumen en forma regular alcohol. En esta investigación no se pudo establecer relaciones fuertes entre los factores del afrontamiento y la calidad de vida de los adolescentes, por lo que los antecedentes no son concluyentes en este aspecto.

En cuanto al primer objetivo específico se pudo evidenciar, con un p-valor de 0,041 ($0.05 < p\text{-valor}$), que las estrategias de afrontamiento orientadas al problema y la calidad de vida se relacionan significativamente en adolescentes del quinto grado de secundaria de la I.E. Nuestros Héroes de la Guerra del Pacífico del distrito de Tacna, al año 2021.

Estos resultados son coincidentes con los presentado por Yovera (2018) quien, a través de un estudio de corte transversal, diseño observacional y de nivel relacional, pudo establecer la existencia de una relación entre el afrontamiento emocional y la calidad de vida en una muestra de pacientes ostomizados. En ese sentido, se pudo verificar que las emociones juegan

un papel importante y fundamental en la asimilación de los sucesos estrógeno ya que los indicadores más fuertemente vinculados con la calidad de vida fueron la percepción positiva del suceso, el costo de oportunidad, toma de decisiones enfocado en oportunidades y la percepción positiva de uno mismo.

En cuanto al segundo objetivo específico se pudo evidenciar, con un p-valor de 0,003 ($0.05 < p\text{-valor}$), las estrategias de afrontamiento orientadas a la emoción y la calidad de vida se relacionan significativamente en adolescentes del quinto grado de secundaria de la I.E. Nuestros Héroes de la Guerra del Pacífico del distrito de Tacna, al año 2021.

Estos resultados son coincidentes con los presentado por Guevara (2018), quien a partir de su trabajo de investigación pudo establecer una relación entre la calidad de vida y los modos de afrontamiento al estrés en una muestra de adolescentes embarazadas, asimismo determinó que la estrategia de afrontamiento más empleada por estas jóvenes madres fue el de tipo evitativo, por lo que, a menor calidad de vida, mayor estrategia de corte evitativo. Asimismo, pudo establecer que el factor etario y socioeconómico era importante para poder determinar el perfil de afrontamiento, siendo que las madres con estados de salud desmejorados y con una situación material precaria, tendían más a un enfrentamiento centro en la emoción. Por otra parte, mientras más joven era la madre, más afrontamiento evitativo.

En cuanto al tercer objetivo específico se pudo evidenciar, con un p-valor de 0,002 ($0.05 < p\text{-valor}$), las estrategias de afrontamiento evitativo y la

calidad de vida se relacionan significativamente en adolescentes del quinto grado de secundaria de la I.E. Nuestros Héroes de la Guerra del Pacífico del distrito de Tacna, al año 2021.

Estos resultados son coincidentes con los presentados por Jaimes (2016), quien a partir de su trabajo de investigación que tenía por objetivo establecer una relación entre las estrategias de afrontamiento y la calidad de vida, a través de un estudio de corte descriptivo correlacional y de corte transversal. La muestra empleada fueron 29 adolescentes embarazadas a través de un diseño no experimental, pudiendo demostrar que la intervención psicopedagógica daba resultados al momento de fomentar un estilo de afrontamiento centrado en el problema. Es así que el grupo que había recibido la capacitación evidenció menores niveles de afrontamiento centrado en la emoción y el evitativo, y más en el afrontamiento centrado en el problema, por lo que las puntuaciones sugieren un desempeño positivo.

CONCLUSIONES

PRIMERA

En cuanto al objetivo general se puede concluir, con un p-valor de 0,001 ($0.05 < p\text{-valor}$), que las estrategias de afrontamiento y la calidad de vida se relacionan significativamente en adolescentes del quinto grado de secundaria de la I.E. Nuestros Héroes de la Guerra del Pacífico del distrito de Tacna, al año 2021.

SEGUNDA

En cuanto al primer objetivo específico se puede concluir, con un p-valor de 0,041 ($0.05 < p\text{-valor}$), que las estrategias de afrontamiento orientadas al problema y la calidad de vida se relacionan significativamente en adolescentes del quinto grado de secundaria de la I.E. Nuestros Héroes de la Guerra del Pacífico del distrito de Tacna, al año 2021.

TERCERA

En cuanto al segundo objetivo específico se puede concluir, con un p-valor de 0,003 ($0.05 < p\text{-valor}$), las estrategias de afrontamiento orientadas a la emoción y la calidad de vida se relacionan significativamente en adolescentes del quinto grado de secundaria de la I.E. Nuestros Héroes de la Guerra del Pacífico del distrito de Tacna, al año 2021.

CUARTA

En cuanto al tercer objetivo específico se puede concluir, con un p-valor de 0,002 ($0.05 < p\text{-valor}$), las estrategias de afrontamiento evitativo y la calidad de vida se relacionan significativamente en adolescentes del quinto grado de secundaria de la I.E. Nuestros Héroes de la Guerra del Pacífico del distrito de Tacna, al año 2021.

RECOMENDACIONES

PRIMERA

Se recomienda a la I.E. Nuestros Héroes de la Guerra del Pacífico del distrito de Tacna, la implementación de un plan de trabajo conjunto con padres y docentes a fin de poder intervenir en las condiciones familiares como abandono parental y falta de comunicación activa que permitan incrementar los niveles de afrontamiento centrado en el problema.

SEGUNDA

Se recomienda a la I.E. Nuestros Héroes de la Guerra del Pacífico del distrito de Tacna, afianzar alianzas estratégicas con agentes comunitarios como juntas vecinales, DEMUNA, Dirección Regional de Salud a fin de poder organizar charlas informativas sobre el cuidado de la salud familiar en sus vertientes física y mental, a fin de poder incrementar la calidad de vida y la salud familiar.

TERCERA

Se recomienda a la I.E. Nuestros Héroes de la Guerra del Pacífico del distrito de Tacna, intervenir terapéuticamente en los adolescentes con bajos niveles de afrontamiento al estrés a través de la Terapia Multidimensional las cuales otorgan a la familia un papel importante en la intervención con los hijos.

CUARTA

Se recomienda a la I.E. Nuestros Héroes de la Guerra del Pacífico del distrito de Tacna, desarrollar un plan de trabajo que tome en cuenta la variable de género a fin de contar con estrategias diferenciadas que permitan afrontar la situación que los evaluados y evaluadas atraviesan.

