



U N I V E R S I D A D  
**AUTÓNOMA**  
D E I C A

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

TESIS

**“ESTRATEGIAS DE AFRONTAMIENTO AL ESTRÉS Y RESILIENCIA  
EN TRABAJADORES DE LA MUNICIPALIDAD DEL DISTRITO DE ITE,  
TACNA-2023”**

LÍNEA DE INVESTIGACIÓN:

Calidad de vida, resiliencia y bienestar psicológico

Presentado por:

MARCO MELGAR TOVAR

Código ORCID N° 0000-0002-9951-0048

FABIOLA POLET QUELOPANA SILVESTRE

Código ORCID N° 0009-0000-0285-4550

TESIS PARA OPTAR EL TÍTULO PROFESIONAL DE  
LICENCIADOS EN PSICOLOGÍA

DOCENTE ASESOR:

Dra. ELIZABETH LIZBEL JURADO ENRIQUEZ

Código ORCID N° 0000-0002-1605-1625

Chincha, 2023



UNIVERSIDAD  
**AUTÓNOMA  
DE ICA**

## CONSTANCIA DE APROBACIÓN DE INVESTIGACIÓN

Decano(a) de la facultad de ciencias de la salud

Universidad Autónoma de Ica.

Presente. -

De mi especial consideración:

Sirva la presente para saludarlo(a) e informar que **Marco Melgar Tovar y Fabiola Polet Quelopana Silvestre** estudiantes de la Facultad de ciencias de la salud, del programa Académico de Psicología, ha cumplido con elaborar su:

PLAN DE TESIS

TESIS

TITULADO:

**"ESTRATEGIAS DE AFRONTAMIENTO AL ESTRÉS Y RESILIENCIA EN TRABAJADORES DE LA MUNICIPALIDAD DEL DISTRITO DE ITE, TACNA-2023"**

Por lo tanto, queda expedito para continuar con el desarrollo de la Investigación. Estoy remitiendo, conjuntamente con la presente los anillados de la investigación, con mi firma en señal de conformidad.

Agradezco por anticipado la atención a la presente, aprovecho la ocasión para expresar los sentimientos de mi especial consideración y deferencia personal.

Cordialmente,

Dra. Elizabeth Lizbel Jurado Enriquez

CODIGO ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-1605-1625>

## DECLARATORIA DE AUTENCIDAD DE LA INVESTIGACIÓN

Yo, **Fabiola Polet Quelopana Silvestre y Marco Melgar Tovar**, identificado(a) con DNI N° **72856930 y 10183517**, respectivamente, en nuestra condición de estudiantes del programa de estudios de Tesis de la Facultad de Ciencias de la Salud en la Universidad Autónoma de Ica y que habiendo desarrollado la Tesis titulada: **"Estrategias de Afrontamiento al Estrés y Resiliencia en Trabajadores de la Municipalidad del Distrito de Ite, Tacna 2023"**, declaramos bajo juramento que:

- a. La investigación realizada es de nuestra autoría
- b. La tesis no ha cometido falta alguna a las conductas responsables de investigación, por lo que, no se ha cometido plagio, ni autoplagio en su elaboración.
- c. La información presentada en la tesis se ha elaborado respetando las normas de redacción para la citación y referenciación de las fuentes de información consultadas. Así mismo, el estudio no ha sido publicado anteriormente, ni parcial, ni totalmente con fines de obtención de algún grado académico o título profesional.
- d. Los resultados presentados en el estudio, producto de la recopilación de datos son reales, por lo que, el(la) investigador(a) no ha incurrido ni en falsedad, duplicidad, copia o adulteración de estos, ni parcial, ni totalmente.
- e. La investigación cumple con el porcentaje de similitud establecido según la normatividad

18%

Autorizo a la Universidad Autónoma de Ica, de identificar plagio, autoplagio, falsedad de información o adulteración de estos, se proceda según lo indicado por la normatividad vigente de la universidad, asumiendo las consecuencias o sanciones que se deriven de alguna de estas malas conductas.

Chincha Alta, 7 de septiembre de 2023



Apellidos y nombres:  
Marco Melgar Tovar  
DNI N°:10183517



Apellidos y nombres:  
Fabiola Polet Quelopana S.  
DNI N°: 72856930



## **DEDICATORIA**

A nuestros padres, quienes siempre han creído en nosotros. Gracias por su amor, por su sacrificio y por enseñarnos a nunca rendirnos ante los obstáculos de la vida.

Este logro es también suyo.

## **AGRADECIMIENTO**

Queremos expresar nuestra gratitud a Dios, quien con su bendición llena siempre nuestras vidas y a toda nuestra familia por estar siempre presente.

A nuestra familia por su comprensión y estímulo constante, además su apoyo incondicional a lo largo de nuestros estudios.

