



UNIVERSIDAD  
**AUTÓNOMA**  
DE ICA

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

TESIS

**“RESILIENCIA Y AFRONTAMIENTO AL ESTRÉS EN USUARIAS DEL  
CENTRO ESPECIALIZADO EN VIOLENCIA FAMILIAR DE SAN JUAN  
DE LURIGANCHO, 2021”**

LÍNEA DE INVESTIGACIÓN  
**Calidad de vida, resiliencia y bienestar psicológico**

Presentado por:

**Gladys Beatriz Huamani Neyra**  
**Florinda Salomé Revatta Olano**

Tesis desarrollada para optar el Título Profesional de Licenciado(a) en  
Psicología

Docente asesor:

Dr. Yreneo Eugenio Cruz Telada  
Código Orcid N° 0000-0002-3770-1287

Chincha, 2022

**Asesor**

DR. YRENEO EUGENIO CRUZ TELADA

**Miembros del jurado**

- Dr. Edmundo González Zavala
- Dr. William Chu Estrada
- Dr. Martín Campos Martínez

## **DEDICATORIA**

A Dios por protegerme, guiarme y ser el pilar que sostiene mi vida, por haberme brindado la dicha de tener un hogar construido con padres maravillosos y hermanos muy unidos superando toda clase de adversidades.

## **AGRADECIMIENTOS**

El agradecimiento va dirigido a quien forja nuestro camino y nos dirige por el sendero correcto, a Dios, el mismo que todo momento acompaña ayudándonos a aprender de nuestros errores y ya no cometerlos otra vez.

Él es quien guía el destino de nuestra vida.

## RESUMEN

Se desenvuelve el estudio con objetivo de determinar qué relación existe entre resiliencia y afrontamiento al estrés en usuarias del centro especializado en violencia familiar de San Juan de Lurigancho, teniendo como metodología diseño no experimental, nivel correlacional y corte transversal. Se aplicó la evaluación en 70 usuarias que asisten al centro especializado. Para medir las variables se usó los instrumentos cuestionario de resiliencia de Wagnild & Young (1993) y Cuestionario de estilos de afrontamiento al estrés – BRIEF COPE (COPING ESTIMATION) de Carver, Scheier, & Weintraub (1989). En cuanto a resultados se tuvo que no existe correlación entre las variables, concluyendo de dicho modo que no existe relación significativa ni directa entre las variables resiliencia y de afrontamiento al estrés.

Es así que, el desarrollo de la investigación se estructura como sigue, en el primer capítulo se hizo hincapié a la importancia del tema a estudiar y enfoque por el cual se pretende realizar el estudio, mientras que en el segundo capítulo se precisa el problema identificado, objetivos trazados y la justificación, además del alcance y limitaciones del estudio. Seguidamente, en el tercer capítulo, se da a conocer los precedentes y bases teóricas de las variables, como también, en el cuarto capítulo se señala la metodología empleada, y quinto capítulo se evidencian resultados. Por último, sexto capítulo plantea discusión sobre dichos resultados y se precisan conclusiones a que llegó la presente investigación y las recomendaciones por parte del autor.

**Palabras clave:** *Resiliencia, afrontamiento, estrés, violencia familiar*

## ABSTRACT

The study is carried out with the objective of determining what relationship exists between resilience and coping with stress in users of the specialized center for family violence in San Juan de Lurigancho, using a non-experimental design, correlational level and cross-sectional methodology as a methodology. The evaluation was applied to 70 users who attend the specialized center. To measure the variables, the instruments Wagnild & Young's (1993) resilience questionnaire and the Stress Coping Styles Questionnaire - BRIEF COPE (COPING ESTIMATION) by Carver, Scheier, & Weintraub (1989) were used. Regarding the results, it was found that there is no correlation between the variables, thus concluding that there is no significant or direct relationship between the variables resilience and styles of coping with stress.

Thus, the development of the research is structured as follows, in the first chapter the importance of the subject to be studied and the approach by which the study is intended to be studied was emphasized, while in the second chapter the problem identified is specified, objectives and justification, as well as the scope and limitations of the study. Then, in the third chapter, the precedents and theoretical bases of the variables are disclosed, as well as, in the fourth chapter the methodology used is indicated, and the fifth chapter shows results. Finally, the sixth chapter presents a discussion on these results and the conclusions reached by the present investigation and the recommendations by the author are specified.

**Keyword:** *Resilience, styles, coping, stress, family violence*

## ÍNDICE GENERAL

Resumen .....	v
Abstract.....	vi
ÍNDICE GENERAL.....	vii
Índice de tablas.....	ix
Índice de figuras.....	ix
I. INTRODUCCIÓN .....	10
II. PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA .....	11
2.1 Descripción del problema.....	11
2.2 Pregunta de Investigación general.....	12
2.3 Preguntas de Investigación Específicas .....	12
2.4 Justificación e Importancia .....	13
2.5 Objetivo General .....	15
2.6 Objetivos específicos .....	15
2.7 Alcances y Limitaciones .....	15
III. MARCO TEÓRICO.....	17
3.1 Antecedentes .....	17
3.1.1 Antecedentes internacionales.....	17
3.1.2 Antecedentes nacionales.....	19
3.2 Bases Teóricas.....	21
3.3 Marco conceptual .....	31
IV. METODOLOGÍA .....	33
4.1. Tipo y Nivel de Investigación .....	33
4.2. Diseño de Investigación.....	33
4.3. Población - Muestra.....	34
4.4. Hipótesis General y Específicos .....	35
4.4.1. Hipótesis General .....	35
4.4.2. Hipótesis Específicos.....	35
4.5. Identificación de las Variables .....	36
4.6. Operacionalización de variables .....	37
4.7. Recolección de datos .....	39
V. RESULTADOS .....	43
VI. ANÁLISIS DE LOS RESULTADOS.....	52

6.1	Análisis descriptivo de los resultados.....	52
6.2	Comparación resultados con marco teórico.....	53
	CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES.....	59
	REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS.....	63
	ANEXOS.....	70



## Índice de tablas

<b>Tabla 1.</b>	Definición operacional.....	37
<b>Tabla 2.</b>	Descripción sociodemográfica de la población .....	43
<b>Tabla 3.</b>	Descripción de niveles de resiliencia .....	45
<b>Tabla 4.</b>	Descripción de niveles de afrontamiento al estrés.....	46
<b>Tabla 5.</b>	Prueba de normalidad Kolmogorov – Smirnov para Resiliencia y estilos de afrontamiento al estrés.....	47
<b>Tabla 6.</b>	Prueba correlación Rho de Spearman entre Resiliencia y estilos de afrontamiento al estrés .....	48
<b>Tabla 7.</b>	Prueba correlación Rho de Spearman entre ecuanimidad y estilos de afrontamiento al estrés .....	48
<b>Tabla 8.</b>	Prueba correlación Rho de Spearman entre perseverancia y estilos de afrontamiento al estrés .....	49
<b>Tabla 9.</b>	Prueba correlación Rho de Spearman entre confianza en sí mismo y estilos de afrontamiento al estrés .....	49
<b>Tabla 10.</b>	Prueba correlación Rho de Spearman entre satisfacción personal y estilos de afrontamiento al estrés.....	50
<b>Tabla 11.</b>	Prueba correlación Rho de Spearman entre sentirse bien solo y estilos de afrontamiento al estrés.....	50

## Índice de figuras

Figura 1.	Descripción por estado civil .....	44
Figura 2.	Descripción por Grado de instrucción .....	44
Figura 3.	Descripción por edades (grupos etarios) .....	45
Figura 4.	Descripción de niveles de resiliencia .....	46
Figura 5.	Descripción de niveles de afrontamiento al estrés.....	47

## I. INTRODUCCIÓN

El estudio se enfocó en un tema que últimamente se da con más frecuencia pero que a la vez no ha sido estudiado de manera significativa, la problemática de la falta de conductas resilientes y la relación de esta con las diversas estrategias para afrontar el estrés de quienes directamente o indirectamente se vieron envueltos por la violencia familiar, se tienen ciertas peculiaridades en cuanto a personalidad y el entorno los cuales favorecen de alguna forma que se den las respuestas resilientes, entre estas se tiene estar seguro de sí mismo, capacidad propia de afrontamiento, apoyo social, contar con un propósito significativo, a veces creemos que podemos influenciar en aquello que está sucediendo en el entorno y con esto se logra aprender de experiencias ya sea positivas o negativas.

Se estudia además el afrontamiento, concretamente estas son aquellas usadas por personas más resilientes, esto es, quienes se muestran con más eficacias al momento de manejo y así superando las situaciones denominadas estresantes que se producen en cotidianamente. El interés para estudiar dicho constructo se encuentra al creer que estrategias de afrontamiento se consideran más o menos de eficacia en promover bienestar emocional y cierta orientación a problemas que causan estrés. Nuestra investigación está conformada por secciones las cuales están divididas por capítulos donde se realiza la descripción del proceso llevado.

Es por ello que se formula la interrogante ¿Cuál es la relación entre resiliencia y el afrontamiento al estrés en usuarias del centro especializado en violencia familiar de San Juan de Lurigancho, 2021?, por lo cual se plantea como objetivo el determinar la relación entre la resiliencia y el afrontamiento al estrés en usuarias del centro especializado en violencia familiar de San Juan de Lurigancho, 2021, desarrollando para ello un estudio tipo básico, enfoque cuantitativo, de nivel correlacional, corte transversal, diseño no experimental, transversal, correlacional evaluando a 70 usuarias mujeres del Centro Especializado en violencia familiar de San Juan de Lurigancho.

## II. PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

### 2.1 Descripción del problema

Tenemos a América Latina, específicamente Brasil como un país de los más afectados por causa de poco espacio político y actualmente quizá baje unas 10 posiciones del ranking en lo que respecta al índice de resiliencia que mostró en 2020, por otro lado, México tiene expectativa ascender 7 puestos. Las caídas fuertes en cuanto a resiliencia en ciertos países demuestran que otros suban en el ranking, a pesar que niveles absolutos de resiliencia no se mejoran (Díaz, 2020)

En Estados Unidos, hay individuos hispanos mostrando nivel de estrés mayor en comparación con otras poblaciones. Así, el estrés tipo laboral tiene representación del 21% al 32% de enfermos de hipertensión conjuntamente con eventos angustiosos (Arias, 2020) así mismo, la Asociación América de Psicología aduce que año tras año se incrementa el estrés, convirtiéndose en una enfermedad percibida de forma diferente en varones y mujeres, y el género femenino tiene más intensidad que el género masculino (APA, 2016)

Latinoamérica hay cifras que se relacionan con el estrés, y estas evidencian que este continente en gran parte está afectado (Mejía, y otros, 2019). Existe la comparación de índices en cinco países estos son Ecuador, Venezuela, Honduras, Panamá, Colombia), donde Venezuela evidenció el mayor estrés en la muestra seleccionada, esto es aparentemente debido a la crisis política vivida en últimos años. (p. 16)

La Revista Colombiana de Psicología, dio a conocer que el 7,4% de adultos que residen en Colombia que habían enfrentado situaciones adversas y abrumadoras presentaban una escasa resiliencia, mientras que solo el 60,6% manifestaba tener una resiliencia moderada (Hewitt et al. 2016).

Lévano (2019) destaca la importancia dada en Perú en cuanto a estrés laboral y estudia para saber sobre los motivos principales que causan estrés. Resulta algo sorprendente, “39% refiere como principal fuente de estrés su trabajo, 27% considera al desempleo, 18% responsabilidad y 8% su familia y también estudios” (p. 15).

En el centro especializado en violencia familiar en San Juan de Lurigancho las usuarias muestran características de estrés tales como aislamiento, desesperación por el confinamiento, preocupación excesiva por la falta de trabajo, comen demasiado y tienen sentimientos de culpa por algunos familiares que han fallecido. Todo ello repercute en su salud psicológica y puede afectar en su capacidad de resiliencia, si continúa ello, las usuarias pueden acentuar más enfermedades el problema de salud mental hasta incluso generar enfermedades psicosomáticas. Por todo lo señalado nos preguntamos: ¿Cuál es la relación entre resiliencia y el afrontamiento al estrés en usuarias del centro especializado en violencia familiar de San Juan de Lurigancho?

## **2.2 Pregunta de Investigación general**

¿Cuál es la relación entre resiliencia y el afrontamiento al estrés en usuarias del centro especializado en violencia familiar de San Juan de Lurigancho, 2021?

## **2.3 Preguntas de Investigación Específicas**

¿Cuál es el nivel de resiliencia en las usuarias del centro especializado en violencia familiar de San Juan de Lurigancho, 2021?

¿Cuál es el nivel de afrontamiento al estrés en las usuarias del centro especializado en violencia familiar de San Juan de Lurigancho, 2021?

¿Cuál es la relación entre la ecuanimidad y el afrontamiento al estrés en usuarias del centro especializado en violencia familiar de San Juan de Lurigancho, 2021?

¿Cuál es la relación entre la perseverancia y el afrontamiento al estrés en usuarias del centro especializado en violencia familiar de San Juan de Lurigancho, 2021?

¿Cuál es la relación entre la confianza en sí mismo y el afrontamiento al estrés en usuarias del centro especializado en violencia familiar de San Juan de Lurigancho, 2021?

¿Cuál es la relación entre la satisfacción personal y el afrontamiento al estrés en usuarias del centro especializado en violencia familiar de San Juan de Lurigancho, 2021?

¿Cuál es la relación entre el sentirse bien solo y el afrontamiento al estrés en usuarias del centro especializado en violencia familiar de San Juan de Lurigancho, 2021?

## **2.4 Justificación e Importancia**

### **2.4.1 Justificación**

**Teórica.** Lo que se pretendió es lograr afirmar las diversas teorías que concierne en cuanto a relación que existe entre las variables, para así generar un conocimiento novedoso en lo referente al contraste de lo que resultó en nuestra investigación, considerando antecedentes de investigaciones realizadas con anterioridad y el desarrollo de teorías diversas sobre las variables estudiadas.

**Práctica.** Nuestra investigación, permitió que se establezca la manera en la cual se presentó los dos constructos de manera funcional en usuarias que acuden al centro, al formular estrategias que se dirijan netamente a la población que se estudió y para aquellas que cuentan con estas mismas o similares características de

estudio. Siempre enfocando lo que genera salud mental por medio de la mejora de calidad de vida.

**Metodológica.** Ciertamente se puede corroborar que obtuvimos información selecta, por medio de la medida objetiva de ambas variables, se empleó instrumentos que presentan validez y confiabilidad estadística, las cuales configuraron como se manifiesta la resiliencia y afrontamiento del estrés. Así mismo, empleado el coeficiente de Aiken se obtuvo un valor de 1,00 en ambos instrumentos lo cual señala el alto grado de validez de contenido, y prueba piloto, evidencia esto que la confiabilidad es de 0,944 para variable primera y 0,788 para nuestra segunda variable.