REFERENCIAS

1. Ascencio, A. (2013). *"Resiliencia y estilos de afrontamiento en mujeres con cáncer de mama de un hospital estatal de Chiclayo 2013"* (Tesis de grado). Mogrovejo: Universidad Católica Santo Toribio de Mogrovejo. Recuperado el 05 de mayo de 2021, de <https://core.ac.uk/download/pdf/71999801.pdf>
2. Baena, G. (2017). *Metodología de la investigación*. México: Grupo Editorial Patria. Recuperado el 20 de mayo de 2021, de http://www.biblioteca.cij.gob.mx/Archivos/Materiales_de_consulta/Drogas_de_Abuso/Articulos/metodologia%20de%20la%20investigacion.pdf
3. Banco Mundial. (2020). *Indicadores socioeconómicos*. Washington: Banco Mundial. Recuperado el 20 de mayo de 2021, de <https://datos.bancomundial.org/indicador>
4. Castaño, E., & León, B. (junio de 2010). Estrategias de afrontamiento del estrés y estilos de conducta interpersonal. *International Journal of Psychology and Psychological Therapy*, 10(2), 245-257. Recuperado el 20 de mayo de 2021, de <https://www.redalyc.org/pdf/560/56017095004.pdf>
5. Díaz, R. (2018). *"Estrategias de afrontamiento y calidad de vida en estudiantes universitarios consumidores de alcohol de una universidad privada de Trujillo"* (Tesis de grado). Universidad Privada del Norte. Lima: Universidad Privada del Norte. Recuperado el 05 de mayo de 2021, de <http://hdl.handle.net/11537/13177>
6. Di-Collredo, C., Aparicio, D., & Moreno, J. (2007). Descripción de los estilos de afrontamiento en hombres y mujeres ante la situación de desplazamiento. *Psychologia. Avances de la disciplina*, 1(2), 125-156. Recuperado el 20 de mayo de 2021, de <https://www.redalyc.org/pdf/2972/297224996002.pdf>

7. Dirección General de Intervenciones Estratégicas en Salud Pública. (2020). *Cuidado de la salud mental de la población afectada, familias y comunidad, en el contexto del COVID-19*. Lima: MINSA. Recuperado el 21 de mayo de 2021, de <https://www.unicef.org/peru/media/8716/file/Cuidado%20de%20la%20salud%20mental%20de%20la%20poblaci%C3%B3n%20afectada,%20familias%20y%20comunidad,%20en%20el%20contexto%20COVID-19.pdf>
8. El Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia. (2020). *Educación y aprendizaje en la primera infancia: Promover todas las medidas para garantizar el óptimo desarrollo infantil temprano*. Washington: El Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia. Recuperado el 20 de mayo de 2021, de <https://www.unicef.org/lac/desarrollo-en-la-primera-infancia-y-educacion-inicial>
9. Fernández, S. (2015). *"Características de personalidad, estrategias de afrontamiento y calidad de vida en patología dual" (Tesis doctoral)*. Barcelona: Universitat de Barcelona. Recuperado el 05 de mayo de 2021, de <http://hdl.handle.net/10803/400879>
10. Gavilanes, F. (2018). *"Adaptación social y bienestar psicológico en población refugiada en Ecuador" (Tesis de licenciatura)*. Universidad Técnica de Ambato, Universidad Técnica de Ambato. Ambato: Universidad Técnica de Ambato. Recuperado el 10 de mayo de 2021, de <http://repositorio.uta.edu.ec/bitstream/123456789/27411/1/ADAPTACION%20SOCIAL%20Y%20BIENESTAR%20PSICOLOGICO%20-%20copia.pdf>
11. Gómez, I., Flujas, J., Andrés, M., Sánchez, P., & Fernández, M. (2020). Evolución del estado psicológico y el miedo en la infancia y adolescencia durante el confinamiento por la COVID-19. *Revista de Psicología Clínica con Niños y Adolescentes*, 7(3), 11-18. doi:doi: 10.21134/rpcna.2020.mon.2029

12. González, J. (2017). *"Estrategias de afrontamiento y calidad de vida en pacientes oncológicos"* (Tesis de grado). Ambato: Universidad Técnica de Ambato. Recuperado el 05 de mayo de 2021, de <https://repositorio.uta.edu.ec/bitstream/123456789/26005/2/TESIS-TERMINADA-JESSY-.pdf>
13. Guevara, N. (2018). *"Relación entre la calidad de vida y los modos de afrontamiento al estrés en adolescentes embarazadas que se atienden en el Instituto Nacional Materno Perinatal de Lima"* (Tesis de grado). Universidad Científica del Sur. Lima: Universidad Científica del Sur.
14. Hernández, R., Fernández, C., & Batista, P. (2014). *Metodología de la investigación*. México: Mc Graw Hill.
15. Herrero, A., Saez, D., & Roche, V. (2020). *El desarrollo infantil durante la crisis del Covid-19: Recursos para las familias y los profesionales que trabajan con ellas*. Madrid: TheDialogue. Recuperado el 20 de mayo de 2021, de <https://www.thedialogue.org/analysis/recursos-infantiles-covid-19/>
16. Jaimes, I. (2016). *"Estrategias de afrontamiento en la calidad de vida percibida por adolescentes embarazadas que acuden al Hospital Sergio E. Bernales Lima-2014"* (Tesis de doctorado). Huánuco: Universidad Nacional Hermilio Valdizán. Recuperado el 05 de mayo de 2021, de <http://repositorio.unheval.edu.pe/handle/UNHEVAL/1793>
17. Jimenez, C., & Lavao, S. (2020). *"Estrategias de afrontamiento y confinamiento por Covid-19"* (tesis de grado). Bogotá: Pontificia Universidad Javeriana. Recuperado el 15 de mayo de 2021, de <https://repository.javeriana.edu.co/bitstream/handle/10554/52450/Ciara%20Paola%20J%C3%ADmenez%2C%20Sebastian%20Lavao%2C%202020%20.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