## RESUMEN

**Objetivo:** Determinar la relación que existe entre la dimensión estrategias de afrontamiento al estrés centrado en el problema y la resiliencia en los trabajadores de la municipalidad del distrito de Ite, Tacna – 2023.

**Material y Método:** En este trabajo de investigación se ha utilizado el nivel de estudio correlacional con un enfoque cuantitativo cuya muestra seleccionada fue de 349 trabajadores seleccionadas de manera no probabilística por conveniencia, se ha utilizado dos instrumentos, el primero es el inventario de afrontamiento al estrés de Brief – COPE 28 y la escala de Resiliencia.

**Resultados:** Se encontró una relación de .203 entre la variable estrategias de afrontamiento al estrés centrado en el problema y la resiliencia en los trabajadores de la municipalidad del distrito de Ite, Tacna – 2023. Así mismo, en relación a los objetivos específicos, se halló que, no existe relación entre la dimensión de estrategias de afrontamiento centrada en el problema y la variable resiliencia, en contraste, las dimensiones estrategias de afrontamiento centrada en la emoción y la evitación con la variable resiliencia, si se relacionan, con un índice de .180 y .162, respectivamente.

**Conclusiones:** Existe correlación entre la dimensión estrategias de afrontamiento al estrés centrado en el problema y la resiliencia en los trabajadores de la municipalidad del distrito de Ite, Tacna – 2023. Así mismo, existe relación entre las dimensiones estrategias de afrontamiento centrada en la emoción y la evitación con la variable resiliencia, por el contrario, se rechaza la relación entre las estrategias de afrontamiento centrada en el problema y la variable resiliencia

**Palabras clave:** Afrontamiento al estrés, Municipalidad, Resiliencia.

## ABSTRACT

**Objective:** To determine the relationship that exists between the problem-focused stress coping strategies dimension and resilience in the workers of the municipality of the district of Ite, Tacna - 2023.

**Material and Method:** In this research work, the correlational study level has been used with a quantitative approach whose selected sample was 349 workers selected in a non-probabilistic way for convenience, two instruments have been used, the first is the coping inventory when Brief – COPE 28 stress and the Resilience scale.

**Results:** A correlation of .203 was found between the variable problem-focused coping strategies to stress and resilience in the workers of the municipality of the district of Ite, Tacna - 2023. Likewise, in relation to the specific objectives, it was found that there is no relationship between the dimension of coping strategies focused on the problem and the variable resilience, in contrast, the dimensions of coping strategies focused on emotion and avoidance with the variable resilience, if they are related, with an index of .180 and .162, respectively.

**Conclusions:** There is a correlation between the dimension problem-focused coping strategies to stress and resilience in the workers of the municipality of the district of Ite, Tacna - 2023. Likewise, there is a relationship between the dimensions emotion-focused coping strategies and avoidance with the variable resilience, on the contrary, the relationship between problem-focused coping strategies and the variable resilience is rejected.

**Keywords:** Stress coping, Municipality, Resilience..



## ÍNDICE GENERAL

	Pág.
DEDICATORIA	iv
AGRADECIMIENTO	v
RESUMEN	vi
ABSTRACT	vii
ÍNDICE GENERAL	viii
INDICE DE TABLAS	x
INDICE DE FIGURAS	xi
<b>I. INTRODUCCIÓN</b>	<b>12</b>
<b>II. PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA</b>	<b>15</b>
2.1 Descripción del problema	15
2.2 Pregunta de investigación general	18
2.3 Pregunta de investigación específica	18
2.4 Objetivo general	19
2.5 Objetivos específicos	19
2.6 Justificación e importancia	19
2.7 Alcances y limitaciones	23
<b>III. MARCO TEÓRICO</b>	<b>24</b>
3.1 Antecedentes	24
3.2 Bases teóricas	31
3.3 Marco conceptual	43
<b>IV. METODOLOGÍA</b>	<b>45</b>
4.1 Tipo de investigación	45
4.2 Diseño de investigación	45
4.3 Hipótesis general y específicas	46
4.4 Variables	47
4.5 Operacionalización de variables	48
4.6 Población – muestra	51
4.7 Técnicas e Instrumentos de recolección de información	52
4.8 Técnicas de análisis e Interpretación de datos	54
<b>V. RESULTADOS</b>	<b>56</b>

5.1	Presentación de resultados descriptivos	56
5.2	Interpretación de resultados	60
<b>VI.</b>	<b>ANÁLISIS DE LOS RESULTADOS</b>	61
6.1	Análisis descriptivo de los resultados – Prueba de hipótesis	61
<b>VII.</b>	<b>DISCUSIÓN DE RESULTADOS</b>	67
<b>VIII.</b>	<b>CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES</b>	73
<b>IX.</b>	<b>REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS</b>	75
<b>ANEXOS</b>		83
	Anexo 1: Matriz de consistencia	84
	Anexo 2: Instrumento de recolección de datos	86
	Anexo 3: base de datos	90
	Anexo 4: informe de turnitin al 21 % de similitud	97
	Anexo 5: ficha de validación de instrumentos	100
	Anexo 6: Solicitud de autorización para aplicar instrumentos	104
	Anexo 7: Evidencia fotográfica	107