En lo que respecta al aspecto **social**, la investigación representa un alcance en cuanto a información y que se fomente el aspecto preventivo en la población estudiada además para quienes estén pasando situaciones similares a la que se planteó, así de esa forma se tomen medidas que sean necesarias para alcanzar solucionar esta problemática en las usuarias víctimas de violencia.

#### **2.4.2 Importancia**

Es de importancia manifestar que esta investigación dio gran aporte al referido centro, puesto que se dejó diversos conocimientos que fueron eficaces y contribuyen a la mejora psicosocial del usuario en cuanto al desarrollo. Además, los resultados sirven como precedente, y fomenta que se elaboren programas que apoyen o taller en lo que respecta a Resiliencia y afrontamiento para las usuarias, ya que generará a las usuarias a fomentar el desarrollo de actitudes positivas enfrentando situaciones diversas. Se culmina con resultados que consintieron se acreciente los saberes teórico-práctico de investigadores como de diversas entidades y también profesionales que tengan interés del tema.

## **2.5 Objetivo General**

Determinar la relación entre la resiliencia y el afrontamiento al estrés en usuarias del centro especializado en violencia familiar de San Juan de Lurigancho, 2021.

## **2.6 Objetivos específicos**

Identificar los niveles de resiliencia en usuarias del centro especializado en violencia familiar de San Juan de Lurigancho, 2021.

Identificar los niveles afrontamiento al estrés en usuarias del centro especializado en violencia familiar de San Juan de Lurigancho, 2021.

Describir la relación entre la ecuanimidad y el afrontamiento al estrés en usuarias del centro especializado en violencia familiar de San Juan de Lurigancho, 2021

Describir la relación entre la perseverancia y el afrontamiento al estrés en usuarias del centro especializado en violencia familiar de San Juan de Lurigancho, 2021.

Describir la relación entre la confianza en sí mismo y el afrontamiento al estrés en usuarias del centro especializado en violencia familiar de San Juan de Lurigancho, 2021.

Describir la relación entre la satisfacción personal y el afrontamiento al estrés en usuarias del centro especializado en violencia familiar de San Juan de Lurigancho, 2021.

Describir la relación entre el sentirse bien solo y el afrontamiento al estrés en usuarias del centro especializado en violencia familiar de San Juan de Lurigancho, 2021

## **2.7 Alcances y Limitaciones**

### **2.7.1 Alcances**

El realizar la indagación en lo administrativo se tiene la experiencia y el conocimiento de quien la realiza, así mismo de

asesores pues se tiene el fin común de planificación, organización, asimismo ejecutarse y evaluar la misma; por otro lado, fue económicamente viable ya que se contó con fondo necesario para ejecutar cada etapa y solventar costos tanto de material, así como de servicios.

Hubo soporte del centro ya que brindó el acceso a diversa información para destacar la problemática que se vincula a la temática que se ha investigado, asimismo se obtuvo el consentimiento informado, a fin que se administre los correspondientes instrumentos.

Finalmente, la directora nos brindó el apoyo, y se coordinó, para ver el tiempo que se requería y disponible, para la realización del trabajo correspondiente al campo, y así se ejecutó cada etapa de lo planteado, sin alteración del cronograma que se estableció.

### **2.7.2 Limitaciones**

La limitación a considerar es en cuanto a estudios antecedentes sobre las dos variables en el ámbito de violencia familiar, pues si bien es cierto es temática que actualmente se estudia más, en aspectos de la pandemia, laboral y educativo, lo cual nos conduce a recopilar información que se asemeje a nuestro estudio. Otra limitación la percibimos en cuanto al desenvolvimiento de aplicaciones de instrumentos debido a que todavía no se está actuando de forma totalmente normalizada por la coyuntura que se vive.



### III. MARCO TEÓRICO

#### 3.1 Antecedentes

Lo que respecta a antecedentes anteriores, se hallan estudios que tienen relación con nuestras variables, las cuales son referentes de nuestra investigación.

##### 3.1.1 Antecedentes internacionales

Mina (2021) en “Resiliencia y estrategias de afrontamiento del estrés laboral durante la pandemia del covid-19 en docentes de la Universidad Técnica de Luis Vargas Torres de Esmeraldas”, investigación que analizó el nivel de resiliencia y afrontamiento del estrés. Estudio cuantitativo, de campo, exploratorio y descriptivo en 47 docentes se aplicaron como instrumentos de investigación Escala de Resiliencia (ER) realizado por Wagnild y Young y Cuestionario de Afrontamiento del Estrés (CAE) elaborado por Sandín y Chorot. Se obtuvo como resultados el 70% de docentes encuestados mostraron alto nivel de resiliencia y 30% moderado; a su vez, estas estrategias de afrontamiento del estrés fueron focalización para solucionar la problemática y positiva reevaluación.

Fernández et al. (2020) publica sobre “Resiliencia Psicológica y Afrontamiento al Estrés en Deportistas Juveniles Cubanos”, para comprobación de relación entre Resiliencia Psicológica y Estilos de Afrontar el Estrés, el estudio se dio en 27 jugadores quienes los evaluaron con Escala de Resiliencia (Wagnild y Young 1993) y Cuestionario de Afrontamiento al Estrés (Sandín y Chorot, 2002). Finalmente se obtuvo que deportistas, que tienen altos niveles de Resiliencia Psicológica, tienen estilos apropiados con los que afronta el estrés tiempo competitivo.

Vivas (2020) en su estudio sobre “Resiliencia y Afrontamiento Del Estrés Laboral en Empleados Públicos Titulares y Contratados” realizada para analizar factores generadores de estrés. Metodológicamente, su enfoque cuantitativo (positivista), no experimental, descriptiva, corte transversal. 526 docentes en general y muestra 97 docentes. Sus instrumentos utilizados son el cuestionario y cuaderno de notas. Resultados obtenidos reflejan 78% son docentes por contrato, que es situación tomada como estresor pues 39% aduce que ser estable laboralmente influencia el desempeñarse como docente. Se concluye que el estresor es la inestabilidad laboral, se desconoce el régimen de escalafón y la recategorización, además desconocer mecanismos de participación en los procesos mencionados les ocasiona estrés lo cual consecuentemente afecta el desempeño laboral.

García (2019) en su tesis de Licenciatura realizada en Ecuador “Resiliencia y su influencia en afrontamiento de estrés de estudiantes de Ciencias Psicológicas de la Universidad Tecnológica Indoamérica”. Realizada por alcanzar la comprobación de correlación entre resiliencia y afrontamiento de estrés. aplicó escala de resiliencia de Wagnild y Young y cuestionario de afrontamiento de Lazarus y Folkman (WOC). Aplicó reactivos, determinó que casi el 50% tiene nivel bajo y muy bajo en resiliencia; y la misma cantidad es adecuado. Concluye casi 50% de estudiantes usan el autocontrol. Se hace el planteamiento de la propuesta de intervención, se dio talleres de desarrollo de resiliencia para dar mejora al afrontamiento de estrés.

Vicente & Gabari (2019) en su estudio “La resiliencia como factor protector del estrés crónico en docentes”, en la Universidad Pública de Navarra (España), en el cual el objetivo fue el análisis de efecto de resiliencia sobre burnout que perciben los docentes. Se aplicó el método transversal, correlacional, Muestra de 334 docentes. Los instrumentos (MBI- GS) de Salanova y col. (2000) y Escala de resiliencia CD-RISC (Connor y Davidson, 2003). Sus resultantes

confirman particularidades personales y resiliencia que proceden de variables preventivas por autopercepción de señales de estrés crónico. Concluye así la resiliencia reduce la vulnerabilidad al burnout.

### **3.1.2 Antecedentes nacionales**

Chuquillanqui & Villanes (2020) en “Resiliencia y afrontamiento del estrés en estudiantes de Trabajo Social en Universidad Estatal de Huancayo”, su propósito estuvo en revelar la relación resiliencia y afrontamiento de estrés, por lo que desarrolló el estudio básico, no experimental, transversal, descriptivo correlacional. Trabajó con 180 estudiantes. Utilizó escala de Resiliencia de Wagnild y Young, y cuestionario de modos de afrontamiento (COPE). Se revela que hay relación significativa entre resiliencia y estilos de afrontamiento de estrés. Ante lo obtenido del estudio, se acota que se esto es debido a políticas universitarias.

Huanay (2019), “Resiliencia y estilos de afrontamiento al estrés de soldados en servicio militar voluntario en vram del ejército peruano”, cuyo objetivo es determinar que relación hay entre resiliencia y estilos de afrontamiento al estrés. El método es científico, nivel correlacional, transversal, no experimental. Fueron 137 soldados estudiados. Resultó que nivel de resiliencia tiene un 61% que presenta nivel moderado, 32% con nivel de resiliencia alta. Concluye que nivel de resiliencia está relacionada significativamente con estilos de afrontamiento al estrés.

Ramos & Yucra (2019) su tesis de Licenciatura “Resiliencia y estilos de afrontamiento al estrés en madres cuyos hijos son discapacitados”, donde buscaron establecer qué relación hay en resiliencia y estilos de afrontamiento. Tesis no experimental, transversal y descriptivo correlacional simple, donde participaron 47 madres, usaron escala de resiliencia materna de Roque y col. (2009) y Cuestionario de Modos de Afrontamiento al Estrés (COPE) de

Carver et al. (1989). Se mostró predominó la resiliencia alta de 74.5%, 17% obtuvo nivel medio y 8.5% nivel bajo, el estilo que predominó es afrontamiento con enfoque en emoción un 63.8%. lo que demuestra que hay relación significativa, entonces existe asociación entre variables.

Ríos (2019) en Tesis “Resiliencia y Afrontamiento del Estrés en Padres con Hijos que tienen necesidad educativa especial”, objetivo basado en determinar qué relación hay entre resiliencia y afrontamiento de estrés, estudio no experimental y transversal, descriptivo-correlacional, se evaluó 105 participantes, usaron instrumento elaborado Wagnild & Young (1993) y cuestionario de afrontamiento al estrés (CAE) de Sadin y Charot. Resultados indican un nivel alto en padres 44.8%, el 36.2% bajo y medio, y 12.4% nivel alto y medio, un estilo sobresaliente es el afrontamiento que se enfoca en solucionar problemas 35.2%. Se concluyó hay relación significativa entre las dos variables.

Rojas (2016) en “Resiliencia y afrontamiento del estrés en estudiantes de institución educativa secundaria, Chiclayo”, su objetivo determinar relación entre resiliencia y afrontamiento del estrés. Fue de carácter no experimental, descriptivo correlacional. Con 120 colaboradores, usó Cuestionario de Afrontamiento del Estrés (CAE) y Escala de Resiliencia (ERA). Resultó que 41% tienen alto nivel de Resiliencia, 34% medio y 25% bajo, indicando que encuestados demuestran capacidad en sobrellevar adversidades que presenten. Conclusión: hay relación significativa entre Resiliencia y Afrontamiento de estrés.

## **3.2 Bases Teóricas**

### **3.2.1 Resiliencia**

#### **3.2.1.1 Conceptualización de resiliencia**

Se define resiliencia es adaptarse, es gestión y negociación ante la adversidad (Goodman, Saunders, & Wolff, 2020). Entonces la persona resiliente señala Rabanal et al. (2020), presenta “capacidad de control de sus emociones, contar con empatía, capacidad de enfrentamiento de adversidades y habilidades al socializar así afronta retos de su vida” (p. 253)

La resiliencia es el proceso dinámico en el que personas se adaptan de una forma activa a las grandes adversidades y se recuperan rápidamente de ellas (Fínez & Morán, 2017)

Wagnild y Young, tomaban como resiliencia a lo particular de una personalidad. Hay moderación de lo nocivo que afecta el estrés adaptándose. Resiliencia es entonces un proceso de adaptación a los contextos (Rodríguez, 2016)

Villar, (2015) reconoce el papel de la resiliencia como variable de la psicología positiva y su importancia en cuanto a salud laboral del trabajador, proponiendo “se implemente programas no solo en las mejoras de puestos de trabajo sino para fomentar particularidades de la persona, protegiendo estos de efectos negativos” (p.195).

La resiliencia es la capacidad en superar a la persona, distinta si se exponen o no a la adversidad o situación de estrés alto (Baca, 2014)

#### **3.2.1.2 Teorías de la resiliencia**

La resiliencia se pudo abordar a través de diferentes enfoques psicológicos, basados en particularidades de personas, que enfrentaron exitosamente sucesos traumantes

de su vida, y también pudieron lograr dar explicación de factores influyentes que la desarrollaron.

#### Modelo Desarrollo Psicosocial de Grotberg.

Se relaciona con teoría del desarrollo propuesta por Erikson, donde afirman: resiliencia es la respuesta ante lo adverso durante toda su vida o instante determinado y se promueve en el desarrollo del infante. Además, refieren la resiliencia es efectiva, para enfrentamiento de fatalidades, y promover lo referente a salud mental y emociones de individuos (Grotberg, 1996)

#### Modelo Resiliencia de Richardson.

Richardson (2011) aduce es un proceso y con esto la persona enfrenta la adversidad, ya que se enfrenta a una situación incierta, no se tiene solo una respuesta, y es que la reacción es diferente una de otra.

#### Modelo Desafío de Wolin y Wolin.

Nuestra investigación toma este modelo, Wolin y Wolin (1993) aseveran que esto implicaría partir del enfoque de riesgo hacia un enfoque de desafío, la desgracia como daño o pérdida significa la capacidad de afrontar, y no consentirá que factores desfavorables dañen un individuo, sino que lo beneficie, y luego transforme positivamente, lo que establece el factor vencimiento, y soporte a adolescentes.

#### Modelo Psicoanalítico.

Dubreui (2015) se formó en psicoanálisis y escribe sobre “Resiliencia: más allá del dolor”, donde asevera en cuanto a resiliencia, el Psicoanálisis bordea definición de esta, el resultado no implica volver al estado apriori del individuo resiliente. Lo señala la Física, dificulta lo posible que da pase a

la subjetiva metamorfosis vivenciada después del efecto traumático potencial, pues después de este nada vuelve a ser lo mismo y el individuo procesa su efecto traumático y da lugar a la distinta subjetividad.

Partiendo del psicoanálisis, resiliencia encierra condición psíquica nueva que se mueven por el proceso, lo cual deriva en adaptar, transformar de forma activa, y modifica contextos desfavorables. El proceso terciario ocasiona la llamada figura resorte, o sea que rebote lo vulnerable y convierte en fuerza que se transforma en espacios psíquicos y, dimensiones nuevas que vinculan el yo, también construye la subjetividad.