18. Kesler, D. (2020). La salud mental en época de pandemia por COVID-19. En D. K.–D. Sustancias (Ed.), *Impacto del COVID-19 en la salud mental y el bienestar psicosocial*, (págs. 1-19). Recuperado el 25 de enero de 2021, de <http://orasconhu.org/portal/sites/default/files/OMS%20Devora%20Kestel%20presentaci%C3%B3n.pdf>
19. Macías, M., Madariaga, C., Valle, M., & Zambrano, J. (enero-abril de 2013). Estrategias de afrontamiento individual y familiar frente a situaciones de estrés psicológico. *Psicología desde el Caribe*, 123-145. Recuperado el 20 de mayo de 2021, de <https://www.redalyc.org/pdf/213/21328600007.pdf>
20. Macías, M., Madriaga, C., Valle, A., & Zambrano, M. (2013). Estrategias de afrontamiento individual y familiar frente a situaciones de estrés psicológico. *Psicología desde el Caribe*, 30(1), 123-145. Recuperado el 15 de mayo de 2021, de <http://rcientificas.uninorte.edu.co/index.php/psicologia/article/view/2051/6906>
21. Márquez, G., & Mendoza, F. (2012). *"Estrategias de afrontamiento y su relación con calidad de vida en adolescentes infractores"* (Tesis de grado). Universidad Señor de Sipán, Facultad de Ciencias de la Salud. Lambayeque: Universidad Señor de Sipán. Recuperado el 05 de mayo de 2021, de <http://repositorio.uss.edu.pe/handle/uss/1723>
22. Mercado, U. (julio de 2008). La Evaluación de la Calidad de Vida de los y las Adolescentes a través del Kiddo - Kindl. *Terapia Psicológica - Revista de la Sociedad Chilena de Psicología Clínica*, 26(1), 133-141. doi:DOI: 10.4067/S0718-48082008000100012
23. Ministerio de Salud. (2021). *Cuidado de la salud mental de la población afectada, familias y comunidad, en el contexto del COVID-*

19 *Guía Técnica*. Lima: Minsa. Recuperado el 21 de enero de 2021, de <http://bvs.minsa.gob.pe/local/MINSA/5001.pdf>

24. Muñoz, S., Molina, D., & Ochoa, R. (2020). Stress, emotional responses, risk factors, psychopathology and management of healthcare workers during (COVID-19) pandemic. *Acta Pediatr Mex*, 41(1), 127-136. Recuperado el 15 de mayo de 2021, de <https://www.medigraphic.com/pdfs/actpedmex/apm-2020/apms201q.pdf>
25. Navarro, J., & Merino, C. (ene./jun. de 2016). Estructura latente del KIDDO-KINDL en una muestra peruana. (U. d. Porres, Ed.) *Liberabit*, 22(1), 52-62. Recuperado el 05 de mayo de 2021, de http://www.scielo.org.pe/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1729-48272016000100007
26. Nazareth, A., Ricardo, O., & Oroño, G. (2014). *"Estudio de las relaciones entre resiliencia, estrategias de afrontamiento y sucesos de vida en adultos de la ciudad de Mar del Plata que presentan condiciones socioeconómicas desfavorables"* (Tesis de grado). Universidad Nacional de Mar del Plata, Universidad Nacional de Mar del Plata. La Plata: Universidad Nacional de Mar de Plata. Recuperado el 02 de mayo de 2021, de <http://rpsico.mdp.edu.ar/handle/123456789/64>
27. Ñaupas, H., Mejía, E., Novoa, E., & Villagómez, A. (2013). *Metodología de la investigación: cuantitativa - cualitativa y redacción de tesis*. Lima: Ediciones de la U. Recuperado el 01 de marzo de 2021, de <https://books.google.com.pe/books?id=VzOjDwAAQBAJ&printsec=frontcover&dq=METODOLOG%C3%8DA+DELA+INVESTIGACI%C3%93N+sampieri&hl=es-419&sa=X&ved=2ahUKEwjY3NHTmbXvAhXNHbkGHeN0A1wQ6AEwB3oECAkQAg#v=onepage&q=METODOLOG%C3%8DA%20DE>

28. Organización Mundial de la Salud. (05 de octubre de 2020). *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*. Recuperado el 28 de enero de 2021, de Portal Web de la Organización Mundial de la Salud: <https://www.who.int/es/news/item/05-10-2020-covid-19-disrupting-mental-health-services-in-most-countries-who-survey>
29. Organización Panamericana de la Salud. (2020). *COVID-19 y salud mental: mensajes clave*. Costa Rica: OPS. Recuperado el 25 de enero de 2021, de COVID-19 y salud mental: mensajes clave: <https://www.paho.org/es/file/67248/download?token=5-blpCkE>
30. Organización Internacional del Trabajo. (2019). *Informe Sobre el Trabajo en el Mundo*. Washington: OIT. Recuperado el 20 de mayo de 2021, de <https://www.ilo.org/global/research/global-reports/world-of-work/lang--es/index.htm>
31. Pérez, M., & Rodríguez, N. (2011). Estrategias de afrontamiento: un programa de entrenamiento para paramédicos de la Cruz Roja. *Revista Costarricense de Psicología*, 30(45), 17-33. Recuperado el 20 de mayo de 2021, de <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=4836523>
32. Reverté, S. (2017). *"Efecto en la calidad de vida, el afrontamiento y las conductas de salud de los pacientes con ictus isquémico agudo tratados con neurointervencionismo endovascular"* (Tesis de doctorado). Programa de Doctorado en Psicología, Salud y Calidad de Vida. Girona: Universitat de Girona. Recuperado el 02 de mayo de 2021, de https://www.tesisenred.net/bitstream/handle/10803/482008/tsrv_20170427.pdf?sequence=4&isAllowed=y