## ÍNDICE DE TABLAS

	Pág.
Tabla 01. Operacionalización de la variable	49
Tabla 02. Resultados de la dimensión de Estrategia de Afrontamiento al estrés Centrado en el Problema.	57
Tabla 03. Resultados de la dimensión de Estrategia de Afrontamiento al estrés Centrado en la Emoción	58
Tabla 04. Resultados de la dimensión de Estrategia de Afrontamiento al estrés Centrado en la Evitación	59
Tabla 05. Resultados de Resiliencia	60
Tabla 06. Prueba de Normalidad Kolmogorov – Smirnov	63
Tabla 07. Prueba de Correlación de Rho Spearman para las variables Estrategias de Afrontamiento al Estrés y la Resiliencia en los trabajadores de la municipalidad de Ite, 2023.	64
Tabla 08. Prueba de Correlación de Rho Spearman para la Dimensión de Estrategias de Afrontamiento al Estrés Centrado en el Problema y la Resiliencia en los trabajadores de la municipalidad de Ite, 2023.	65
Tabla 09. Prueba de Correlación de Rho Spearman para la Dimensión de Estrategias de Afrontamiento al Estrés Centrado en la Emoción y la Resiliencia en los trabajadores de la municipalidad de Ite, 2023.	66
Tabla 10. Prueba de Correlación de Rho Spearman para la Dimensión de Estrategias de Afrontamiento al Estrés Centrado en la Evitación y la Resiliencia en los trabajadores de la municipalidad de Ite, 2023.	67

## INDICE DE FIGURAS

	Pág.
Figura 01. Resultados de la dimensión de Estrategia de Afrontamiento al estrés Centrado en el Problema.	58
Figura 02. Resultados de la dimensión de Estrategia de Afrontamiento al estrés Centrado en la Emoción	59
Figura 03. Resultados de la dimensión de Estrategia de Afrontamiento al estrés Centrado en la Evitación	60
Figura 04. Resultados de Resiliencia	61

## I. INTRODUCCIÓN

El estrés laboral se ha convertido en un problema cada vez más común en el mundo del trabajo. Las demandas laborales y las presiones psicológicas a las que se ven sometidos los trabajadores pueden llevar a la aparición de diversas consecuencias negativas para la salud mental, el bienestar emocional y la calidad de vida. En este sentido, los modos de afrontamiento al estrés y la resiliencia se presentan como dos factores clave en la promoción de la salud y el bienestar psicológico de los trabajadores.

Las estrategias de afrontamiento al estrés son técnicas y habilidades que las personas utilizan para manejar y reducir el estrés en su vida cotidiana. Estas estrategias pueden incluir el desarrollo de habilidades de resolución de problemas, la relajación, el ejercicio físico, la meditación, entre otros (Melo et al., 2021).

La importancia de las estrategias de afrontamiento al estrés radica en su capacidad para mejorar la salud mental y física de las personas, así como para reducir la probabilidad de desarrollar trastornos relacionados con el estrés. Un estudio reciente publicado en la revista científica "Frontiers in Psychology" destaca que las estrategias de afrontamiento al estrés son esenciales para ayudar a las personas a manejar situaciones estresantes y a prevenir trastornos de ansiedad y depresión (Melo et al., 2021).

Así mismo, la resiliencia se refiere a la capacidad de las personas para adaptarse y recuperarse de situaciones adversas y estresantes, y es considerada una habilidad importante para el bienestar psicológico y emocional. La resiliencia puede ayudar a las personas a mantener una perspectiva positiva, a enfrentar los desafíos de la vida de manera efectiva y a recuperarse más rápidamente de situaciones estresantes (O'Brien et al., 2021).

La resiliencia resulta ser vital en el día a día de las personas, pues significa su capacidad para mejorar la calidad de vida de las personas y reducir la probabilidad de desarrollar trastornos psicológicos, como la depresión y la ansiedad. Además,

la resiliencia también puede ayudar a las personas a alcanzar sus metas y objetivos personales y profesionales, incluso en situaciones difíciles y desfavorables.

En la municipalidad Provincial de Ite, se encuentran trabajando 349 servidores actualmente, de los cuales se encuentran en diversas áreas como las administrativas, gerencias, subgerencias y jefaturas, quienes prestan servicio al público.