### **3.2.1.3 Clasificación de la resiliencia**

Rodríguez et al. (2011) clasifican:

- Resiliencia psicológica: Cuenta con gestión buena ante adversidades a la vez involucra tener positivos rasgos y conducta de afrontamiento que nos permitan salir con victoria del contexto estresante presentado (Baca, 2013)
- Resiliencia familiar: La familia tienen procesos participativos los cuales permiten se desarrolle la adaptación para resistir retos (Baca, 2013)
- Resiliencia comunitaria: Contexto social, donde factor cultural y relación interpersonal apoyan cuando se hace frente a desastres, esta resiliencia se da solidariamente se brinda apoyo constante (Baca, 2013)
- Resiliencia vicaria: La cual es desarrollada por el paciente sobreviviente a trauma tiene efecto positivo y único se trasmite a personas cercanas, como terapeuta, amistades, familia o grupo laboral (Baca, 2013)
- Resiliencia espiritual: Desarrolla ánimo y responde de forma

adecuada a evento estresante no manifiesta patología, implicando perdón y servir sin esperar nada a cambio, así la mente y cuerpo se conservan saludables, lo que hace sea constructo positivo (Baca, 2013)

#### **3.2.1.4 Dimensiones de la resiliencia**

Wagnild y Young (1993), señalaron resiliencia es original en la personalidad, permitiendo se tolere inconvenientes, las supera y sale fortalecido incluso transformado. Ellos consideran cinco dimensiones:

- Confianza en sí, destreza al depender y creer en uno mismo, reconoce fortaleza y debilidad, y ayudan en afrontar infortunios de excelente forma.
- Ecuanimidad, existe equilibrio entre experiencia y propia vida, estado de tranquilidad en la mente permite al individuo que no lo domine emociones, sino obtener un conveniente manejo de adversidades y tomar decisión certera.
- Perseverancia, tener fuerte deseo de proseguir luchando en conseguir sus objetivos propios, mantener la firmeza ante lo complejo.
- Satisfacción personal, hallar el significado de vida y su tarea, contribuye a que la persona alcance plenitud y tenga idea que todos somos importantes.
- Sentirse bien solo, la vida personal es importante generando satisfacción, existe situación a afrontarse y así conocer lo que significa libertad.



## **3.2.2 Afrontamiento**

### **3.2.2.1 Concepto de afrontamiento**

Tenemos a Zhao, Wang y Shi (2020) los cuales refieren son comportamientos donde el individuo aborda demanda del entorno tanto interno y externo en situaciones específicas.

Es el grupo de habilidades útiles en el afrontamiento de situaciones de estrés así tenga éxito, siempre se tiene al elemento cognitivo y valora los recursos que aborda situaciones estresantes (Encinas, 2019)

El modelo de psicología del yo donde Villardón (2013) precisa “grupo de pensamientos y actos reales y flexibles los cuales solucionen problemas y, así reducen el estrés” (p. 88).

Oblitas (2010) lo expresa: “refuerzo que consienten el reducir, un control o aprender a resistir amenazas conducentes al estrés”.

Para Folkman y Lazarus (1980) son estrategias de defensa a través de dos funciones: primero, modifican situaciones estresantes por medio del uso de estrategias que resuelven problemas. La segunda es gestión de emociones ocasionadas por sucesos estresantes, que pueden ser anticipatorias o consecuentes (citado por Tello, 2020). Los autores dicen son “actividades cognitivas y conductas ejecutadas en busca de la gestión de exigencias externas e internas que un individuo descubre como excedente de su recurso” (p.5).

### 3.2.2.2 Tipos de afrontamiento

#### Lazarus y Folkman la clasifican:

- Afrontamiento con orientación a problema

Su función es variar relación ambiente - persona, tiene se actúa en entorno o sí mismo, se maneja origen de estrés (Sandín, 1995) responsable de sentir amenaza (Ortiz, 2015). Incluye uso de estrategias entre estos resolver problemas, toma de decisión, busca información, manejo del tiempo propio, búsqueda de consejos (Lazarus y Folkman, 1986).

- Afrontamiento que se orienta a emoción

Su función es cambiar trato e interpretación en cuanto a lo que sucede, con fin de regular respuesta emocional ante el estrés (Sandín, 1995), se dirige en cuanto a disminución de reacción emocional por causa de situaciones estresantes no se modifica y se quiere reducir el malestar emocional (Ocampo, 2011)

### 3.2.2.3 Modelos teóricos del afrontamiento del estrés

Corral (2015) sostiene dos tipos: modelo de rasgos son represor - sensibilizador, incrementador - atenuador y aproximación - evitación. Y modelos procesuales: afrontamiento transaccional de Lazarus y Folkman, afrontamiento de Moos y Schaefer, y multiaxial como afrontamiento de Dunahoo.

#### **Modelo represor-sensibilizador (Byrne, 1964)**

Explica que personas enfrentan el estrés con estrategias situadas entre represión y sensibilización. En un extremo está personas muy represoras y al otro lado contrario las muy sensibilizadoras.

### **Modelo incrementador-atenuador (Miller, 1980)**

Fundamentalmente es un modelo sobre cómo individuos manejan información que se asocia a eventos estresantes. Quien tiene este estilo incrementado está alerta y procura informarse sobre la amenaza, y esto evita o cambia por cogniciones la amenaza.

### **Modelo aproximación-evitación (Roth & Cohen, 1986)**

Presume que el individuo está orientado a relevantes características de una situación, ignora demás informaciones que no son relevantes. Supone el alejarse de personas que ocasionan su estrés. Evitación es beneficio al aplicarse tempranamente luego del caso traumático, si es parcial, si no se puede controlar, o no se tiene clara de donde proviene el estrés (lo que dificulta afrontamiento de aproximación), no así no las demás situaciones.

**Modelo de afrontamiento transaccional (Lazarus & Folkman, 1986)** Depende de evaluarse cognitivamente cierto contexto. Distingue tres clases de evaluar:

Evaluación primaria producida por un encuentro de la persona con cierta demanda externa o interna como: a) amenaza, contexto de ser dañino potencialmente; b) daño-pérdida, produce daño psicológico; c) desafío, es dañina y ofrece ganancias; y, d) beneficio, no produce reacción.

Evaluación secundaria mide recurso de las personas que afronta situaciones. Implicación importante es que reaccionar al estrés depende de esta, la persona se asusta, se supone retada u optimista conforme los recursos que tenga. Considera en este, dos recursos: personales y ambientales.

Lazarus (1993) refirió hay dos funciones, la que focaliza al problema que se centra en el problema se constituye por esfuerzos para cambiar o tener control del estrés y estrategias que se centra en emociones se dirigen al cambio de la forma de atender relación con entorno.

#### Modelo de afrontamiento (Moos & Schaefer, 1993)

Asumen el modelo transaccional aquí estrategias de afrontamiento son intermediarios individuo y resultado que es bienestar y salud. Aquí destacan: foco del afrontamiento y método.

#### **Modelo multiaxial del afrontamiento** (Dunahoo et al., 1998)

Se basa en la Teoría de conservación de recursos dada por Hobfoll (1989), quien dice individuos hacen esfuerzos para la obtención, detener y resguardar recursos, aduce recursos como: objetos, característica personal, condición o energía.

Este modelo tiene dimensiones activo vs pasivo, prosocial vs antisocial y directo vs indirecto. En este el afrontamiento es prosocial o contrariamente afecta el bienestar del resto (antisocial). Dunahoo et al. (1998).

#### **3.2.2.4 Dimensiones del afrontamiento del estrés**

En este estudio nos basamos en el dimensionamiento desarrollado por De Carver et al. (1989) los cuales basándose en la teoría de Lazarus y Folkman (1986) proponen la escala que afronta, se dirige en ciertos estilos. Se denomina coping estimation test (prueba de estimación de afrontamiento). Después se presentó el abreviado COPE-28, que tiene 14 estrategias agrupadas (a) dirigido a la tarea, (b) enfocada en el afrontamiento social y emocional, y (c) el evitativo.

Las tres dimensiones con sus respectivos indicadores se desarrollan de la siguiente manera:

a) *Estilos de afrontamiento dirigido a la tarea*

Manifestada si el sujeto quiere modificar la relación que existe disminuyendo cognición de la amenaza.

Y sus indicadores correspondientes son:

- Afrontamiento Activo. Proceso que ejecuta una acción directa, incrementa esfuerzos para evitar los estresores y disminuir efectos negativos.
- Planificación de actividades. Concierne en la idea de manejarse ante el estresor constituyendo estrategias de acción, pensar qué paso, dar y establecer mejor manera de manejo del conflicto.
- Suprimir otras actividades. Es hacer a un lado o que deje que pasen proyectos y evitar distraerse, para evitar estresores.
- Postergación de afrontamiento. Es esperar una oportunidad adecuada para una actuación del problema.
- Búsqueda de apoyo social por razón instrumental. Es buscar en el resto un consejo o información y solucionar conflictos.

b) *Estilos de afrontamiento social y emocional.*

Se dirige a la expresión de emociones desencadenantes por fuente estresante. Sus estrategias son:

- Búsqueda de Apoyo social por razón emocional. Radica buscar apoyo moral, empatía y comprensión y así dar alivio a la reacción emocional.

- Reinterpretación positiva y desarrollo personal. Es valorar conflicto positivamente, otorgando connotación favorable a la misma experiencia y en algunos casos se asume como aprendizaje para futuro.
- Aceptación de situación. Encierra dos aspectos en el afrontamiento. Primero se hace en la evaluación primaria, si admite la persona el contexto que estresa existe, y segundo es evaluación secundaria y es admitir realidad como hecho de convivencia y no se puede variar.
- Acudir a la religión. Tender a apegarse a religión cuando se está en situación estresante para así reducir tensión que existe.
- Análisis de emociones. Tiene dos elementos en cuanto a desarrollo del afrontamiento. Primero acepta que existe el estrés y dada en la etapa primaria de la evaluación, el segundo es en evaluación secundaria, radicando en aceptar el estrés y debe convivir con esto, luego no varía con el tiempo. Propone reducir esfuerzos comportamentales y cognitivos que se orienta al caso estresante; luego, el individuo pierde en el logro de lo que quiere con estos el estrés interfiere.

*c) Estilos de afrontamiento centrado en otros estilos*

Señalados por Carver, et al. (1989): están centrados en declinar todo tipo de acción ante el evento estresor.

- Negación del problema. El cual consiste en negar el problema, o creer que no existe. Es decir, el sujeto desestima hacer frente al problema, lo evita y huye. Una autoestima alta supone un bajo empleo del indicador de afrontamiento evasión o negativa.
- Conductas inadecuadas. Vienen a ser el decrecimiento de

la determinación comportamental e intelectual direccionado al evento estresante, la persona declina lograr sus propósitos con los que interfiere el estrés.

- Distracción de la mente. Tiene lugar en el momento que la persona posibilita su distracción de la valoración de las situaciones comportamentales o del propósito con el cual el estrés genera interferencia, a causa de la presencia de distintas actividades.

### 3.3 Marco conceptual

**Afrontamiento.** Son diversas circunstancias que se afronta durante la vida, se da las prácticas de conducta, pensamiento, reevaluación de creencias y luego conseguir un cambio de cierta situación o se dirige de forma adecuada nuestras emociones (Ríos, 2019)

**Confianza:** Es el estado tranquilo derivado de la convicción de la confiabilidad en el mundo que circunda, el cual se percibe dispuesto al objeto (Baca, 2014)

**Ecuanimidad:** Denota perspectiva que se balancea de la vida propia y experiencia, tomando tranquilamente las cosas y moderan actitudes frente a la adversidad (Gallardo, 2020)

**Estrés.** Mecanismo puesto en marcha si la persona se encuentra envuelta por mucha situación superando sus recursos. Entonces estas se observan superadas al tratar de cumplir con demandas exigidas de superación (Gallardo, 2020)

**Perseverancia.** Es la voluntad y temple de seguir con el esfuerzo, no presentando contratiempos, con los cuales alcanza la meta (concepto.de, 2016)

**Resiliencia.** Virtud consistente en superarse y adaptarse a tiempos desfavorables, teniendo la confianza de salir adelante muy a pesar de cualquier cosa (Habitat, 2020)

**Satisfacción personal:** Comprensión de lo que significa la vida y la contribución que se da a esta (García & Mariátegui, 2020)



## IV. METODOLOGÍA

### 4.1. Tipo y Nivel de Investigación

El tipo es básico, de enfoque cuantitativo a través de este estudio según Sánchez et al. (2018) permite expandir la información y las teorías relacionadas con las variables, este conocimiento se puede acrecentar sin llegar a un propósito práctico o sustancial.

De nivel correlacional, esto se debe a que se utiliza para determinar el valor de correlación entre variables de investigación de única muestra de sujetos (Sánchez et al. 2018)

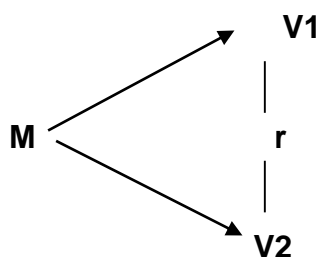
El enfoque fue cuantitativo, Hernández y Mendoza (2018) utilizando la recopilación de información será posible realizar cálculos numéricos y estadísticos para probar hipótesis establecidas, establecer modelos de comportamiento y probar enfoques teóricos del problema.

### 4.2. Diseño de Investigación

No experimental siguiendo lo referido por Hernández y Mendoza (2018), analiza los fenómenos observados en el medio natural a partir de las variables producidas sin ninguna manipulación intencionada.

Asimismo, es de corte transversal posibilita recopilar todos los datos a la vez. Su propósito es explicar y analizar los efectos y correlaciones de variables en un momento dado (Sánchez et al., 2018).

El diseño no experimental, transversal, correlacional con el esquema:



Donde:

M = Usuaris del centro especializado en violencia familiar de san juan de Lurigancho

V1 = Resiliencia

V2 = afrontamiento al estrés

r = Relación entre variables de estudio.

### **4.3. Población - Muestra**

#### **4.3.1. Población**

Hernández y Mendoza (2018), dicen población es “conjunto de elementos (unidades de análisis) del dominio espacial para el que se realiza el estudio” (p. 236).

La población considerada en nuestro estudio es de 70 usuarias mujeres que asisten al Centro Especializado en violencia familiar de San Juan de Lurigancho, mayores de 18 años y que aceptaron colaborar con el estudio.