33. Solís, C., & Vidal, A. (2006). Estilos y estrategias de afrontamiento en adolescentes. *Revista de Psiquiatría y salud mental Herminio Valdizán*, VII(01). Recuperado el 08 de abril de 2021
34. Urzúa, A., & Caqueo, A. (2012). Calidad de vida: Una revisión teórica del concepto. (S. C. Clínica, Ed.) *Terapia Psicológica*, 30(1), 61-71. Recuperado el 68 de mayo de 2021, de <https://scielo.conicyt.cl/pdf/terpsicol/v30n1/art06.pdf>
35. Vasconcelles, E. (mayo de 2005). Religión y ajuste al estrés. *Revista de psicología clínica*, 61(4), 461-480. Recuperado el 08 de abril de 2021, de <http://www.scielo.org.co/pdf/rups/v13n3/v13n3a07.pdf>
36. Yovera, G. (2018). "Afrontamiento emocional y calidad de vida del paciente ostomizado en consulta en la Unidad de Terapia Ostomal del INEN, durante los meses de junio a agosto, 2017" (tesis de grado). Universidad Privada Norbert Wiener. Lima: Universidad Privada Norbert Wiener. Recuperado el 05 de mayo de 2021, de <http://repositorio.uwiener.edu.pe/handle/123456789/1673>

ANEXOS

ANEXO 1. MATRIZ DE CONSISTENCIA

TÍTULO: "ESTRATEGIAS DE AFRONTAMIENTO Y SU RELACIÓN CON LA CALIDAD DE VIDA EN ADOLESCENTES DE QUINTO GRADO DE SECUNDARIA LA I.E. NUESTROS HÉROES DE LA GUERRA DEL PACÍFICO DEL DISTRITO DE TACNA, AL AÑO 2021".

PROBLEMAS	OBJETIVOS	HIPÓTESIS	VARIABLES	MÉTODOLOGIA
<p>Problema General ¿Cómo se relacionan las estrategias de afrontamiento y la calidad de vida en adolescentes del quinto grado de secundaria de la I.E. Nuestros Héroes de la Guerra del Pacífico del distrito de Tacna, al año 2021?</p> <p>Problemas específicos ¿Cómo se relacionan las estrategias de afrontamiento orientadas al problema y la calidad de vida en adolescentes del quinto grado de secundaria de la I.E. Nuestros Héroes de la Guerra del Pacífico del distrito de Tacna, al año 2021? ¿Cómo se relacionan las estrategias de afrontamiento orientadas a la emoción y la calidad de vida en adolescentes del quinto grado de secundaria de la I.E. Nuestros Héroes de la Guerra del Pacífico del distrito de Tacna, al año 2021? ¿Cómo se relacionan las estrategias de afrontamiento evitativo y la calidad de vida en adolescentes del quinto grado de secundaria de la I.E. Nuestros Héroes de la Guerra del Pacífico del distrito de Tacna, al año 2021?</p>	<p>Objetivo General Determinar cómo se relacionan las estrategias de afrontamiento y la calidad de vida en adolescentes del quinto grado de secundaria de la I.E. Nuestros Héroes de la Guerra del Pacífico del distrito de Tacna, al año 2021.</p> <p>Objetivos específicos Establecer cómo se relacionan las estrategias de afrontamiento orientadas al problema y la calidad de vida en adolescentes del quinto grado de secundaria de la I.E. Nuestros Héroes de la Guerra del Pacífico del distrito de Tacna, al año 2021. Establecer cómo se relacionan las estrategias de afrontamiento orientadas a la emoción y la calidad de vida en adolescentes del quinto grado de secundaria de la I.E. Nuestros Héroes de la Guerra del Pacífico del distrito de Tacna, al año 2021. Establecer cómo se relacionan las estrategias de afrontamiento evitativo y la calidad de vida en adolescentes del quinto grado de secundaria de la I.E. Nuestros Héroes de la Guerra del Pacífico del distrito de Tacna, al año 2021.</p>	<p>Hipótesis General Las estrategias de afrontamiento y la calidad de vida se relacionan significativamente en adolescentes del quinto grado de secundaria de la I.E. Nuestros Héroes de la Guerra del Pacífico del distrito de Tacna, al año 2021.</p> <p>Hipótesis específicas Las estrategias de afrontamiento orientadas al problema y la calidad de vida se relacionan significativamente en adolescentes del quinto grado de secundaria de la I.E. Nuestros Héroes de la Guerra del Pacífico del distrito de Tacna, al año 2021. Las estrategias de afrontamiento orientadas a la emoción y la calidad de vida se relacionan significativamente en adolescentes del quinto grado de secundaria de la I.E. Nuestros Héroes de la Guerra del Pacífico del distrito de Tacna, al año 2021. Las estrategias de afrontamiento evitativo y la calidad de vida se relacionan significativamente en adolescentes del quinto grado de secundaria de la I.E. Nuestros Héroes de la Guerra del Pacífico del distrito de Tacna, al año 2021.</p>	<p>Variable 1: Estrategias de afrontamiento al estrés</p> <p>Dimensiones:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Afrontamiento orientado al problema - Afrontamiento orientado a la emoción - Afrontamiento evitativo <p>Variable 2: Calidad de vida</p> <p>Dimensiones:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Bienestar Físico - Bienestar Emocional - Autoestima - Familia - Amigos - Escuela 	<p>Tipo de investigación: Básica o fundamental</p> <p>Nivel de investigación: Relacional</p> <p>Diseño de investigación: No experimental y observacional</p> <p>Población: 60 estudiantes de quinto grado de secundaria.</p> <p>Muestra: Censal 60 estudiantes</p> <p>Técnica e instrumento: Técnica: Encuesta</p> <p>Instrumento: -Inventario de estilos de afrontamiento -Cuestionario KIDDO-KINDL</p>

ANEXO 2. OPERACIONALIZACIÓN DE VARIABLES

Variable	Definición conceptual	Definición operacional	Dimensiones	Indicadores	Ítem	Escala de medición
Variable independiente Estilos de Afrontamiento	Según Solís & Vidal (2006) el afrontamiento “se define como los esfuerzos realizados para manejar situaciones que han sido evaluadas con alto riesgo de amenazar o causar estrés” (pág. 34)	Son predisposiciones personales ante una situación estresante provocada por haber dejado atrás su país, su familia y encontrarse en otro país u otra cultura.	Afrontamiento orientado al problema	Afrontamiento activo	Ítems 1,14,27,40	Ordinal
				Planificación	Ítems 2,15,28,41	
				La supresión de otras actividades	Ítems 3,16,29,42	
				La búsqueda de apoyo social	Ítems 5,18,31,44	
			Afrontamiento orientado a la emoción	La búsqueda de soporte emocional	Ítems 6,19,32,45	
				Reinterpretación positiva y desarrollo persona	Ítems 7,20,33,46	