El presente estudio se centra en la evaluación de los modos de afrontamiento al estrés y la resiliencia en el personal de la Municipalidad de Ite, una institución pública encargada de proveer servicios básicos y velar por el bienestar de la población. El objetivo principal de la investigación es determinar la relación entre los modos de afrontamiento al estrés y la resiliencia en el personal de la Municipalidad de Ite, así como identificar los factores que influyen en la adopción de diferentes estrategias de afrontamiento y en el desarrollo de la resiliencia.

El presente informe está dividido en 3 capítulos, los cuales son:

Capítulo I, se expone una breve introducción del tema, presentando las partes que componen la investigación.

En el II capítulo, el planteamiento del problema se presenta la realidad problemática, de la investigación de la tesis, luego se formula la pregunta de investigación general y las específicas, el objetivo general y los específicos, se ha observado que la justificación e importancia de esta investigación, de la misma manera se ha reconocido la magnitud y el alcance de la investigación y sus límites.

se explica la determinación del problema formulación del problema, justificación de la investigación, objetivos, antecedentes del estudio y definiciones básicas.

El capítulo III, está conformada por el marco teórico, en el cual se exponen los fundamentos teóricos de las variables teóricas, estrategias de Afrontamiento al Estrés y Resiliencia, respectivamente.

El capítulo IV, en el cual se establece la parte metodológica del proyecto de investigación, el tipo de investigación, las hipótesis, operacionalización de variables

y escalas de medición, unidad de estudio, población y muestra, procedimientos, técnicas e instrumentos de recolección de datos.

El capítulo V, se detalla los resultados donde se señala la presentación de resultados – descriptivos y presentación de resultados – Figuras cruzadas.

Capítulo VI, Análisis de los resultados donde encontramos análisis de los resultados – prueba de hipótesis, comparación resultados con antecedentes.

El estudio se concluye con las conclusiones y recomendaciones pertinentes al estudio, así mismo las referencias bibliográficas consultadas y sus anexos.

Es ante todo lo mencionado, se ha visto como una necesidad de realizar la presente investigación que nos permita determinar la relación que existe entre las estrategias de afrontamiento al estrés y la resiliencia en los trabajadores de la municipalidad del distrito de Ite, Tacna – 2023.

## II. PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

### 2.1. Descripción de problema

Ante las diversas adversidades de la vida, las personas tenemos distintas maneras de hacerles frente, algunas de ellas adaptativas y otras desadaptativas, sin embargo, todas cumplen la misma función, la cual es enfrentar la situación estresante y reducir su impacto en nosotros (Lazarus, 1986).

El estrés afecta cada vez más a las personas, específicamente hablando de los trabajadores, ellos se encuentran expuestos a diversas demandas y presiones, algunas de estas son la sobrecarga de trabajo, falta de recursos, presión de tiempo, expectativas, entre otros (Leka, Griffiths & Cox, 2010).

Según informes recientes, la tasa mundial de estrés en el lugar de trabajo es alta. Un informe de Gallup llamado " Estado del lugar de trabajo global: 2022" encontró que el 44% de los trabajadores informaron experimentar estrés diario en el trabajo (Baruffati, 2021), en México tienen los niveles más altos de estrés laboral a nivel mundial, con el 75% de su fuerza laboral padeciendo estrés, según la (Organización Mundial de la Salud, (OMS, 2022).

Según un estudio llevado de la Organización Internacional del Trabajo (OIT) en América Latina y el Caribe, el estrés laboral es una de las primeras causas de absentismo, presentismo (no trabajar de manera productiva) y enfermedades laborales (OIT, 2016). En Centroamérica encontró que entre el 12% y el 15% de los trabajadores sienten estrés y tensión en sus trabajos (Organización Internacional del Trabajo, 2016). Según un estudio del Instituto de Investigación y Capacitación Laboral y Social (INCS, 2019) de Perú, el 44% de los trabajadores en el país experimentan estrés laboral. Además, se encontró que el 19% de los trabajadores peruanos tienen un alto riesgo de sufrir burnout.



Ante estas situaciones, se recurre a diferentes modos de afrontamiento, sin embargo, no todos los modos de afrontamiento son efectivos.

Según un estudio publicado en la revista *Health Psychology*, los modos de afrontamiento pueden tener efectos significativos en la salud mental de los trabajadores, además de que los efectos pueden ser duraderos en la salud mental. Si no tiene formas adaptativas de afrontamiento, baja la productividad, afecta la salud integral, e incluso, influye en problemas de presión arterial, migrañas, fibromialgias, burnout, etc (Carver et al., 2010).

Un estudio publicado en la revista *International Journal of Mental Health Systems* encontró una asociación significativa entre una baja resiliencia y una mayor probabilidad de tener síntomas de ansiedad y depresión en una muestra de trabajadores de la salud en Kenia (Mbuthia et al., 2021). Además, otro estudio publicado en la revista *Global Health Action* encontró que la baja resiliencia se asocia con una menor calidad de vida de cinco países de Latinoamérica (Alvarado-Esquivel et al., 2021).