#### **4.3.2. Muestra**

Baena (2017) la muestra es “una porción que representa el universo estudiado”. Se logra por diferentes procedimientos los cuales involucran dos tipos principales: muestreo probabilístico y no probabilístico (p. 125). Este estudio, la población era pequeña, las instalaciones se mantuvieron y se consideró muestra a la población. Así la muestra es censal, para esta encuesta incluyó a toda la población 70 usuarias mujeres que asisten al Centro Especializado en violencia familiar de San Juan de Lurigancho

#### **4.4. Hipótesis General y Específicos**

##### **4.4.1. Hipótesis General**

HA. Existe relación entre la resiliencia y el afrontamiento al estrés en usuarias del centro especializado en violencia familiar de San Juan de Lurigancho, 2021.

H0 No existe relación entre la resiliencia y el afrontamiento al estrés en usuarias del centro especializado en violencia familiar de San Juan de Lurigancho, 2021.

##### **4.4.2. Hipótesis Específicos**

H1: Existe relación entre la ecuanimidad y el afrontamiento al estrés en usuarias del centro especializado en violencia familiar de San Juan de Lurigancho, 2021

H0: No existe relación entre la ecuanimidad y el afrontamiento al estrés en usuarias del centro especializado en violencia familiar de San Juan de Lurigancho, 2021

H2: Existe relación entre la perseverancia y el afrontamiento al estrés en usuarias del centro especializado en violencia familiar de San Juan de Lurigancho, 2021

H0: No existe relación entre la perseverancia y el afrontamiento al estrés en usuarias del centro especializado en violencia familiar de San Juan de Lurigancho, 2021

H3: Existe relación entre la confianza en sí mismo y el afrontamiento al estrés en usuarias del centro especializado en violencia familiar de San Juan de Lurigancho, 2021

H0: No existe relación entre la confianza en sí mismo y el afrontamiento al estrés en usuarias del centro especializado en violencia familiar de San Juan de Lurigancho, 2021

H4: Existe relación satisfacción personal y el afrontamiento al estrés en usuarias del centro especializado en violencia familiar de San Juan de Lurigancho, 2021

H0: No existe relación satisfacción personal y el afrontamiento al estrés en usuarias del centro especializado en violencia familiar de San Juan de Lurigancho, 2021

H5: Existe relación entre el sentirse bien solo y el afrontamiento al estrés en usuarias del centro especializado en violencia familiar de San Juan de Lurigancho, 2021.

H0: No existe relación entre el sentirse bien solo y el afrontamiento al estrés en usuarias del centro especializado en violencia familiar de San Juan de Lurigancho, 2021.

## **4.5. Identificación de las Variables**

### **4.5.1 Resiliencia**

Reside en el conocimiento de características particulares de la persona en lo que es la personalidad y moderación de aspectos estresantes y su adaptación (Wagnild & Young, 1993)

### **4.5.2 Afrontamiento del estrés**

Carver (1989) define son respuestas a sucesos exteriores estresores o deprimentes que un individuo hace de manera abierta o encubierta”

#### 4.6. Operacionalización de variables

**Tabla 1.** *Definición operacional*

<b>VARIABLES</b>	<b>Definición Conceptual</b>	<b>Definición Operacional</b>	<b>Dimensiones</b>	<b>Indicadores</b>	<b>Ítems</b>	<b>Escala</b>
Resiliencia	Es conocer las características en particular de una persona en cuanto a su personalidad y moderar los aspectos tanto de estrés como de su adaptación (Wagnild y Young, 1993).	Variable tipo cuantitativa y con dimensiones como lo Ecuánime, Perseverar, Confiar en sí mismo, Satisfacción personal, Sentir que está bien solo. Para la operacionalidad se da en tres rangos, considerándose: Resiliencia alta, media, baja. Novella (2002)	<p>Ecuanimidad</p> <p>Perseverancia</p> <p>Confianza en sí mismo</p> <p>Satisfacción personal</p> <p>Sentirse bien solo</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Identifica su competencia personal</li> <li>• Muestro tranquilidad y mesura</li>   <li>• Identifica su meta personal</li> <li>• Identifica su disciplina</li> <li>• Reconoce sus fortalezas</li> <li>• Reconoce sus limitaciones</li>   <li>• Confianza en el mismo.</li> <li>• Reconoce su energía</li> <li>• Ayuda hacia el prójimo</li> <li>• Actitud de calma ante el problema</li>   <li>• Actitud de alegría y regocijo</li> <li>• Reconoce sus metas personales</li> <li>• Acepta sus virtudes y logros</li>   <li>• Reconoce su libre albedrío.</li> <li>• Mentalidad abierta</li> <li>• Valora su vida y su autoconocimiento</li> </ul>	<p>8,11,7,12</p> <p>1,4,14,15,23,2,20</p> <p>6,9,10,17,24,13,18</p> <p>16,21,25,22</p> <p>3,5,19</p>	<p>Se utilizó la escala de Likert</p> <p>1. Totalmente en desacuerdo</p> <p>2. En desacuerdo</p> <p>3. Parcialmente en desacuerdo</p> <p>4. Indiferente</p> <p>5. Parcialmente de acuerdo.</p> <p>6. De acuerdo</p> <p>7. Totalmente de acuerdo</p>

<b>Variables</b>	<b>Definición Conceptual</b>	<b>Definición Operacional</b>	<b>Dimensiones</b>	<b>Indicadores</b>	<b>Ítems</b>	<b>Escala</b>
Afrontamiento al estrés	Manera particular y característica de reacción ante cualquier situación de peligrosidad, daño en esfuerzos de manejo, tolerar, disminución y prevenir la angustia, amenaza, daño para retomar el equilibrio	Resultado de la medición de las estrategias de Afrontamiento a través del Inventario de Estimación del Afrontamiento (COPE) creado por Carver, Scheier, y Weintraub en 1989, constituido por 28 ítems, distribuidos en 14 indicadores y 3 dimensiones	Estilos de afrontamiento dirigido a la tarea  Estilos de afrontamiento social y emocional  Estilos de afrontamiento evitativo	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Afrontamiento activo</li> <li>• Planificación de actividades</li> <li>• Supresión de otras actividades</li> <li>• Postergación del afrontamiento</li> <li>• Búsqueda de Apoyo Social</li>   <li>• Busca soporte emocional</li> <li>• Reinterpretación positiva y Desarrollo Personal</li> <li>• Aceptación de Situación</li> <li>• Acudir a Religión</li> <li>• Análisis de Emociones</li>   <li>• Negación del Problema</li> <li>• Conductas Inadecuadas</li> <li>• Distracción de Mente</li> <li>• Autoinculpación por lo sucedido.</li> </ul>	<p>3, 10, 6, 4, 2, 21, 22, 26.</p> <p>23, 28, 27, 12, 19, 16, 20, 14, 9, 18, 17</p> <p>5, 11, 13, 1, 15, 7, 24, 25, 8</p>	<p>Se utilizó la escala ordinal</p> <p>Nunca hago esto = 1 Hago esto un poco = 2 Hago esto bastante = 3 Siempre hago esto = 4</p>

## **4.7. Recolección de datos**

Con fin de lograr la respectiva información, se efectuó la coordinación con la dirección del centro para la explicación sobre el trabajo que se investiga y la confidencialidad de datos. Después que se aceptó en el centro el estudio, se coordinó fecha y hora para realizar la labor de campo. La recolección de datos del instrumento fue realizada en forma virtual, mediante la presentación del formulario google forms, los resultados fueron organizados en una data de Microsoft Excel 2020.

Para desarrollar la investigación, se realizó indagación de textos científicos relacionadas con las variables de estudio, con el fin de conocer las definiciones, teorías que lo sustentan, las causas, consecuencias y resultados estadísticos, a su vez se logró encontrar los instrumentos de evaluación idóneos para ser aplicados a la muestra.

### **4.7.1. Técnicas**

Las encuestas pueden recopilar información directamente de la muestra. Según el concepto de Estela y Moscoso (2019), “es un método de investigación para recolectar, procesar y analizar información sobre un objetivo de investigación” (p. 77).

### **4.7.2. Instrumentos**

En cuanto al instrumento para la recolección en la investigación fueron dos cuestionarios, donde los colaboradores respondieron a las preguntas, los cuales se describen a continuación.

#### **1. Cuestionario de Resiliencia**

El cuestionario de Resiliencia fue construido en 1988 por Wagnild y Young (ER), y se revisó por ellos mismos el año 1993; denominando al instrumento “Escala de resiliencia”, nace

en Estados Unidos; aunque en Perú ya se hizo la respectiva adaptación de Novella el 2002.

Se compone de 25 ítems, que su puntaje está en escala tipo Likert conformado por 7 puntos, 1 es desacuerdo, y 7 de acuerdo. Participantes deberán indicar su grado de conformidad por cada ítem pues todo ítem se califica de manera positiva; los puntajes máximos indicarán alta resiliencia, con rango que va desde 25 a 175 puntos.

La prueba cuyo objetivo es el establecimiento del nivel de resiliencia, rangos 0-120 “poca resiliencia”, 121-146 “resiliencia moderada” y 147-175 “resiliencia mayor” aplicar individual o colectivamente, entre 25 a 30 min., y se tiene a los adolescentes y adultos para aplicarles este instrumento.

**La validez y confiabilidad de escala;** validez concurrente se muestra en índices altos de correlación en ER (Escala de Resiliencia) se establece medición bien determinadas en cuanto a constructos que se vinculan a la resiliencia, por otro lado, se calcula coeficiente alfa como interna consistencia global de 0.875. Kaiser expone el criterio donde identifica satisfacción personal, ecuanimidad, sentirse bien solo, confianza en su mismo, perseverancia como factores.

Se da con una validez a priori, ya que ítems se escogieron según reflejan la definición resiliencia, por investigadores, dos psicometristas y dos enfermeras. Cada ítem se redactó de manera positiva. Se usó análisis factorial que valora internamente la estructura del cuestionario, con técnica de componente principal y rotación oblimin, la cual muestra 5 factores los cuales no se encuentran correlacionados entre sí.



La prueba piloto obtuvo confiabilidad que se calculó por método consistencia interna y coeficiente alfa de Cronbach 0.89 (Novella, 2002).

## **2. Cuestionario afrontamiento al estrés – BRIEF COPE (COPING ESTIMATION)**

El nombre original es COPE (COPING ESTIMATION) fue construido en 1989 por Carver, Scheier, & Weintraub y Traducida al español por Salazar C. Víctor en el año 1993 y luego adaptada por Leguía (2019). Está compuesta de 28 ítems, en 3 áreas o dimensiones: Afrontamiento que se dirige a la tarea, Afrontamiento social y emocional, evitativo, en escala tipo Likert de 4 puntos: Nunca hago esto, Hago esto un poco, Hago esto bastante y Siempre hago esto, correspondiendo los valores 1, 2, 3 y 4 respectivamente. Su nivel de aplicación es para hombres y mujeres de más de 16 años.

En la determinación de frecuencia al emplear el mecanismo de afrontamiento, se considera las que tuvieron alto puntaje, esto indicaría que se trata de formas comunes en que afronta el individuo las cargas de estrés.

El indicador está en función a puntuación como: 25-49 Puntos: muy pocas veces emplea la forma, 50-75 Puntos: Depende de la circunstancia y 76-100 puntos: manera en que frecuentemente se afronta el estrés.

### **Validez y confiabilidad**

Validez, considerando a adultos mayores de edad, realiza análisis factorial exploratorio utilizando análisis con rotación oblicua y extracción de principales componentes comprobó lo pertinente del uso del mismo pues se alcanzó el valor

adecuado [KMO=0.70,  $\chi^2 = 724.32$ ,  $p < .001$ ].

Del mismo modo, se consideró la confiabilidad de Leguía (88), y además se calculó la Confiabilidad del instrumento en el estudio, aplicándose el coeficiente de Alfa de Cronbach para hallar el índice del suficiente nivel de coherencia interno de la prueba requerida obteniéndose un 0,775 que lo ubica en una alta confiabilidad

### **Propiedades psicométricas del piloto**

Se aplica la prueba piloto como ratificación de resultados a 30 usuarias del Centro Especializado en violencia familiar de San de Lurigancho. La medición de validez de contenido de los instrumentos usó el coeficiente de V de Aiken y obtuvo 1,00 como valor en los dos instrumentos esto indica grado alto de validez y son aplicables.

La medición de confiabilidad por medio del coeficiente de correlación alfa de Cronbach y se obtuvo para el instrumento de resiliencia un resultado de ,944 lo que indica muy alta confiabilidad; y para el instrumento afrontamiento al estrés un resultado de ,788 lo que indica una alta confiabilidad. (ver anexo 2)

### **4.7.3. Análisis e Interpretación de datos**

A través de Prueba de V de Aiken se procedió a evaluar tanto validez de contenido, así como Alfa de Cronbach lo cual se utilizó para la evaluación de la confiabilidad de inventarios. Asimismo, al obtener los datos requeridos se trasladaron al programa SPSS-26 efectuando la prueba de normalidad Kolmogorov – Smirnov, seguidamente se hizo correlación de Spearman obteniéndose correlación estadística, finalmente la interpretación de análisis estadísticos que se halló con estadístico inferencias y descriptivo organizados en frecuencias y porcentajes.

## V. RESULTADOS

**Tabla 2.** Descripción sociodemográfica de la población

Estado civil	f	%
Solteras	23	33%
Casadas	41	59%
Convivientes	6	8%
Total	70	100%
Grado de Instrucción	f	%
Primaria	40	57%
Secundaria	18	25%
Superior	12	18%
Total	70	100%
Edades (Grupos etarios)	f	%
18 - 30	6	8%
31 - 50	41	58%
51 - 65	23	34%
Total	70	100%

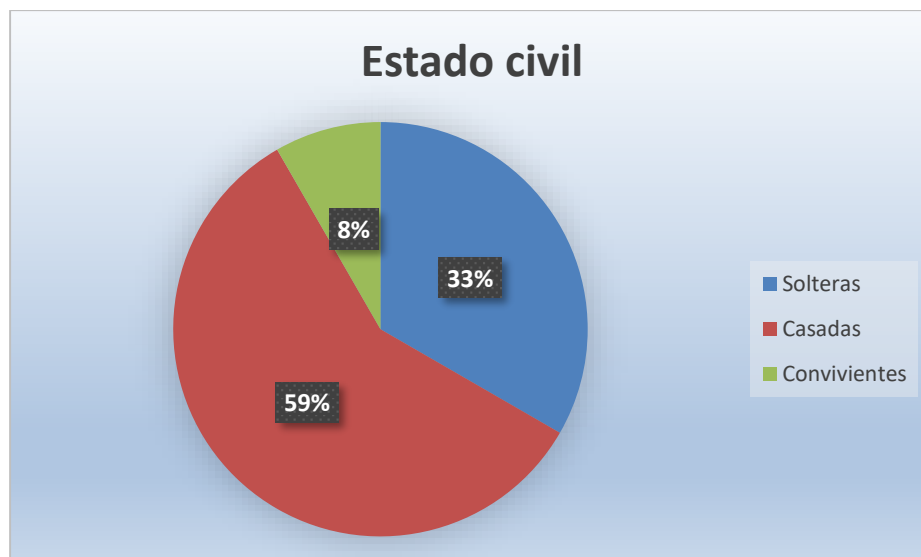


Figura 1. Descripción por estado civil

En la Tabla 2 y figura 1, del 100% (70) de encuestados, el 59% (41) son casadas, el 33% (23) son solteras y el 8% (6) son convivientes.