				La aceptación	Ítems 8,21,34,47	
			Afrontamiento evitativo	Acudir a la religió	Ítems 9,22,35,48	
				La postergación del afrontamiento	Ítems 4,17,30,43	
Variable dependiente: Calidad de vida	Según Urzúa & Caqueo (2012) la calidad de vida “se define como el bienestar personal derivado de la satisfacción o insatisfacción con áreas”. (pág. 68)	Es el conjunto de necesidades en las esferas física, psicológica, social, de actividades, material y estructural que se encuentran satisfechas.	Bienestar Físico	Sensación de malestar	Ítem 1	Ordinal
				Dolor físico	Ítem 2	
				Cansancio o agotamiento	Ítem 3	
				Vitalidad	Ítem 4	
				Esparcimiento y diversión	Ítem 5	
				Aburrimiento	Ítem 6	
			Bienestar Emocional	Sentimiento de soledad	Ítem 7	
				Sensación de miedo	Ítem 8	
				Aprecio por las metas personales	Ítem 9	

			Autoestima	Gusta de sí mismo	Ítem 10
				Autoajuste	Ítem 11
				Ideación	Ítem 12
				Ambiente familiar	Ítem 13
			Familia	Ajuste familiar	Ítem 14
				Conflictos intrafamiliares	Ítem 15
				Relaciones intrafamiliares	Ítem 16
			Amigos	Ajuste con pares	Ítem 17
				Percepción social	Ítem 18
				Afinidad con pares	Ítem 19
				Contraste	Ítem 20
			Escuela	Ajuste con tareas escolares	Ítem 21
				Motivación para el aprendizaje	Ítem 22
Proyección	Ítem 23				

				Autoeficacia	Ítem 24	
--	--	--	--	--------------	---------	--

ANEXO 2. INSTRUMENTOS DE INVESTIGACIÓN

a) INVENTARIO DE ESTILOS DE AFRONTAMIENTO

CUESTIONARIO

Nombres y Apellidos: _____

Edad: _____

Sexo: _____

Fecha de evaluación: _____

Buen día, agradecemos que seas parte de la investigación "Clima social familiar y su influencia en los intereses vocacionales de los alumnos de secundaria de la I.E. Juan María Rejas de Pachía, al año 2021". A continuación, te presentaremos una serie de preguntas las cuales deberás marcar con un ASPA (X) en la opción de la escala que más se ajuste a tu percepción.

IMPORTANTE: Solo podrás marcar una alternativa, no valen las opiniones intermedias ni dejar en blanco la respuesta. Asimismo, deberás responder todas las preguntas.

ITEM	Nunca	A veces	Muchas veces	Siempre
------	-------	---------	--------------	---------

1. Me he concentrado exclusivamente en lo que tenía que hacer (en el próximo paso)				
2. Intenté analizar el problema para comprenderlo mejor.				
3. Me volqué en el trabajo o en otra actividad para olvidar todo lo demás				
4. Pensé que el tiempo cambiaría las cosas y que todo lo que tenía que hacer era esperar.				
5. Me comprometí a sacar algo positivo de la situación				
6. Hice algo en lo que no creía, pero al menos no me quedé sin hacer nada.				
7. Intenté encontrar al responsable para hacerle cambiar de opinión				
8. Hablé con alguien para averiguar más sobre la situación.				
9. Me critiqué o sermoneé a mí mismo				
10. No intenté quemar mis naves, sino que dejé alguna posibilidad abierta				
11. Confié en que ocurriera algún milagro				
12. Seguí adelante con mi destino (simplemente algunas veces tengo mala suerte)				
13. Seguí adelante como si no hubiera pasado nada				

14. Intenté guardar para mí mis sentimientos.				
15. Busqué algún resquicio de esperanza, por así decirlo; intenté mirar las cosas por su lado bueno				

16. Dormí más de lo habitual en mí				
17. Manifesté mi enojo a la(s) persona(s) que lo habían provocado				
18. Acepté la simpatía y comprensión de alguna persona.				
19. Me dije a mí mismo cosas que me hicieron sentirme mejor.				
20. Me sentí inspirado para hacer algo creativo				
21. Intenté olvidarme de todo.				
22. Busqué la ayuda de un profesional.				
23. Cambié, maduré como persona				
24. Esperé a ver lo que pasaba antes de hacer nada.				
25. Me disculpé o hice algo para compensar.				
26. Desarrollé un plan de acción y lo seguí.				
27. Acepté la segunda posibilidad mejor después de aquélla en la que yo confiaba.				
28. De algún modo expresé mis sentimientos				
29. Me dí cuenta de que yo fuí la causa del problema.				
30. Salí de la experiencia mejor de como entré				

31. Hablé con alguien que podía hacer algo concreto por mi problema				
---	--	--	--	--

32. Me alejé del problema por un tiempo; intenté descansar o tomarme unas vacaciones				
33. Intenté sentirme mejor comiendo, bebiendo o fumando, tomando drogas o medicamentos				
34. Tomé una decisión importante o hice algo muy arriesgado.				
35. Intenté no actuar demasiado deprisa o dejarme llevar por mi primer impulso				
36. Tuve fe en algo nuevo				
37. Mantuve mi orgullo y puse al mal tiempo buena cara				
38. Redescubrí lo que es importante en la vida.				
39. Cambié algo para que las cosas fueran bien				
40. Evité estar con la gente en general.				
41. No permití que me venciera; rehusé pensar en el problema mucho tiempo.				
42. Pregunté a un pariente o amigo y respeté su consejo.				
43. Oculté a los demás las cosas que me iban mal				
44. No me tomé en serio la situación; me negué a considerarla en serio.				
45. Le conté a alguien cómo me sentía				
46. Me mantuve firme y peleé por lo que quería				
47. Me desquité con los demás.				
48. Recurrí a experiencias pasadas; ya me había encontrado antes en una situación similar				
49. Sabía lo que había que hacer, así que redoblé mis esfuerzos para que las cosas marcharan bien.				
50. Me negué a creer lo que había ocurrido.				
51. Me prometí a mí mismo que las cosas serían distintas la próxima vez				
52. Propuse un par de soluciones distintas al problema.				