En Perú, el Programa Nacional de Salud Mental del Ministerio de Salud, tiene como objetivo promover, proteger y rehabilitar mediante actividades para la recuperación de la salud mental; sin embargo, son pocas las entidades públicas y privadas que velan por el bienestar de sus trabajadores. Aproximadamente solo el 15% de las empresas lo consideran; además, es importante destacar que la atención a las estrategias de afrontamiento en Perú aún es limitada y que se requieren mayores esfuerzos para mejorar la educación y la prevención de estas. (Ministerio de Salud, 2022). En una investigación realizada por Chuquitapa et al. (2021) busco poder averiguar los modos de afrontamiento del Estrés y Bienestar Psicológico en Colaboradores de una municipalidad en Cusco, ante ello se evidencio que el 51% de estos colaboradores usan estrategias para afrontar el estrés y que estos se relacionan de manera directa con el bienestar psicológico

De igual manera, es importante mencionar a la resiliencia como un factor vinculado a las estrategias de afrontamiento al estrés, ya que según la

American Psychological Association (APA, 2021), refiere a la capacidad de adaptación y recuperación ante situaciones adversas. Por lo contrario, las consecuencias de la baja resiliencia son una mayor probabilidad de desarrollar trastornos mentales y una menor calidad de vida en general.

Aproximadamente el 48.33% de trabajadores que están expuestos a trabajos de atención al cliente o trato con personas directas, tienen un nivel bajo de resiliencia (Hurtado, 2020). Así mismo, en Huancayo en la investigación realizada por Capcha (2021), evidenció que el nivel de resiliencia en los trabajadores de su Municipalidad era bajo siendo esto, el 53.3%.

Un estudio publicado en la revista Acta Médica Peruana encontró una asociación entre una baja resiliencia y un mayor riesgo de síntomas depresivos y de ansiedad en una muestra de estudiantes universitarios peruanos (Linares et al., 2018). Asimismo, otro estudio encontró que una baja resiliencia se asoció con una peor calidad de vida en una muestra de pacientes con enfermedad renal crónica en Tacna (Valdivia-Salas et al., 2019).

Además, en el contexto regional, existen centros de salud mental y psicología en Tacna que ofrecen servicios a personas que presentan estrés y otros problemas emocionales; (Ministerio de Salud del Perú, 2022) lamentablemente, no logran hacer seguimiento o ser implementados en los centros laborales por falta de tiempo y organización, predominando la importancia única de la productividad y estabilidad económica, según comentan los trabajadores de la municipalidad distrital de Ite - Tacna.

Añadiendo a ello, son los trabajadores quienes mencionan la constante dificultad que tienen para adaptarse a un nuevo equipo de trabajo, la atención al cliente y las funciones no establecidas de manera clara por la organización. Seis de cada diez trabajadores, mencionan que, por lo general, tienden a evadir la problemática para evitar complicar la situación o mantener un puesto de trabajo, aunque esto signifique

sentirse cargados emocionalmente, frustrados y presentando en ocasiones, dolores estomacales o musculares.

De no cambiar la situación, a nivel individual una baja resiliencia produciría dificultades en la salud mental y física, trastornos del sueño y otros problemas de salud; en las organizaciones, aumento de la rotación del personal, absentismo, baja productividad y rendimiento laboral, lo que generaría mayores costos y disminución de la competitividad; como sociedad, una población con una baja resiliencia e incapacidad para manejar el estrés puede aumentar la carga en el sistema de salud , en la economía y la sociedad en general.

Sin embargo, sigue siendo escasa las investigaciones que han abordado los modos de afrontamiento al estrés y el nivel de resiliencia en el personal de la Municipalidad de Ite, así como los factores que influyen en la adopción de diferentes estrategias de afrontamiento y en el desarrollo de la resiliencia.

## **2.2. Pregunta de investigación general**

¿Cuál es la relación que existe entre las estrategias de afrontamiento al estrés y la resiliencia en los trabajadores de la municipalidad del distrito de Ite, Tacna – 2023?

## **2.3. Preguntas de investigación específicas**

### **P.E.1:**

¿Cuál es la relación que existe entre la dimensión estrategias de afrontamiento al estrés centrado en el problema y la resiliencia en los trabajadores de la municipalidad del distrito de Ite, Tacna – 2023?

### **P.E.2:**

¿Cuál es la relación que existe entre la dimensión estrategias de afrontamiento al estrés centrado en la emoción y la resiliencia en los trabajadores de la municipalidad del distrito de Ite, Tacna – 2023?

**P.E.3:**

¿Cuál es la relación que existe entre la dimensión estrategias de afrontamiento al estrés centrado en la evitación del problema y la resiliencia en los trabajadores de la municipalidad del distrito de Ite, Tacna – 2023?