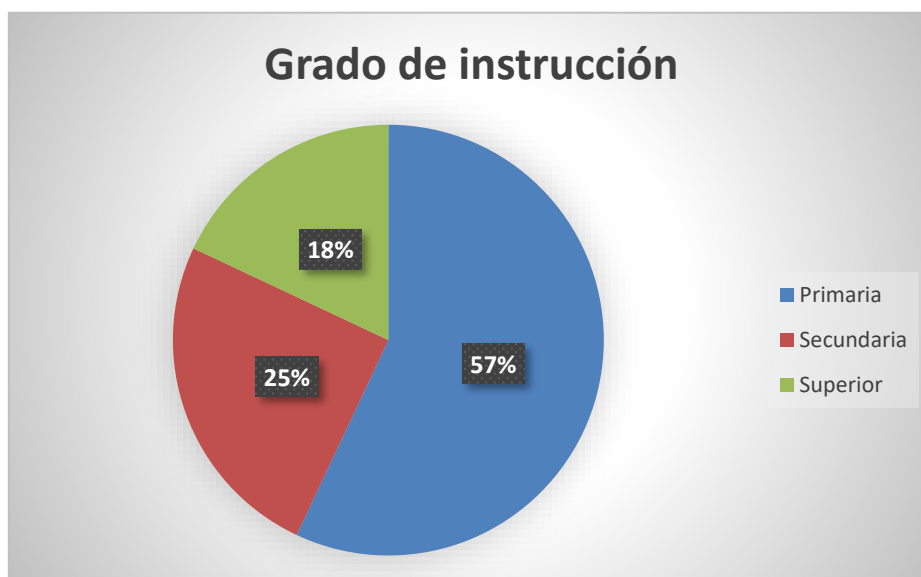


Figura 2. Descripción por Grado de instrucción

En la Tabla 2 y figura 2, del 100% (70) de encuestados, el 57% (40) pertenecen al grado de instrucción de primaria, el 25% (18) a secundaria y el 18% (12) a superior.

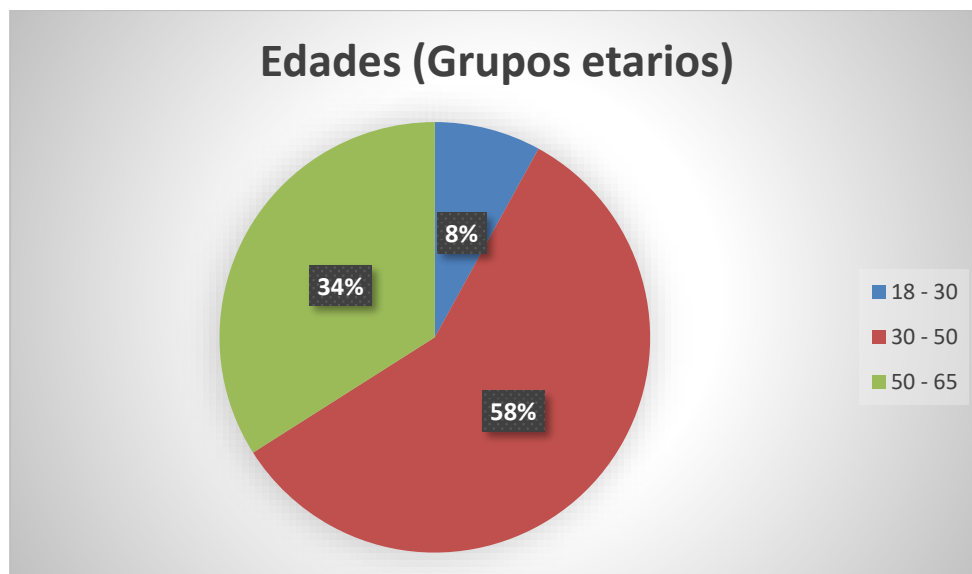


Figura 3. Descripción por edades (grupos etarios)

En la Tabla 2 y figura 3, del 100% (70) de encuestados, el 58% (41) pertenecen a las edades de 30 a 50 años, el 34% (23) a las edades de 50 a 65 años y el 8% (6) se encuentran entre las edades de 18 a 30 años de edad.

## 5.1 Presentación de Resultados

**Tabla 3.** Descripción de niveles de resiliencia

Niveles	f	%
Escasa resiliencia	5	7,2%
Moderada resiliencia	11	15,7%
Mayor resiliencia	54	77,1%
Total	70	100%

*Nota.* Análisis estadístico (2021)

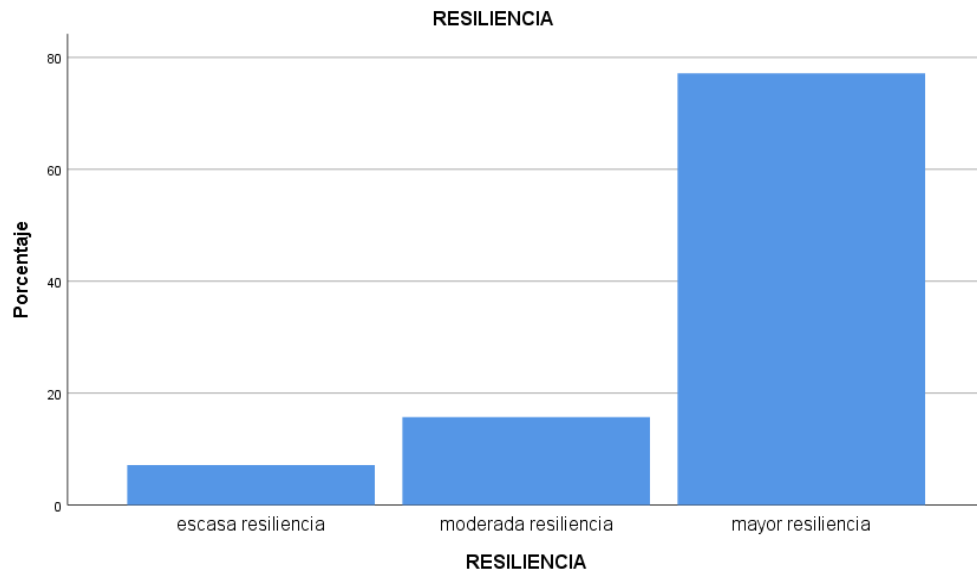


Figura 4. Descripción de niveles de resiliencia

En la Tabla 3 y figura 4, del 100% de encuestados, en la variable resiliencia predominó la mayor resiliencia con 77,1%, seguido por la moderada resiliencia con un 15,7% y una escasa resiliencia con un 7,2% en las usuarias del Centro Especializado en violencia familiar de San Juan de Lurigancho.

**Tabla 4.** Descripción de niveles de afrontamiento al estrés

Niveles	f	%
Muy pocas veces emplea esta forma	0	0%
Depende de la circunstancia	59	84,3%
Forma frecuente de afrontar el estrés	11	15,7%
Total	70	100%

Nota. Análisis estadístico (2021)

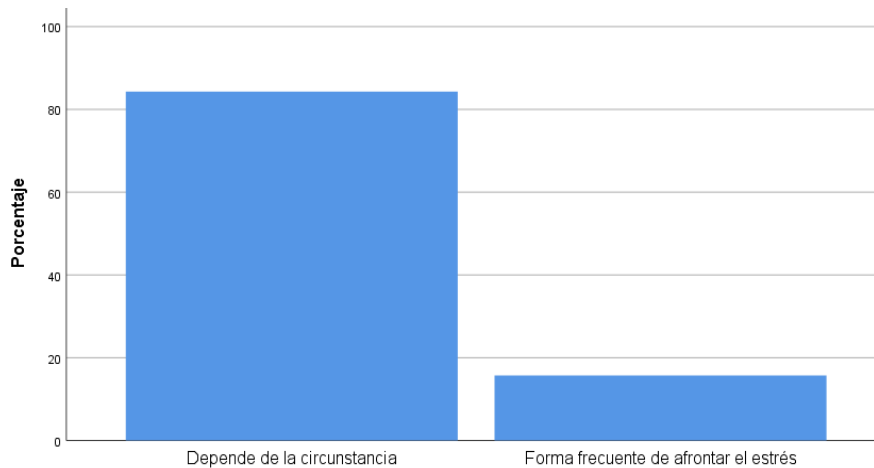


Figura 5. Descripción de niveles de afrontamiento al estrés

En la Tabla 4 y figura 5, del 100% de encuestados, en la variable afrontamiento al estrés predominó la dimensión, depende de las circunstancias con 84,3%, seguido por la dimensión forma frecuente de afrontar el estrés con un 15,7% en las usuarias del Centro Especializado en violencia familiar de San Juan de Lurigancho.

**Tabla 5.** Prueba de normalidad Kolmogorov – Smirnov para Resiliencia y afrontamiento al estrés

Variables	Kolmogorov – Smirnov		
	Estadístico	Gl	Sig.
Resiliencia	,147	70	,001
Afrontamiento al estrés	,086	70	,200

\*. Esto es límite inferior de significación verdadera.

a. Corrección de significación de Lilliefors

En Tabla 5, la variable resiliencia muestra un índice de significancia p menor a .05 por lo que se ajustó a distribución no normal y, afrontamiento al estrés un índice de significancia p mayor a ,05 ajustándose a una distribución normal. Por lo que se usa el coeficiente de correlación de Spearman.

**Tabla 6.** Prueba correlación Rho de Spearman entre Resiliencia y afrontamiento al estrés

<b>Variable</b>	<b>Afrontamiento al estrés</b>	
<b>Resiliencia</b>	Rho	,087
	p	,477
	N	70

Tabla 6, se tiene la correlación entre Resiliencia y afrontamiento al estrés fue no significativa. Entonces, no existe relación entre la resiliencia y el afrontamiento al estrés en usuarias del centro especializado en violencia familiar de San Juan de Lurigancho.

**Tabla 7.** Prueba correlación Rho de Spearman entre ecuanimidad y afrontamiento al estrés

<b>Variable</b>	<b>Afrontamiento al estrés</b>	
<b>Ecuanimidad</b>	Rho	,041
	p	,734
	N	70

En la Tabla 7, se observa que la correlación entre ecuanimidad y estilos de afrontamiento al estrés no es significativa. Por lo tanto, No existe relación entre ecuanimidad y el afrontamiento al estrés en usuarias del centro especializado en violencia familiar de San Juan de Lurigancho.



**Tabla 8.** Prueba correlación Rho de Spearman entre perseverancia y afrontamiento al estrés

<b>Variable</b>	<b>Afrontamiento al estrés</b>	
<b>Perseverancia</b>	Rho	,143
	p	,236
	N	70

En Tabla 8, se observa que en las usuarias del centro de violencia familiar la correlación entre perseverancia y afrontamiento al estrés es no significativa. Por lo tanto, No existe relación entre perseverancia y el afrontamiento al estrés en usuarias del centro especializado en violencia familiar de San Juan de Lurigancho.

**Tabla 9.** Prueba correlación Rho de Spearman entre confianza en sí mismo y afrontamiento al estrés

<b>Variable</b>	<b>Afrontamiento al estrés</b>	
<b>Confianza en sí mismo</b>	Rho	,090
	p	,457
	N	70

En la Tabla 9, la correlación entre confianza en sí mismo y afrontamiento al estrés fue no significativa. Por lo tanto, No existe relación entre confianza en sí mismo y el afrontamiento al estrés en usuarias del centro especializado en violencia familiar de San Juan de Lurigancho

**Tabla 10.** Prueba correlación Rho de Spearman entre satisfacción personal y afrontamiento al estrés

<b>Variable</b>	<b>Afrontamiento al estrés</b>	
<b>Satisfacción personal</b>	Rho	,000
	P	1,000
	N	70

En la Tabla 10, la correlación entre satisfacción personal y afrontamiento al estrés fue no significativa. Entonces, No existe relación entre satisfacción personal y el afrontamiento al estrés en usuarias del centro especializado en violencia familiar de San Juan de Lurigancho.

**Tabla 11.** Prueba correlación Rho de Spearman entre sentirse bien solo y afrontamiento al estrés

<b>Variable</b>	<b>Afrontamiento al estrés</b>	
<b>Sentirse bien solo</b>	Rho	,085
	P	,485
	N	70

En la Tabla 11, la correlación entre sentirse bien solo y afrontamiento al estrés fue no significativa. Por lo tanto, No existe relación entre sentirse bien y el afrontamiento al estrés en usuarias del centro especializado en violencia familiar de San Juan de Lurigancho.

## 5.2 Interpretación de los resultados

Después de comprobar la hipótesis general, se evidenciaron en los resultados que no existe correlación entre las variables de Resiliencia y Estrategias de Afrontamiento al estrés, detallando que no existe significancia ( $p=0,477$ ), a lo cual concluye que se acepta la hipótesis nula y se rechaza la hipótesis alterna.

De igual modo, en la hipótesis específica N° 1, se comprobó que no existe relación significativa ( $p=0,734$ ) entre la dimensión Ecuanimidad y la variable afrontamiento al estrés, de tal forma, que se acepta la hipótesis nula y se rechaza la hipótesis alterna.

Dentro de la hipótesis específica N° 2, se encontró que no existe relación significativa ( $p=0,236$ ) entre la dimensión perseverancia y la variable afrontamiento al estrés, denotando que se rechaza la hipótesis alterna aceptándola la hipótesis nula.

En la hipótesis específica N° 3, se halló que no existe relación significativa ( $p=0,457$ ) entre la dimensión confianza en sí mismo y la variable afrontamiento al estrés, aceptando la hipótesis nula y rechazando la alterna. Dentro de la hipótesis específica N° 4, se evidenció que no existe correlación significativa ( $p=1,0$ ) entre la dimensión de satisfacción personal y la variable afrontamiento al estrés, aceptando la hipótesis nula y rechazando la hipótesis alterna. Finalizando en la hipótesis específica N° 5, se halló que no existe correlación significativa ( $p=0,485$ ) entre la dimensión de sentirse bien solo y la variable afrontamiento al estrés, a lo que se rechaza la hipótesis alterna y se acepta la hipótesis nula.

## VI. ANÁLISIS DE LOS RESULTADOS

### 6.1 Análisis descriptivo de los resultados

Los resultados encontrados fueron procesados de acuerdo a la base de una muestra que está constituida por 70 usuarias del Centro Especializado en violencia familiar de San Juan de Lurigancho.