53. Lo acepté, ya que no podía hacer nada al respecto.				
54. Intenté que mis sentimientos no interfirieran nada en otras cosas.				
55. Deseé poder cambiar lo que estaba ocurriendo o la forma en que me sentía				
56. Cambié algo de mí mismo				
57. Soñé o me imaginé otro tiempo y otro lugar mejor que el presente.				
58. Deseé que la situación terminara o se desvaneciera de algún modo.				
59. Fantaseé o imaginé el modo en que podrían cambiar las cosas				
60. Recé				
61. Me preparé para lo peor.				
62. Repasé mentalmente lo que haría o diría.				
63. Pensé cómo dominaría la situación alguna persona a la que admiro y decidí tomarla como modelo.				
64. Intenté ver las cosas desde el punto de vista de otra persona.				
65. Me recordé a mí mismo que las cosas podrían ser peor				
66. Hice footing u oto ejercicio				
67. Intenté algo distinto a todo lo anterior (por favor, escríbalo)				

FICHA TÉCNICA

DOMINIO	DESCRIPCIÓN
Nombre	Cuestionario de Estilos de Afrontamiento al Estrés (COPE).
Autores	Carver.
Origen	Estados Unidos.
Adaptación	Casuso, 1996 (Perú).
Traducción	Salazar, V. (1993) UPCH.
Tipo de aplicación	Individual.
Número de ítems	52 distribuidos en 13 áreas.
Edad de aplicación	Desde los 16 años a más.

PROPIEDADES PSICOMÉTRICAS

PROPIEDAD	DESCRIPCIÓN
Descripción	El Cuestionario de Estilos de Afrontamiento al Estrés (COPE) tiene como fin identificar la forma en que los sujetos responden frente a situaciones de tensión. Se elaboró un cuestionario de 52 ítems, donde se describen los 13 modos de responder al estrés. El instrumento en cuestión, tiene por objetivo determinar las alternativas de afrontamiento que más usa el sujeto.
Confiabilidad	0.758 (mediante el procedimiento de Alpha de Cronbach).
Validez de constructo	Se halló que el índice de adecuación muestral de Kaiser-Meyer-Olkin para esta matriz es de 0.922, considerado “bueno”.
Calificación	El puntaje de cada una de las 13 áreas se suma y se multiplica por la constante de 0.25, luego se identifica el puntaje en el Perfil y se multiplica por 10. Cada escala está conformada por 2 ítems y las opciones de respuesta se presentan bajo un formato Likert de 4 escalas de frecuencia, las cuales indican si el sujeto adopta el tipo de afrontamiento propuesto casi nunca, pocas

veces, muchas veces y casi siempre. Por lo tanto, el puntaje obtenido por escala fluctúa entre los 4 y los 16 puntos. De esta manera, los puntajes obtenidos en cada ítem se suman a los correspondientes a cada escala y se obtienen 13 puntajes que permiten caracterizar un perfil de afronte en el individuo, el cual puede estar orientado al problema, orientado a la emoción, o puede considerarse como un afrontamiento evitativo.

ESCALAS Y SUBESCALAS DEL INSTRUMENTO

ESCALAS	SUB ESCALAS
Afrontamiento orientado al problema	<ul style="list-style-type: none"> - Afrontamiento activo - Planeamiento - Supresión de actividades competentes - Postergación del afronte - Afrontamiento orientado al problema - Búsqueda de soporte social instrumental
Afrontamiento orientado a la emoción	<ul style="list-style-type: none"> - Búsqueda de soporte social emocional - Aceptación - Reinterpretación positiva y crecimiento - Focalización en las emociones - Acudir a la religión
Afrontamiento evitativo	<ul style="list-style-type: none"> - Negación - Desenganche conductual - Desenganche mental

B) CUESTIONARIO KIDDO-KINDL

CUESTIONARIO

Nombres y Apellidos: _____

Edad: _____

Sexo: _____

Fecha de evaluación: _____

Buen día, agradecemos que seas parte de la investigación "Clima social familiar y su influencia en los intereses vocacionales de los alumnos de secundaria de la I.E. Juan María Rejas de Pachía, al año 2021". A continuación, te presentaremos una serie de preguntas las cuales deberás marcar con un ASPA (X) en la opción de la escala que más se ajuste a tu percepción.

IMPORTANTE: Solo podrás marcar una alternativa, no valen las opiniones intermedias ni dejar en blanco la respuesta. Asimismo, deberás responder todas las preguntas.

Primero queremos saber algo sobre tu cuerpo	Nunca	Casi nunca	Algunas veces	Casi siempre	Siempre
1. Me sentí enfermo/a					
2. Me dolió algo					
3. Estuve cansado/a o agotado					
4. Tuve mucha fuerza y energía					
te sientes	Nunca	nunca	veces	siempre	Siempre
5. Me reí y divertí mucho					
6. Me aburrí mucho					
7. Me sentí solo/a					
8. Me sentí miedoso e inseguro					
mismo/a	Nunca	nunca	veces	siempre	Siempre

9. Me sentí orgulloso/a de mí mismo					
10. Me gusto a mí mismo/a					
11. Me sentí bien conmigo mismo/a					
12. Tuve muchas buenas ideas					
preguntas son sobre tu familia	Nunca	nunca	veces	siempre	Siempre
13. Me llevé bien con mis padres					
14. Me sentí a gusto en casa					
15. Tuvimos fuertes discusiones o peleas en casa					
16. Me sentí agobiado por mis padres					
amigos	Nunca	nunca	veces	siempre	Siempre
17. Hice cosas (actividades) con mis amigos/a					

18. Les caí bien a los demás					
19. Me llevé bien con mis amigos/as					
20. Me sentí diferente de los demás					
<u>saber algo sobre la escuela</u>	Nunca	nunca	veces	siempre	Siempre
21. Pude hacer las tareas escolares					
22. Me interesaron las clases					
23. Me preocupé por el futuro					
24. Tuve miedo de sacar malas notas					