**2.4. Objetivo general**

Determinar la relación que existe entre las estrategias de afrontamiento al estrés y la resiliencia en los trabajadores de la municipalidad del distrito de Ite, Tacna – 2023.

**2.5. Objetivos específicos**

**O.E.1:**

Determinar la relación que existe entre la dimensión estrategias de afrontamiento al estrés centrado en el problema y la resiliencia en los trabajadores de la municipalidad del distrito de Ite, Tacna – 2023.

**O.E.2:**

Determinar la relación que existe entre la dimensión estrategias de afrontamiento al estrés centrado en la emoción y la resiliencia en los trabajadores de la municipalidad del distrito de Ite, Tacna – 2023.

**O.E.3:**

Determinar la relación que existe entre la dimensión estrategias de afrontamiento al estrés centrado en la evitación del problema y la resiliencia en los trabajadores de la municipalidad del distrito de Ite, Tacna – 2023.

**2.6. Justificación e importancia**

**2.6.1. Justificación.**

Los modos de enfrentamiento al estrés, resulta ser importante ya que, el propio estrés en los trabajadores los lleva a experimentar un desequilibrio entre las demandas de su trabajo y sus recursos para hacerles frente, lo

que puede llevar a consecuencias negativas para la salud física y mental (Lazarus & Folkman, 1984; Karasek, 1979). Además, se ha encontrado que la resiliencia puede actuar como un factor protector frente a los efectos negativos del estrés crónico en la salud física y mental de los trabajadores (Connor & Davidson, 2003; Tugade & Fredrickson, 2004). Por lo tanto, es importante investigar los Estrategias de afrontamiento al estrés y la resiliencia en los trabajadores de la municipalidad de Ite para comprender mejor cómo estos factores pueden influir en su salud y bienestar.

### **Justificación Teórica**

Este estudio posee una justificación teórica significativa, ya que contribuirá al campo científico de la psicología al explorar la correlación entre las estrategias de afrontamiento al estrés y el nivel de resiliencia en los trabajadores. Esto permitirá realizar un análisis del impacto psicológico que estas estrategias están teniendo en los trabajadores, generando conocimiento valioso para la comunidad científica, tomando en cuenta teorías como la de Estrategias de Afrontamiento al Estrés de Moos y el modelo teórico de Wagnild y Young para la profundización de la Resiliencia.

### **Justificación Metodológica**

Asimismo, esta investigación cuenta con una justificación metodológica sólida. Ya que se consideran métodos cuantitativos para recopilar datos y analizarlos. Además, se toma en cuenta el tipo, nivel y diseño de la investigación para garantizar su rigurosidad. Se emplean diversos instrumentos para recopilar los datos necesarios que permitan llevar a cabo el desarrollo de la investigación. Además, se utilizarán técnicas de análisis estadístico descriptivo e inferencial para el procesamiento de los datos y la obtención de resultados relevantes.

### **Justificación Práctica**

La investigación es importante desde un punto de vista práctico ya que los resultados de la tesis podrían ayudar a la municipalidad de Ite a implementar políticas y programas que fomenten la resiliencia y el uso de estrategias de afrontamiento al estrés en sus trabajadores, mejorando así la salud y el bienestar de los mismos. Además, el estudio podría ser utilizado como referencia para otras instituciones y empresas interesadas en mejorar la salud y el bienestar de sus trabajadores.

### **Justificación Legal**

Desde un punto de vista legal, la tesis se justifica debido a la responsabilidad que tienen las empresas e instituciones de garantizar la seguridad y la salud de sus trabajadores, tal como lo establecen las leyes y regulaciones laborales. En Perú, la normativa laboral que establece la responsabilidad de los empleadores de garantizar la seguridad y la salud de sus trabajadores es la Ley de Seguridad y Salud en el Trabajo (Ley N° 29783). Esta ley establece las obligaciones de los empleadores en materia de prevención de riesgos laborales y promoción de la salud y el bienestar de los trabajadores. También establece la creación del Sistema de Gestión de Seguridad y Salud en el Trabajo, el cual busca promover la cultura de la prevención de riesgos laborales y mejorar las condiciones de trabajo en el país. Además, la Ley de Promoción de la Salud Mental en el Trabajo en el Perú fue aprobada en el año 2019 y es conocida oficialmente como Ley N° 30947. Esta ley reconoce la importancia de la salud mental en el ámbito laboral y busca establecer medidas efectivas para prevenir y atender los problemas de salud mental que pueden surgir en el trabajo. Además, esta ley establece la obligación de los empleadores de promover un ambiente de trabajo saludable y prevenir la discriminación y el acoso en el lugar de trabajo. La investigación podría ayudar a la municipalidad de Ite a cumplir con sus obligaciones legales y mejorar su desempeño como empleador responsable.