De acuerdo a los niveles de la primera variable de Resiliencia, en la tabla 2 y gráfico 1, se observa que el 77,1% (54) de las usuarias del Centro Especializado en violencia familiar de San Juan de Lurigancho reflejan un nivel mayor de Resiliencia, el 15,7% (11) muestran un nivel de moderada resiliencia, mientras que solo el 7,2% (5) refieren tener un nivel menor de resiliencia.

Con respecto a los niveles de la segunda variable de afrontamiento al estrés, en la tabla 3 y gráfico 2, se evidencia que el 84,3% (59) tiene un nivel de afrontamiento depende de la circunstancia y solo el 15,7% presentó un nivel de forma frecuente de afrontar el estrés.

Continuando con los resultados obtenidos en referencia a la hipótesis general, se precisa que la correlación entre las variables de Resiliencia y afrontamiento al estrés se halló que no tiene significancia con un valor de  $p > 0,05$ ; a lo cual denota que ambas variables no se relacionan, por lo cual se indica que se rechaza la hipótesis alterna y se acepta la hipótesis nula.

Así mismo, con los resultados obtenidos de acuerdo a la primera hipótesis específica, se hallaron en los datos que no hay significancia ( $p > 0,05$ ) en la correlación entre la dimensión de ecuanimidad y afrontamiento al estrés, señalando así que no existe relación ni directa o inversa entre ambas variables. Es por aquello, que se rechaza la hipótesis alterna, por lo que se acepta la hipótesis nula planteada en la investigación.

Seguidamente, dentro de la segunda hipótesis específica se planteó la existencia de una relación entre la dimensión de perseverancia y

afrontamiento al estrés, a lo cual se encontró en los resultados que no existe relación directa ni significativa ( $p>0,05$ ), rechazando de dicho modo la hipótesis alterna y aceptando la hipótesis nula.

Específicamente, en la tercera hipótesis se señaló si existe relación entre la dimensión de confianza de sí mismo conjuntamente con afrontamiento al estrés en usuarias del centro especializado en violencia familiar, obteniendo dentro de los resultados que no existe relación significativa ( $p>0,05$ ) entre ambas variables, a lo que se acepta la hipótesis nula rechazando la hipótesis alterna propuesta del estudio.

De igual manera, en la cuarta hipótesis específica se indicó si existe relación entre la dimensión de satisfacción personal con la variable afrontamiento al estrés en usuarias del centro especializado en violencia familiar, detallando en los resultados que no existe significancia ( $p>0,05$ ), por lo que preestablece que no existe relación entre ambas variables, es así que, se acepta la hipótesis nula y se rechaza la hipótesis alterna.

Igualmente, en la quinta hipótesis específica se planteó existe relación entre la dimensión sentirse bien solo con la variable afrontamiento al estrés en usuarias del centro especializado en violencia familiar, a lo que dentro de los resultados se halló que no hay significancia ( $p>0,05$ ) por lo que preestablece que no existe relación directa ni inversa entre ambas variables, a lo cual conlleva a rechazar la hipótesis alterna, aceptando la hipótesis nula.

## **6.2 Comparación resultados con marco teórico**

Dichos datos obtenidos no se contrastan con investigación de Fernández et al. (2020), pues el autor descubrió en su estudio que, si existe una asociación directa entre dichas variables, por lo que estableció que a mayor resiliencia de igual manera será mayor el nivel de técnicas sobre estilos de afrontamiento al estrés.

Del mismo modo, no concuerda con el estudio realizado por Vivas (2020), pues el investigador reveló relación de forma directa y positiva en las variables, que precisó que mientras que una variable sube o aumenta la otra también subirá. Así mismo, difiere con la investigación planteada por García (2019), pues dio a conocer que si existe un vínculo significativo entre la resiliencia con la influencia de estrategias de afrontamiento al estrés infiriendo de dicha manera que la persona ejerce un autocontrol ante la presión o estrés de una situación o actividad.

Es así que, se opone a lo mencionado por Fínez & Morán (2017), pues referían que la resiliencia es un proceso en la cual las personas se adaptan de manera asertiva ante las grandes adversidades que se presentan en la vida por lo que permite recuperarse rápidamente de dichas situaciones. Además, de la misma forma, no se asemeja a lo planteado por Grotberg (1996) con su modelo del desarrollo psicosocial referido a la resiliencia, pues el autor señala que es una respuesta generada ante un adversidad la cual se mantiene o presenta un momento predeterminado en la vida, lo cual le permite enfrentar dicha adversidad generando a su vez estrategias o técnicas para poder afrontarlo evitando caer en un estrés o presión.

De esta manera, es que se indica que los usuarios que asisten al centro mencionado no vinculan directamente los indicadores o características de resiliencia con estilos de afrontamiento al estrés ante cualquier adversidad, esto quizás se debe, a que dichas personas no mantienen una capacidad afrente en todas las situaciones que atraviesan pues en una les resulta más fácil resolverlas y en otras quizás no, por lo que su capacidad de resiliencia tampoco les ayuda para atravesar dicha situación por lo que tampoco se adaptan fácilmente y esto les conlleva a sentirse abrumados.

Siguiendo con los resultados se reflejó que no existe relación entre la dimensión ecuanimidad y afrontamiento al estrés. Es así que, los datos sustentados anteriormente no concuerdan con el estudio realizado por Chuquillanqui & Villanes (2020), pues los autores corroboraron que, si existe una asociación directa y significativa entre las variables, refiriendo que ambas suben disminuyen al mismo tiempo.

Igualmente, con la investigación llevada a cabo por Arias (2020), discrepa en sus resultados con dicho autor, este halló que hay relación significativa entre variables a lo cual puntualizó personas las cuales presenten mayor nivel de resiliencia en la dimensión ecuanimidad presentarán una tendencia a afrontar de una mejor manera el estrés enfocando en el problema en una situación determinada.

Por aquello, no se asemeja a lo manifestado por Wolin y Wolin (1993), pues los autores en su modelo teórico del desafío sobre la resiliencia, refieren que un indicador de riesgo desafío que se presente en una situación la cual represente daño o pérdida generará capacidad de afronte como mecanismo de defensa positivo o también llamado un escudo de resiliencia lo cual impedirá que dichos indicadores dañen a la persona, generando contrariamente un beneficio pues lo transforman dichos hechos negativos en positivos desarrollando optimismo y construyendo un indicador de superación.

Esto quiere decir, que los usuarias que acuden al centro especializado en violencia familiar, no vinculan directamente dichos temas, por lo que desigualan sus características de ambas variables, deduciendo que esto se debe quizás a que, dichos usuarias al momento de enfrentar una situación perturbadora o negativa son capaces de resolverlo rápidamente aplicando cierto tipo de técnicas o estrategias pero que sin embargo esto no regula ni tampoco es controlado por la estabilidad o compostura emocional, viéndose expuesto a ciertos factores los cuales le pueden generar un

desequilibrio psicológico.

Seguidamente se encontró que no existe relación significativa entre la dimensión perseverancia y estilos de afrontamiento al estrés, a lo cual determina que ambas variables no se asocian. De acuerdo a lo anterior, dichos datos discrepan con la investigación elaborada por Huanay (2019), pues el investigador dio a conocer en su estudio que si existe una asociación significativa en los niveles de ambas variables. De igual modo, discrepa con la investigación ejecutada por Espinoza (2021), pues el autor dentro de los datos que halló infirió hay asociación positiva pero baja entre las variables. Ante ello, no se asemeja con lo que planteó Wagnild y Young (1993), ya que los autores referían que la persona que se mantenía firme frente a las situaciones adversas o complejas permite continua con los objetivos personales y sobresalir ante eso, a lo que a su vez se ejerce una autorregulación generando un manejo de afronte adecuada ante ello con perseverancia.

Es decir, los usuarias que asisten al centro especializado en violencia familiar no vinculan directamente las características de dichas variables, por lo que los diferencian una de otra, esto quizás se debe, a que, dichos usuarias muestran que el ser constante a enfrentar una situación negativa y que quizás se pueda resolver no significa a que la persona no se abrume o tense ante dicha situación, por lo que puede ser que el usuario no sabe cómo canalizar dicha emoción la cual le causa estrés y no le genera un estabilidad.

Continuando, se obtuvo que no existe relación entre la dimensión de confianza de sí mismo con los estilos de afrontamiento al estrés. Por aquello, según los datos obtenidos anteriormente, discrepan con la investigación llevada a cabo por Ramos & Yucra (2019), pues ambos autores revelaron que existe una relación significativa, y encuentra un vínculo entre el nivel de confianza en sí mismo con estilos de afrontamiento al estrés lo cual muestra a nivel conductual se maneja mejor situación de desafío que enfrente la



persona.

De igual manera, no se asemeja a lo referido por Baca (2013), en el cual menciona que una persona para poder enfrentar y sobreponerse ante un episodio negativo debe poseer rasgos positivos los cuales le conlleven a tener conducta de afrontamiento con la finalidad de salir victorioso de dicha situación, esto se refiere a poseer una resiliencia confiando en sí mismo, permitiéndole afrontar de manera optimista.

Esto significa, que los usuarios del centro especializado en violencia familiar no vinculan dichas variables de manera directa, por lo que quizás se debe, a que dichas personas reconocen las fortalezas y debilidades que puedan poseer pero, que sin embargo, al momento de enfrentar y resolver una situación no indica que se pueda usar ciertas técnicas para evitar caer en una tensión o presión emocional, pues la persona de igual manera puede llegar a sentir el estrés y abrumarse ante dicha situación e incluso sin llegar a solucionarla.

De igual modo, se obtuvo que no existe relación entre la dimensión de satisfacción personal con la variable de estilos de afrontamiento al estrés. Es así que, no se contrasta con el estudio propuesto por Ríos (2019), pues el autor encontró en los datos obtenidos de su estudio que sí existe una relación significativa entre dichas variables.

Por tanto, no concuerda con lo referido por Folkman y Lazarus (1980), pues indicaron que poseer una estrategia de afrontamiento ante una situación de estrés permite resolver el conflicto en el momento a través de nuevos recursos a través de la gestión de emociones y poder dominar las exigencias externas como internas generando satisfacción en la persona. Es así que, las usuarias no vinculan de forma directa las variables diferenciándolas una de la otra, por lo que esto se debe quizás, a que el sentirse a gusto consigo mismo, no conlleva a que pueda resolver o enfrentar una situación

negativa, de lo contrario la persona llega a tensionarse y no poder afrontar óptimamente dicha situación.

Igualmente, se encontró que no existe relación significativa entre la dimensión sentirse bien solo con la variable de estilos de afrontamiento al estrés. De dicho modo, difiere con la investigación propuesta por Rojas (2016), ya que el autor plantea que, si existe asociación entre las variables, se corrobora mientras una variable sube al mismo tiempo aumenta la otra. Es así que, no se asemeja a lo propuesto por Sandín (1995), pues el autor señaló que para poder enfrentar una situación de presión modificando la interpretación de lo que está pasando, con el fin de estabilizar y regular la respuesta de índole emocional en frente al estrés reduciendo el malestar emocional a través de una toma de decisión.

Esto quiere decir, que los usuarias que acuden al centro especializado en violencia familiar no vinculan directamente dichas variables distinguiendo y separando sus características una de la otra, esto se debe quizás a que, dichos usuarias no pueden enfrentar situaciones o problemas continuos de manera sola e independiente, sintiendo una falta de autonomía para poder resolver sus conflictos, por lo que prefieren tener la opinión o decisión de los demás y de dicha manera no frustrase aplicando su propia estrategia de afronte con la finalidad de disminuir el estrés y tensión ante dicha situación.

En el sexto objetivo específico, se precisó identificar los niveles de resiliencia en usuarias del centro especializado en violencia familiar del distrito de San Juan de Lurigancho, en la cual dentro de los resultados obtenidos reflejaron un nivel de mayor resiliencia con un 77,1%, seguido por la moderada resiliencia con un 15,7% y una escasa resiliencia con un 7,2%. Esto refleja que las usuarias del centro especializado pueden enfrentar adversidades problemáticas enfrentándolas y generando actitudes positivas hacia el futuro.

Finalmente, en el séptimo objetivo, se señaló identificar los niveles afrontamiento en usuarias del centro especializado en violencia familiar del distrito de San Juan de Lurigancho, por lo que en los resultados hallados se evidenció que la variable afrontamiento al estrés predominó depende de las circunstancias con 84,3%, seguido por la forma frecuente de afrontar el estrés con un 15,7%. Esto refiere que las usuarias que asisten al centro especializado no resuelven o afrontan de manera óptima con decisiones firmes y seguras los problemas a resolver, sin embargo, esto no denota que tengan la capacidad de salir adelante a pesar de las circunstancias vividas.

## **CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES**

### **CONCLUSIONES**

1. Se concluye que, en los niveles de la variable de resiliencia predominó la mayor resiliencia con un 77,1% en las usuarias del Centro Especializado en violencia familiar de San Juan de Lurigancho.
2. En los niveles de afrontamiento al estrés predominó la dimensión depende de las circunstancias con un 84,3% en las usuarias del Centro Especializado en violencia familiar.
3. De forma general, se concluye que no existe relación entre variables resiliencia y afrontamiento al estrés en las usuarias, ya que no obtuvo significancia ( $p > 0,05$ ).
4. No hay relación entre la dimensión de ecuanimidad y variable afrontamiento al estrés determinando que no hay significancia ( $p = 0,734$ ).

5. En cuanto a la relación entre la dimensión perseverancia y variable afrontamiento al estrés, se halló que no existe relación debido a que no se encontró significancia ( $p=0,143$ ).
6. Seguidamente, no hay relación entre dimensión confianza en sí mismo y la variable afrontamiento al estrés en usuarias ya que no se halló significancia ( $p=0,457$ ).
7. Entre la dimensión de satisfacción personal y la variable de afrontamiento al estrés, se evidenció que no existe relación por lo que no se encontró significancia ( $p=1,0$ ).
8. Se evidenció que entre la dimensión de sentirse bien solo y la variable afrontamiento al estrés no se encontró relación, a lo cual no se halló significancia ( $p=0,485$ ).