FICHA TÉCNICA

DOMINIO	DESCRIPCIÓN
Nombre	Kiddo-Kindl
Autores	Bullinger en 1994.
Origen	Alemania
Revisión	Ravens-Sieberer & Bullinger en el año 1998.
Traducción	Rajmil, Serra-Sutton, Fernández-López et al. (2004) en la ciudad de Barcelona el año 2003.
Tipo de aplicación	Individual
Número de ítems	El cuestionario Kiddo-Kindl contiene 24 preguntas distribuidas en seis dimensiones: bienestar físico, bienestar emocional, autoestima, familia, amigos y colegio, para ser utilizadas en población entre doce a dieciséis años.
Categorías de calificación	Las respuestas del Kindl se recogen en una escala Likert de cinco categorías que oscilan desde las categorías “1 = nunca” a “5 = siempre”.
Edad de aplicación	Desde los 12 a 16 años

PROPIEDADES PSICOMÉTRICAS

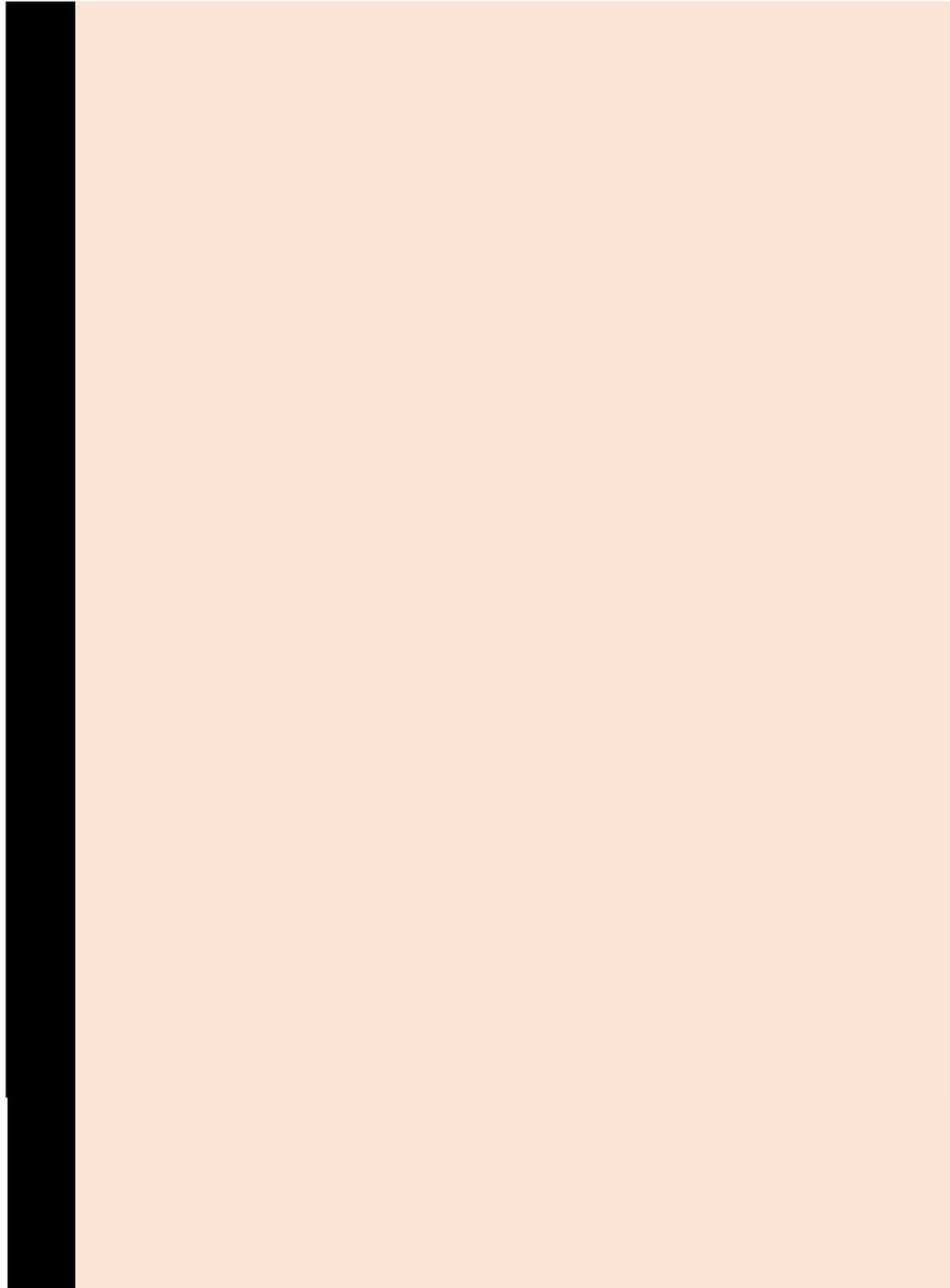
PROPIEDAD	DESCRIPCIÓN
Descripción	El cuestionario Kiddo-Kindl es un instrumento que mide el constructo calidad de vida a través de 24 preguntas distribuidas en seis dimensiones: bienestar físico, bienestar emocional, autoestima, familia, amigos y colegio.