## **Justificación Social**

En cuanto la justificación social, la investigación puede brindar a los trabajadores de la Municipalidad del Distrito de Ite, Tacna un mayor conocimiento sobre las estrategias de afrontamiento al estrés y su relación con la resiliencia. A través de esta comprensión, los empleados podrían identificar y adoptar estrategias más efectivas para enfrentar y manejar el estrés laboral. Al contar con herramientas adecuadas, los trabajadores pueden experimentar una disminución de los efectos negativos del estrés en su bienestar físico y mental, lo que podría mejorar su calidad de vida y su satisfacción laboral. Así mismo, la organización también podría ser beneficiada ya que la tesis puede proporcionar información valiosa para la Municipalidad del Distrito de Ite, Tacna en términos de gestión del estrés y promoción de la resiliencia. Por último, a la comunidad, pues un personal municipal resiliente y capacitado en el manejo del estrés puede impactar positivamente en la calidad de los servicios y la atención que se brinda a la comunidad de Ite, Tacna.

### **2.6.2. Importancia**

La importancia de este estudio radica en la necesidad de comprender cómo los trabajadores de la municipalidad de Ite manejan el estrés en su trabajo y cómo la resiliencia puede influir en estos procesos. En términos teóricos, la investigación contribuirá a la literatura existente sobre las Estrategias de afrontamiento al estrés y la resiliencia, así como a la aplicación de estas teorías en un contexto laboral específico. Además, el estudio podría tener implicaciones prácticas para la gestión de recursos humanos en la municipalidad, al proporcionar información sobre cómo fomentar la resiliencia y mejorar las estrategias de afrontamiento al estrés en los empleados.

La combinación de estas dos técnicas permitirá una comprensión más completa y detallada de cómo los trabajadores de la municipalidad de Ite afrontan el estrés y cómo la resiliencia puede influir en estos procesos.

En general, este estudio tiene el potencial de generar conocimientos valiosos y prácticos que pueden mejorar la calidad de vida laboral de los trabajadores y la eficacia organizacional en la municipalidad de Ite.

## **2.7. Alcances y limitaciones**

### **2.7.1. Alcances**

**Delimitación Social:** Los individuos en la investigación son los trabajadores de la Municipalidad del Distrito de Ite.

**Delimitación Espacial o Geográfica:** La investigación se realizó en el distrito de Ite, provincia de Jorge Basadre del departamento de Tacna.

**Delimitación Temporalidad:** La investigación se realizó en el año 2023.

### **2.7.2. Limitaciones**

Si bien se obtuvieron resultados significativos en algunas relaciones entre variables, es posible que el tamaño de la muestra haya sido limitado para detectar relaciones más sutiles o menos evidentes. Un tamaño de muestra más grande podría haber proporcionado una mayor representatividad y robustez a los resultados.

La medición de las estrategias de afrontamiento y la resiliencia puede haber estado sujeta a sesgos o limitaciones inherentes a los instrumentos utilizados. La elección de cuestionarios o escalas específicas puede haber afectado la precisión de las mediciones. Es posible que hayan existido otros factores que podrían haber influido en las relaciones entre las estrategias de afrontamiento y la resiliencia, como la carga de trabajo, la cultura organizacional, el apoyo de los superiores y otros aspectos específicos del entorno laboral.



### III. MARCO TEÓRICO

#### 3.1. Antecedentes

##### 3.1.1. Internacionales

Gonzales y Sala (2021), en su artículo de investigación titulado “Importancia de la resiliencia individual y organizacional para la salud laboral del personal sanitario”, el objetivo principal es explorar el impacto de la resiliencia individual y organizacional en la salud laboral, para ello se utilizó una metodología cuantitativa, no experimental, correlacional y transversal, teniendo como muestra 311 profesionales de dos hospitales de Barcelona, la información fue recopilada a través del cuestionario de versión corta del CDRISC-10, el cuestionario de “Benchmark Resilience Tool” (BRT-13B) y el cuestionario de Martín, Luceño, Jaén y Rubio. Concluyeron que una mayor resiliencia individual influye en menor fatiga, menor presencia de enfermedad y mayor satisfacción laboral, con un índice de correlación de 0.712; a su vez, una mayor percepción de resiliencia organizacional tiene un impacto significativo en la satisfacción laboral. Los resultados de esta investigación muestran que tanto la resiliencia individual como la organizacional están relacionadas con la salud laboral y la satisfacción en el trabajo.