## RECOMENDACIONES

1. Realizar talleres psicológicos enfocadas en el tema de resiliencia dirigidos a las mujeres que asisten al centro especializado en violencia familiar con la finalidad de mantener los niveles óptimos de resiliencia.
2. Desarrollar programas psicológicos orientados a aumentar el afrontamiento al estrés en usuarias que acuden al centro especializado en violencia familiar con la finalidad de mejorar los niveles de afrontamiento.
3. Se sugiere continuar en futuras investigaciones abordar el tema de resiliencia y afrontamiento al estrés ejecutado en muestras mayores con el fin de comparar los resultados para obtener datos más concisos determinando si se relacionan o no y en los cuales se incluyan variables sociodemográficas para el diagnóstico situacional.
4. Realizar programas de orientación enfocadas en temas de ecuanimidad y afrontamiento al estrés, con el fin de proporcionar a las usuarias que asisten al centro especializado en violencia familiar de fomentar el desarrollo de estrategias o técnicas que desarrollen la asociación de ambos temas.
5. Realizar talleres de orientación conductual en la cual se apliquen características como la perseverancia y vinculándolos directamente a desarrollar un afrontamiento al estrés óptimo, de manera que se analice dichos temas y su vínculo.
6. Incorporar programas psicoeducativos enfocadas en temas como confianza de sí mismo, seguridad y autonomía con el fin de desarrollar estrategias las cuales estén vinculadas de igual manera con el afrontamiento al estrés con el fin de conocer la asociación de ambos temas.

- 7.** Ejecutar charlas de orientación con temas sobre satisfacción personal y su vínculo con el afrontamiento al estrés con el fin de analizar y fomentar dicha asociación.
  
- 8.** Realizar talleres de orientación con indicadores dirigidos sobre sentirse bien solo y su asociación con el afrontamiento al estrés con el fin de conocer y mejorar el estudio sobre la relación de dichos temas y del cual, las usuarias lleguen a analizar dicho vinculo.

## REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- APA. (2016). *Stress in America Snapshot*. Obtenido de <http://www.apa.org/news/press/releases/stress/2015/snapshot.aspx>
- Arias, E. (2020). *Resiliencia y afrontamiento al estrés en adultos del Centro de Salud Mental Comunitario Distrito de Chorrillos*. Lima - Perú: Universidad Autónoma del Perú.
- Baca, D. (2014). Resiliencia y apoyo social percibido en pacientes oncológicos en hospital de Trujillo. *Revista Peruana de Psicología y Trabajo Social*, 3(1), 107-124.
- Baena, G. (2017). *Metodología de la investigación*. Obtenido de <http://ebookcentral.proquest.com>
- Byrne, D. (1964). *Repression-sensitization as a dimension of personality*. New York: Academic Press.
- Carver, C., & Connor, J. (2010). Personality and coping. *Annual Review of Psychology*, 61(1), 679-704. Obtenido de <http://dx.doi.org/10.1146/annurev.psych.093008.100352>
- Carver, C., Scheier, M., & Weintraub, J. (1989). Assessing Coping Strategies: A Theoretically Based Approach. *Journal of Personality and Social Psychology*, 56(2), 267-283.
- Chuquillanqui, G., & Villanes, J. (2020). *Resiliencia y afrontamiento del estrés en estudiantes de trabajo social en universion estatal de Huancayo - 2019*. Huancayo – Perú: Universidad Peruana Los Andes.
- concepto.de. (2016). *Perserverancia*. Obtenido de <https://concepto.de/perseverancia/>
- Corral, M. (2015). *Inteligencia emocional, estrategias de afrontamiento y bienestar psicológico en voluntariado de Cruz Roja*. España: Universidad de Valencia.

- Díaz, F. (2020). *Resiliencia mundial: a prueba de pandemia*. Obtenido de <https://www.swissre.com/mexico/articulos-y-publicaciones/resiliencia-mundial-a-prueba-de-la-pandemia.html>
- Dunahoo, L., Hobfoll, S., Monnier, J., Hulsizer, M., & Johnson, R. (1998). There's more than rugged individualism in coping. *Anxiety, Stress and Coping*, 11, 137-165.
- Encinas, M. (2019). *Afrontamiento al estrés, revisión teórica*. Lima - Perú: Universidad Señor de Sipán.
- Espinoza, H. (2021). *Resiliencia y estilos de afrontamiento al estrés en trabajadores de empresa privada, en pandemia, Lima, 2020*. Lima - Perú: Universidad Cesar Vallejo.
- Estela, J., & Moscoso, V. (2019). *Metodología de la Investigación Científica. ¿Cómo hacer una tesis?*. Grijley.
- Fernández, J., Crispin, D., García, F., & Martínez, Y. (2020). Resiliencia Psicológica y Afrontamiento al Estrés en Deportistas Juveniles de Béisbol Cubanos. *Universidad Central de Chile*, 9(17), 25-37.
- Fínez, M., & Morán, C. (2017). Resiliencia y autovaloraciones esenciales: estudio comparativo en adolescentes y jóvenes. *Psychology, Society & Education*, 9(3), 347-356.
- Gallardo, I. (2020). *Estrés*. <https://cuidateplus.marca.com/enfermedades/psicologicas/estres.html>
- García, D., & Mariátegui, M. (2020). *Resiliencia y afrontamiento en estudiantes de secundaria de Institución Educativa Parroquial de Lima Norte*. Lima - Perú: Universidad Católica Sedes Sapientiae.
- García, M. (2019). *La resiliencia y su influencia en el afrontamiento de estrés de los estudiantes de I Ciencias Psicológicas Universidad Tecnológica Indoamérica*. Ambato - Ecuador: Universidad Tecnológica Indoamérica.



- George, D., & Mallery, P. (1995). *SPSS/PC + Step. A Simple Guide and Reference*. Belmont CA.
- Goodman, D., Saunders, E., & Wolff, K. (2020). In their own words: A qualitative study of factors promoting resilience and recovery among postpartum women with opioid use disorders. *BMC Pregnancy and Childbirth*, 20(1), 178-186. Obtenido de <https://doi.org/10.1186/s12884-020-02872-5>
- Grotberg, E. (1996). *Nuevas tendencias en resiliencia*. Obtenido de [http://media.wix.com/ugd/62e7a6\\_7e46d8fc316645236e23d5b9fc0cda90.pdf](http://media.wix.com/ugd/62e7a6_7e46d8fc316645236e23d5b9fc0cda90.pdf)
- Habitat. (2020). *¿Qué es resiliencia? Características e importancia en la vida y el trabajo*. Obtenido de <https://www.afphabitat.com.pe/aprende-de-prevision/desarrollo/que-es-resiliencia/>
- Hernández, R., & Fernández, C. B. (2014). *Metodología de la Investigación. 6th*. México: McGraw Hill Education.
- Hernández, R., & Mendoza, C. (2018). *Metodología de investigación. Rutas cuantitativa, cualitativa y mixta. (6° edición)*. Obtenido de <https://www.uca.ac.cr/wp-content/uploads/2017/10/Investigacion.pdf>
- Hobfoll, S. (1989). Conservation of resources. A new attempt at conceptualizing stress. *American Psychologist*, 44, 513-524.
- Huanay, M. (2019). *Resiliencia y estilos de afrontamiento al estrés en soldados que prestan servicio militar voluntario en zona VRAEM del Ejército Peruano*. Huancayo - Perú: Universidad Continental.
- Lazarus, R. (1993). Coping Theory and Research: Past, Present and Future. *Psychosomatic Medicine*, 55, 234-247.
- Lazarus, R., & Folkman, S. (1986). *Estrés y procesos cognitivos*. Barcelona: Martínez Roca.

- Leguia, A. (2019). *Calidad de Vida y Estrategias de Afrontamiento en adultos mayores de Lima Metropolitana*. Lima: Universidad Peruana de Ciencias Aplicadas.
- Lévano, M. (2019). *Resiliencia Laboral en trabajadores de institución educativa del Distrito de San Miguel*. Lima - Perú: Universidad Inca Garcilazo de la Vega.
- Mejia, C., Chacon, J., Enamorado, O., Garnica, L., Chacón, S., & García, Y. (2019). Factores asociados al estrés laboral en trabajadores de cinco países de Latinoamérica. *Rev. Asoc. Esp. Espec. Med. Trab.*, 28(3), 176-235. Obtenido de <http://scielo.isciii.es/pdf/medtra/v28n3/1132-6255-medtra-28-03-204.pdf>
- Miller, S. (1980). *When is a little knowledge a dangerous thing? Coping with stressful events by monitoring vs. blunting*. New York: Plenum Press.
- Mina, S. (2021). *Resiliencia y estrategias de afrontamiento del estrés laboral durante pandemia del covid-19 en docentes de Facultad de la Pedagogía Universidad Técnica de Luis Vargas Torres de Esmeraldas*. Esmeraldas - Ecuador: Pontificia Universidad Católica del Ecuador.
- Moos, R., & Schaefer, J. (1993). Coping resources and processes: current concepts and measures. *Handbook of stress: theoretical and clinical aspects*, 234-57.
- Novella, A. (2002). *Incremento de la resiliencia luego de aplicacion de un programa de psicoterapia breve en madres adolescentes*. Lima-Peru: Universidad Nacional mayor de San Marcos.
- Oblitas, L. (2010). *Psicología de la salud y calidad de vida. 3ra Edición*. Madrid, España.
- Rabanal, R., Huamán, C., Murga, N., & Chauca, P. (2020). Desarrollo de competencias personales y sociales para la inserción laboral de egresados universitarios. *Revista de Ciencias Sociales*, 26(2), 250-258. Obtenido de <https://dx.doi.org/10.31876/racs.v26i2.32438>

- Ramos, G., & Yucra, G. (2019). *Resiliencia y estilos de afrontamiento al estrés en madres con hijos con discapacidad, Arequipa 2018*. Arequipa - Perú: Universidad Nacional de San Agustín.
- Richardson, T. (2011). *Modelo de Resiliencia de Richardson*. <http://miespacioresiliente.wordpress.com/2013/06/16/modelo-de-resiliencia-de-richardson/>
- Ríos, A. (2019). *Resiliencia y Afrontamiento del Estrés en Padres de Hijos con Necesidades Educativas Especiales*. Huancayo - Perú: Universidad Peruana Los Andes.
- Rodríguez, M., Fernández, M., Pérez, M., & Noriega, R. (2011). Espiritualidad variable asociada a la resiliencia. *Cuadernos hispanoamericanos de Psicología*, 11(1), 24-29.
- Rodríguez, P. (2016). *El estrés, la resiliencia y engagement en el equipo emprendedor de nuevas iniciativas empresariales con menos de cuatro años de vida, Navarra*. Obtenido de <https://hdl.handle.net/2454/22631>
- Rojas, Y. (2016). *Resiliencia y afrontamiento del estrés en estudiantes de una institución educativa secundaria, Chiclayo - 2016*. Pimentel - Piura: Universidad Señor de Sipán.
- Roth, S., & Cohen, L. (1986). Approach, Avoidance and Coping with Stress. *American Psychologist*, 41(7), 813-819.
- Sánchez, H., Reyes, C., & Mejía, K. (2018). *Manual de términos en investigación científica, tecnológica y humanística*. Obtenido de <http://repositorio.urp.edu.pe/handle/URP/1480?show=full>
- Tello, G. (2020). *Estilos de afrontamiento en agentes de seguridad de una empresa privada de Lima*. Obtenido de <http://repositorio.usil.edu.pe/handle/USIL/9950>
- Vicente, I., & Gabari, I. (2019). La resiliencia como factor protector del estrés crónico en docentes. *European Journal of Investigation in Health, Psychology and Education*, 9(3), 159-175. Obtenido de

<http://ejihpe-09-00159.pdf>

- Villar, J. (2015). *Condiciones de trabajo y calidad de vida laboral en profesionales de la salud: el papel modulador de la resiliencia y la autoeficacia, sobre el síndrome de burnout y el engagement*. <https://idus.us.es/bitstream/handle/11441/31776/Tesis.%20Jos%c3%a9%20Ignacio%20Villar%20Navarro.pdf?sequence=1&isAllowed=y>: Universidad de Sevilla.
- Villardón, L. (2013). *El pensamiento de suicidio en la adolescencia*. Universidad de Deusto: Vizcaya Publicaciones .
- Vivas, C. (2020). *Resiliencia y Afrontamiento del Estrés Laboral en Empleados Públicos Titulares y Contratados*. Ecuador: Universidad Estatal de Milagro-Ecuador.
- Wagnild, G., & Young, H. (1993). and psychometric evaluation of the Resilience Scale. *Journal of Nursing Measurement*, 1(1), 165-178.
- Wolin, A., & Wolin, N. (1993). *Fuentes de resiliencia en estudiantes de Lima y Arequipa*. Obtenido de [http://www.scielo.org.pe/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S172948272009000100007](http://www.scielo.org.pe/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S172948272009000100007)
- Zhao, X., Wang, J., & Shi, C. (2020). The Influence of Mental Resilience on the Positive Coping Style of Air Force Soldiers: A Moderation-Mediation Model. *Frontiers in Psychology*, 11(550), 1-7.

# **ANEXOS**

## Anexo 1: Instrumento de investigación

### ESCALA DE RESILIENCIA DE WAGNILD Y YOUNG

#### Instrucciones:

Estimada este cuestionario, busca conocer su forma y frecuencia de actuar ante determinadas circunstancias, las cuales serán plasmadas en 25 frases. Se le solicita que conteste a cada una de las siguientes preguntas marcando con un aspa (X) en la casilla que mejor represente su opinión en cada oración, vale resaltar que no existe respuesta buena ni mala, agradezco responder de manera sincera.

1	2	3	4	5	6	7
Totalmente en desacuerdo	En desacuerdo	Parcialmente en desacuerdo	Indiferente	Parcialmente de acuerdo	De acuerdo	Totalmente de acuerdo

ÍTEM	1	2	3	4	5	6	7
1. Cuando planeo algo lo realizo.							
2. Soy capaz de resolver mis problemas.							
3. Soy capaz de hacer las cosas por mí mismo sin depender de los demás.							
4. Para mí es importante mantenerme interesado(a) en algo.							
5. Si debo hacerlo puedo estar solo(a).							
6. Estoy orgulloso(a) de haber podido alcanzar metas en mi vida.							
7. Generalmente me tomo las cosas con calma.							
8. Me siento bien conmigo mismo(a).							
9. Siento que puedo manejar varias cosas al mismo tiempo.							
10. Soy decidido (a).							
11. Soy amigo de mí mismo							
12. Rara vez me pregunto sobre la finalidad de las cosas.							
13. Considero cada situación de manera detallada.							
14. Puedo superar las dificultades porque anteriormente he experimentado situaciones similares.							
15. Soy auto disciplinado (a).							
16. Por lo general encuentro de qué reírme.							
17. La confianza en mí mismo (a) me permite atravesar momentos difíciles.							
18. En una emergencia soy alguien en quien se puede confiar.							
19. Usualmente puedo ver una situación desde varios puntos de vista.							
20. A veces me obligo a hacer cosas que no me gustan.							
21. Mi vida tiene sentido.							
22. No me aflijo ante situaciones sobre las que no tengo control.							
23. Cuando estoy en una situación difícil, generalmente encuentro una salida.							
24. Tengo suficiente energía para lo que debo hacer.							
25. Acepto que hay personas a las que no les agrado.							