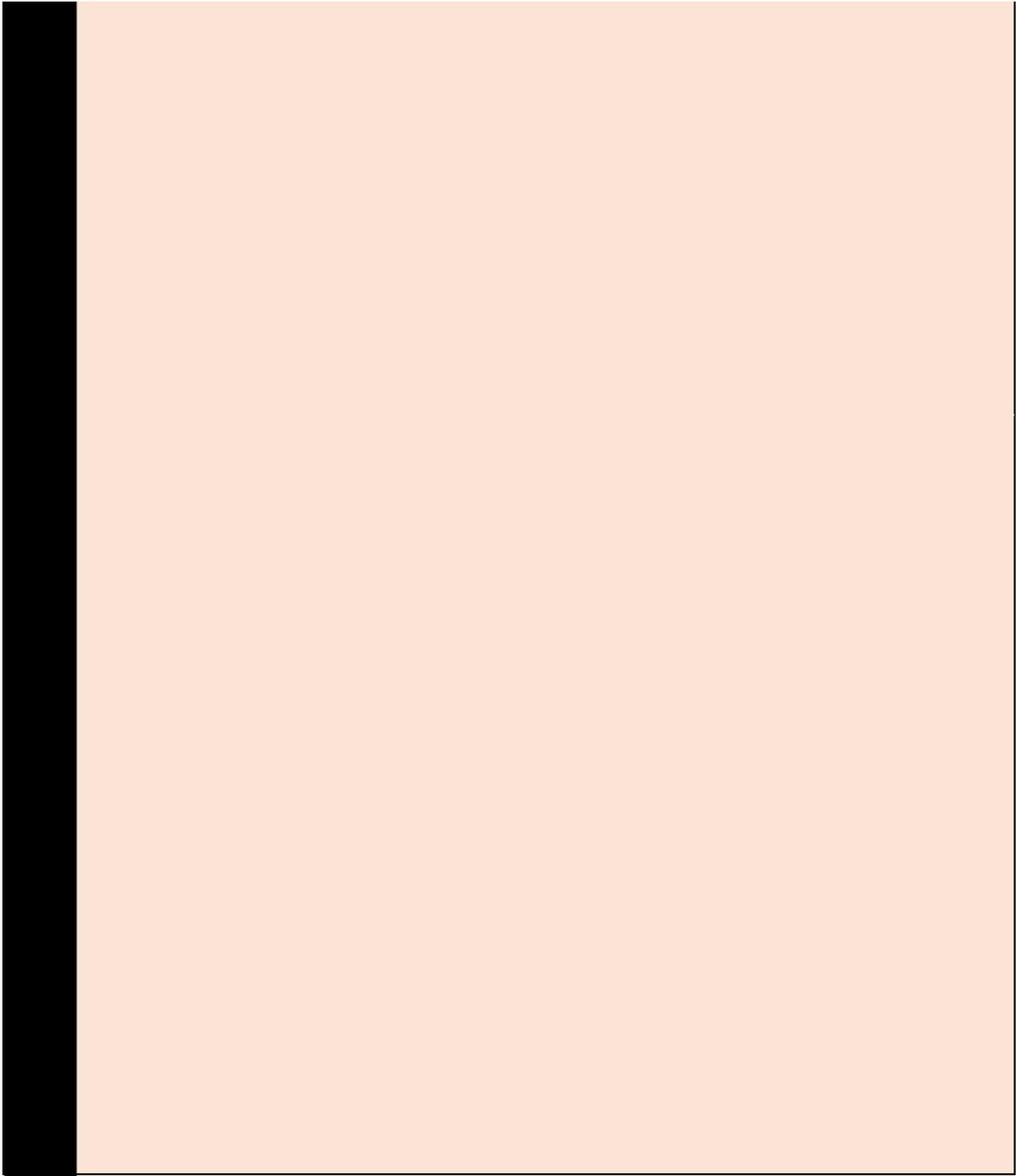
<p>Confiabilidad</p>	<p>Consistencia interna de un $\alpha = 0,70$ en el índice global, así como la estabilidad test-retest en un rango CCI = 0,52-0,80, considerados coeficientes de fiabilidad y validez aceptables, datos obtenidos de una muestra de 447 alumnos de colegios públicos de la provincia de Girona y uno privado concertado de la ciudad de Barcelona, España.</p>
<p>Construcción de</p>	<p>Obtenido mediante análisis factorial exploratorio utilizando como Método de extracción el de componentes principales con un método de rotación de normalización Varimax. Los datos se ajustan a los esperados teóricamente, tal como se puede observar en la Tabla 2, explicando un 61,92% de la varianza. todas las dimensiones se encuentran relacionadas entre sí, al igual que todos los ítems con la escala total.</p>
<p>Calificación</p>	<p>Las respuestas del Kindl se recogen en una escala Likert de cinco categorías que oscilan desde las categorías “1 = nunca” a “5 = siempre”. Las preguntas hacen referencia a la semana anterior a la entrevista y las puntuaciones obtenidas a partir de las medias de cada dimensión se transforman a una escala de 0 a 100 puntos, donde una mayor puntuación representa mejor CVRS.</p> <p>Junto con el perfil que entrega el instrumento, es posible obtener una única puntuación total o índice global de CVRS a partir de las medias de las seis dimensiones.</p>

ESCALAS Y SUBESCALAS DEL INSTRUMENTO

<p>ESCALAS</p>	<p>SUB ESCALAS</p>
<p>Bienestar Físico</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Me he sentido enfermo - Me ha dolido algo - He estado muy cansado/a o agotado - He tenido mucha fuerza y energía - Me he reído y divertido mucho - Me he aburrido mucho

<p>Bienestar Emocional</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Me he sentido solo/a - He sentido miedo o me he sentido inseguro/a - Me he sentido orgulloso/a de mí mismo/a
<p>Autoestima</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Me he gustado a mí mismo/a - Me he sentido bien conmigo mismo/a - He tenido muchas buenas ideas - Me he llevado bien con mis padres
<p>Familia</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Me he sentido a gusto en casa - Hemos tenido fuertes discusiones o peleas en casa - Me he sentido agobiado por mis padres
<p>Amigos</p>	<ul style="list-style-type: none"> - He hecho cosas con mis amigos - Les he caído bien a los demás - Me he llevado bien con mis amigos/as - Me he sentido diferente de los demás
<p>Escuela</p>	<ul style="list-style-type: none"> - He podido hacer bien las tareas escolares - Me han interesado las clases - Me ha preocupado mi futuro - He tenido miedo de sacar malas notas





ANEXO 4. INFORME TURNITIN

ESTRATEGIAS DE AFRONTAMIENTO Y SU RELACIÓN CON LA CALIDAD DE VIDA EN ADOLESCENTES DE QUINTO GRADO DE SECUNDARIA DE LA I.E. NUESTROS HÉROES DE LA GUERRA DEL PACÍFICO DEL DISTRITO DE TACNA, AL AÑO 2021

INFORME DE ORIGINALIDAD

19%

INDICE DE SIMILITUD

19%

FUENTES DE INTERNET

5%

PUBLICACIONES

12%

TRABAJOS DEL ESTUDIANTE

FUENTES PRIMARIAS

1

repositorio.uwiener.edu.pe

Fuente de Internet

4%

2

worldwidescience.org

Fuente de Internet

4%

3

idoc.pub

Fuente de Internet

3%

4

Submitted to Universidad Catolica Los Angeles de Chimbote

Trabajo del estudiante

1%

5

theibfr.com

Fuente de Internet

1%

6

core.ac.uk

Fuente de Internet

1%

7

digibug.ugr.es

Fuente de Internet

1%