**CUESTIONARIO DE ESTILOS DE AFRONTAMIENTO AL ESTRÉS:  
BRIEFCOPE (COPING ESTIMATION)**

**INSTRUCCIONES:**

Las frases que aparecen a continuación describen formas de pensar, sentir o comportarse, que la gente suele utilizar para enfrentarse a los problemas personales o situaciones difíciles que en la vida causan tensión o estrés. Las formas de enfrentarse a los problemas, como las que aquí se describen, no son ni buenas ni malas, ni tampoco unas son mejores o peores que otras.

Simplemente, ciertas personas utilizan más unas formas que otras. Ponga 1, 2, 3 o 4 en el espacio dejado al principio, es decir, el número que mejor refleje su propia forma de enfrentarse a ello, al problema. Gracias.

Opciones de respuesta:

- 1 = Nunca hago esto
- 2 = Hago esto un poco
- 3 = Hago esto bastante
- 4 = Siempre hago esto

ÍTEMS	1	2	3	4
1. Intento conseguir que alguien me ayude o aconseje sobre qué hacer.				
2. Concentro mis esfuerzos en hacer algo sobre la situación en la que estoy.				
3. Acepto la realidad de lo que ha sucedido.				
4. Recorro al trabajo o a otras actividades para apartar las cosas de mi mente.				
5. Me digo a mí mismo "esto no es real".				
6. Intento proponer una estrategia sobre qué hacer.				
7. Hago bromas sobre ello.				
8. Me critico a mí mismo.				
9. Consigo apoyo emocional de otros.				
10. Tomo medidas para intentar que la situación mejore.				
11. Renuncio a intentar ocuparme de ello.				

ÍTEMS	1	2	3	4
12. Digo cosas para dar rienda suelta a mis sentimientos desagradables.				
13. Me niego a creer que haya sucedido.				
14. Intento verlo con otros ojos, para hacer que parezca más positivo.				
15. Utilizo alcohol u otras drogas para hacerme sentir mejor.				
16. Intento hallar consuelo en mi religión o creencias espirituales.				
17. Consigo el consuelo y la comprensión de alguien.				
18. Busco algo bueno en lo que está sucediendo.				
19. Me río de la situación.				
20. Rezo o medito.				
21. Aprendo a vivir con ello.				
22. Hago algo para pensar menos en ello, tal como ir al cine o ver la televisión.				
23. Expreso mis sentimientos negativos.				
24. Utilizo alcohol u otras drogas para ayudarme a superarlo.				
25. Renuncio al intento de hacer frente al problema.				
26. Pienso detenidamente sobre los pasos a seguir.				
27. Me echo la culpa de lo que ha sucedido.				
28. Consigo que otras personas me ayuden o aconsejen.				



## Anexo 2: validez y confiabilidad de los instrumentos

Juez	Nombre	Grado	Cargo
1	Dino Fernando Mosquera Torres C.Ps.P. 19403	Magister	Docente Investigación UCV
2	Yreneo Eugenio Cruz Telada C.Ps.P.	Doctor	Docente Investigación UA - ICA

### Confiabilidad de los instrumentos

	Alfa de Cronbach	N° de elementos
Resiliencia	,944	25
Afrontamiento al estrés	,788	28

## Anexo 3: Ficha de validación Juicio de Expertos

### FICHA DE VALIDACIÓN DE JUICIO DE EXPERTOS



#### CERTIFICADO DE VALIDEZ DE CONTENIDO DEL INSTRUMENTO QUE MIDE RESILIENCIA

N.º	DIMENSIONES / ÍTEMS	PERTINENCIA <sup>1</sup>		RELEVANCIA <sup>2</sup>		CLARIDAD <sup>3</sup>		SUGERENCIAS
		Si	No	Si	No	Si	No	
<b>VARIABLE 1: RESILIENCIA</b>								
<b>DIMENSIÓN 1: ECUANIMIDAD</b>								
8	Me siento bien conmigo mismo(a).	X		X		X		
11	Soy amigo de mi mismo	X		X		X		
7	Generalmente me tomo las cosas con calma.	X		X		X		
12	Rara vez me pregunto sobre la finalidad de las cosas.	X		X		X		
<b>DIMENSIÓN 2: PERSEVERANCIA</b>								
1	Cuando planeo algo lo realizo.	X		X		X		
4	Para mí es importante mantenerme interesado(a) en algo	X		X		X		
14	Puedo superar las dificultades porque anteriormente he experimentado situaciones similares	X		X		X		
15	Soy auto disciplinado (a).	X		X		X		
23	Cuando estoy en una situación difícil, generalmente encuentro una salida.	X		X		X		
2	Soy capaz de resolver mis problemas.	X		X		X		
20	A veces me obligo a hacer cosas que me gusten o no.	X		X		X		
<b>DIMENSIÓN 3: CONFIANZA EN SI MISMO</b>								
6	Estoy orgulloso(a) de haber podido alcanzar metas en mi vida	X		X		X		



18	Busco algo bueno en lo que está sucediendo.	X		X		x		
17	Consigo el consuelo y la comprensión de alguien.	x		x		x		
<b>DIMENSIÓN 3: ESTILO DE AFRONTAMIENTO EVITATIVO</b>								
05	Me digo a mí mismo "esto no es real".	x		x		x		
11	Renuncio a intentar ocuparme de ello.	x		x		x		
13	Me niego a creer que haya sucedido.	x		x		x		
01	Intento conseguir que alguien me ayude o aconseje sobre qué hacer.	x		x		x		
15	Utilizo alcohol u otras drogas para hacerme sentir mejor.	X		X		X		
07	Hago bromas sobre ello.	X		X		X		
24	Utilizo alcohol u otras drogas para ayudarme a superarlo.	X		X		X		
25	Renuncio al intento de hacer frente al problema	X		X		X		
08	Me critico a mí mismo.	x		x		x		

Observaciones (precisar si hay suficiencia): SI HAY SUFICIENCIA

Opinión de aplicabilidad: Aplicable [  ]

Aplicable después de corregir [  ]

No aplicable [  ]

Apellidos y nombres del juez validador. Mg: Fernando Mosquera Torres

Especialidad del validador: Asesoría en proyectos de investigación científica

Formación académica: Psicólogo

Área de experiencia profesional: 25 años

Cargo actual: Docente investigador

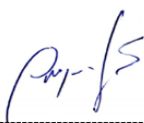
Institución (s): Universidad César Vallejo

<sup>1</sup> pertinencia: El ítem corresponde al concepto teórico formulado.

<sup>2</sup> relevancia: El ítem es apropiado para representar al componente o dimensión específica del constructo

<sup>3</sup> claridad: Se entiende sin dificultad alguna el enunciado del ítem, es conciso, exacto y directo

Nota: Suficiencia, se dice suficiencia cuando los ítems planteados son suficientes para medir la dimensión

  
Firma del Experto Informante

DNI: 09610775

30 de noviembre de 2021

**Observaciones (precisar si hay suficiencia): SI HAY SUFICIENCIA**

Opinión de aplicabilidad: **Aplicable [ X ]**

Aplicable después de corregir [ ]

No aplicable [ ]

**Apellidos y nombres del juez validador.** Dr. Yreneo Eugenio Cruz Telada

**DNI:** 0994651

**Especialidad del validador:** Asesoría de tesis universitaria e Investigación

**Formación académica:** Psicólogo

**Área de experiencia profesional:** 30 años

**Cargo actual:** Docente investigador

**Institución (s):** Universidad Autónoma de Ica

<sup>1</sup> **pertinencia:** El ítem corresponde al concepto teórico formulado.

<sup>2</sup> **relevancia:** El ítem es apropiado para representar al componente o dimensión específica del constructo

<sup>3</sup> **claridad:** Se entiende sin dificultad alguna el enunciado del ítem, es conciso, exacto y directo

**Nota:** Suficiencia, se dice suficiencia cuando los ítems planteados son suficientes para medir la dimensión

30 de noviembre de 2021



---

**CPsP 2819**  
**DR. YRENEO EUGENIO CRUZ TELADA**  
**DOCTOR EN PSICOLOGIA**  
**Firma del Experto Informante**

**CERTIFICADO DE VALIDEZ DE CONTENIDO DEL INSTRUMENTO QUE MIDE AFRONTAMIENTO AL ESTRÉS**

N.º	DIMENSIONES / ÍTEMS	PERTINENCIA <sup>1</sup>		RELEVANCIA <sup>2</sup>		CLARIDAD <sup>3</sup>		SUGERENCIAS
		Si	No	Si	No	Si	No	
<b>VARIABLE 2: AFRONTAMIENTO AL ESTRÉS</b>								
<b>DIMENSIÓN 1: ESTILO DE AFRONTAMIENTO DIRIGIDO A LA TAREA</b>								
03.	Acepto la realidad de lo que ha sucedido.	x		x		x		
10	Tomo medidas para intentar que la situación mejore.	x		x		x		
06	Intento proponer una estrategia sobre qué hacer.	x		x		x		
04.	Recurso al trabajo o a otras actividades para apartar las cosas de mi mente.	x		x		x		
02	Concentro mis esfuerzos en hacer algo sobre la situación en la que estoy.	x		x		x		
21	Aprendo a vivir con ello.	x		x		x		
22	Hago algo para pensar menos en ello, tal como ir al cine o ver la televisión.	x		x		x		
26	Pienso detenidamente sobre los pasos a seguir.	x		x		x		
<b>DIMENSIÓN 2: ESTILO DE AFRONTAMIENTO SOCIAL Y EMOCIONAL</b>								
23	Expreso mis sentimientos negativos.	x		x		x		
28	Consigo que otras personas me ayuden o aconsejen.	x		x		x		
27	Me echo la culpa de lo que ha sucedido.	x		x		x		
12	Me echo la culpa de lo que ha sucedido.	x		x		x		
19	Me río de la situación.	X		X		X		
16	Intento hallar consuelo en mi religión o creencias espirituales.	X		X		X		
20	Rezo o medito.	X		X		X		
14	Intento verlo con otros ojos, para hacer que parezca más positivo.	X		X		X		
19	Consigo apoyo emocional de otros.	x		x		X		

18	Busco algo bueno en lo que está sucediendo.	X		X		x		
17	Consigo el consuelo y la comprensión de alguien.	x		x		x		
<b>DIMENSIÓN 3: ESTILO DE AFRONTAMIENTO EVITATIVO</b>								
05	Me digo a mí mismo "esto no es real".	x		x		x		
11.	Renuncio a intentar ocuparme de ello.	x		x		x		
13	Me niego a creer que haya sucedido.	x		x		x		
01	Intento conseguir que alguien me ayude o aconseje sobre qué hacer.	x		x		x		
15	Utilizo alcohol u otras drogas para hacerme sentir mejor.	X		X		X		
07	Hago bromas sobre ello.	X		X		X		
24	Utilizo alcohol u otras drogas para ayudarme a superarlo.	X		X		X		
25	Renuncio al intento de hacer frente al problema	X		X		X		
08	Me critico a mí mismo.	x		x		x		

Observaciones (precisar si hay suficiencia): **SI HAY SUFICIENCIA**

Opinión de aplicabilidad: Aplicable [  ]

Aplicable después de corregir [  ]

No aplicable [  ]

Apellidos y nombres del juez validador. Mg: Fernando Mosquera Torres

DNI: 09610775

Especialidad del validador: Asesoría en proyectos de investigación científica

Formación académica: Psicólogo

Área de experiencia profesional: 25 años

Cargo actual: Docente investigador

Institución (s): Universidad César Vallejo



\_\_\_\_\_  
Firma del Experto Informante

<sup>1</sup> pertinencia: El ítem corresponde al concepto teórico formulado

<sup>2</sup> relevancia: El ítem es apropiado para representar al componente o dimensión específica del constructo

<sup>3</sup> claridad: Se entiende sin dificultad alguna el enunciado del ítem, es conciso, exacto y directo

**Nota:** Suficiencia, se dice suficiencia cuando los ítems planteados son suficientes para medir la dimensión

30 de noviembre de 2021

**Observaciones (precisar si hay suficiencia): SI HAY SUFICIENCIA**

Opinión de aplicabilidad: **Aplicable [ X ]**      Aplicable después de corregir [ ]      No aplicable [ ]

**Apellidos y nombres del juez validador:** Dr. Yreneo Eugenio Cruz Telada

**DNI:** 09946516

**Especialidad del validador:** Asesor de tesis e Investigación científica

**Formación académica:** Psicólogo

**Área de experiencia profesional:** 25 años

**Cargo actual:** Docente investigador

**Institución (s):** Universidad Autónoma de Ica

<sup>1</sup> **pertinencia:** El ítem corresponde al concepto teórico formulado.

<sup>2</sup> **relevancia:** El ítem es apropiado para representar al componente o dimensión específica del constructo

<sup>3</sup> **claridad:** Se entiende sin dificultad alguna el enunciado del ítem, es conciso, exacto y directo

30 de noviembre de 2021

**Nota:** Suficiencia, se dice suficiencia cuando los ítems planteados son suficientes para medir la dimensión



---

**CPsP 2819**  
**DR. YRENEO EUGENIO CRUZ TELADA**  
**DOCTOR EN PSICOLOGIA**  
**Firma del Experto Informante**

## Anexo 4: Informe de turnitin

### RESILIENCIA Y AFRONTAMIENTO AL ESTRÉS

#### INFORME DE ORIGINALIDAD

18%

INDICE DE SIMILITUD

18%

FUENTES DE INTERNET

1%

PUBLICACIONES

9%

TRABAJOS DEL ESTUDIANTE

#### FUENTES PRIMARIAS

1	<a href="https://repositorio.autonoma.deica.edu.pe">repositorio.autonoma.deica.edu.pe</a> Fuente de Internet	4%
2	<a href="https://repositorio.ucv.edu.pe">repositorio.ucv.edu.pe</a> Fuente de Internet	3%
3	<a href="https://hdl.handle.net">hdl.handle.net</a> Fuente de Internet	2%
4	Submitted to Universidad Cesar Vallejo Trabajo del estudiante	1%
5	<a href="https://repositorio.autonoma.edu.pe">repositorio.autonoma.edu.pe</a> Fuente de Internet	1%
6	<a href="https://repositorio.upla.edu.pe">repositorio.upla.edu.pe</a> Fuente de Internet	1%
7	<a href="https://repositorio.upeu.edu.pe">repositorio.upeu.edu.pe</a> Fuente de Internet	1%
8	Submitted to Universidad Alas Peruanas Trabajo del estudiante	1%
9	Submitted to Universidad Peruana Los Andes Trabajo del estudiante	1%