Chapilliquin (2021), en su artículo de investigación titulado “Estilos de Afrontamiento del Estrés Laboral en los Empleados del Sector Público”, tuvo como objetivo poder determinar cuáles son los estilos de afrontamiento que prevalecen en el sector público. Se utilizó una metodología cuantitativa - comparativa, no experimental, correlacional y transversal, entre los trabajadores del Patronato Municipal de Inclusión Social del Gobierno Autónomo Descentralizado de Santo Domingo, Dirección Distrital y Articulación Territorial de Agrocalidad Santo Domingo y la Delegación Provincial del Servicio Público del Trabajo y Empleo del Ministerio del Trabajo, ambos de Ecuador, la muestra fue de 82 funcionarios, la información fue recopilada a través del inventario de

respuestas de afrontamiento de Moos (CRI). La investigación concluyó que, existe una similitud significativa en el nivel de estrés percibido entre los empleados públicos de las organizaciones con un 0.944 en índice de alfa de cronbach, presentado una propuesta de mejora para afrontar el estrés laboral. En particular, la investigación proporciona una base para la comprensión de los factores que influyen en el estrés laboral de los trabajadores de la municipalidad y para la identificación de estrategias de afrontamiento.

Morán et al. (2019), en su artículo de investigación titulado “Estrategias de afrontamiento que predicen mayor resiliencia”, el objetivo de este trabajo fue averiguar estrategias de afrontamiento que predicen mayor resiliencia, para ello se utilizó una metodología cuantitativa, no experimental, correlacional y transversal, la información fue recopilada a través del cuestionario Connor-Davidson Escala de Resiliencia-25 (CD-RISC) y el cuestionario COPE-28. La muestra de este estudio estuvo fue de 734 adultos trabajadores residentes en la provincia de León, México. Los resultados revelaron que el afrontamiento activo es la estrategia que ejerce mayor influencia en la resiliencia ( $t = 8,615$ ; sig. =,000), y esta influencia es positiva. Además, se encontró que la Reevaluación positiva y la aceptación del problema también tienen una influencia positiva y significativa, con una influencia fuerte ( $t = 5,334$ ; sig. =,000 y  $t = 4,194$ ; sig. =,000, respectivamente). Se destaca la importancia de enseñar estas estrategias de afrontamiento en la educación para ayudar a las personas a enfrentar de manera más efectiva las situaciones difíciles que se presentan en la vida. Los hallazgos de esta investigación ofrecen insights significativos para comprender cómo fortalecer la resiliencia en el ámbito laboral y mejorar el bienestar psicológico de los trabajadores.

Vicente y Gabari (2019), en su artículo de investigación titulado: “Burnout y Factores de Resiliencia en Docentes de Educación Secundaria”, donde el objetivo fue establecer las relaciones que hay entre la percepción del burnout y la resiliencia en docentes. La metodología cuantitativa, no experimental, correlacional y transversal. La muestra fue conformada por

el profesorado de Educación Secundaria en conjunto con a la red pública de enseñanza en el curso, con un total de 1268 de institutos de la provincia de Huesca (España). La información fue recolectada para medir el síndrome de burnout, con la versión del MBI-GS desarrollado, Llorens, Peiró y Grau. Además, se utilizó el Cuestionario de Evaluación de Resiliencia de Serrano Martínez para evaluar el nivel de resiliencia de los participantes. Los resultados obtenidos revelaron que el 1,20% de los sujetos presentaban síntomas de burnout, mientras que un 13,17% mostraban un nivel de resiliencia significativo. Estos hallazgos sugieren que la resiliencia desempeña un papel protector frente al burnout, lo que indica que las estrategias de afrontamiento que promueven la resiliencia podrían ser beneficiosas para prevenir el estrés laboral.

Navarro et al. (2018), en su artículo de investigación titulado: “Estrés laboral, burnout y estrategias de afrontamiento en trabajadores que intervienen con menores en riesgo de exclusión social”, tuvo como objetivo poder determinar la relación entre las variables señaladas, usando una metodología cuantitativa, no experimental, correlacional y transversal, teniendo como muestra a 113 trabajadores de diversos recursos de la administración, la información fue recopilada a través de una batería de pruebas llamada Cuestionario para la Evaluación del Síndrome de Quemarse por el Trabajo (CESQT), el Cuestionario de Evaluación de Riesgos Psicosociales (DECORE), el Inventario de Respuestas de Afrontamiento-Adultos (CRI-A) y un cuestionario desarrollado Ad Hoc para recoger los datos sociodemográficos y laborales. Los resultados fueron que mediante el análisis de correlaciones de R de Pearson, se encuentran relaciones significativas entre las dimensiones de las variables evaluadas, con un 0.564 y ente las desgaste psíquico y sentimiento de culpabilidad, evidenciando que el desgaste y cansancio llevan a los profesionales a dirigirse con actitud negativa a los usuarios. En general, el estudio puede proporcionar un marco conceptual interesante para la tesis y puede ayudar a

contextualizar los resultados obtenidos en la muestra específica de la municipalidad del distrito de Ite.

### **3.1.2. Nacionales**

Llerena y Valdivia (2022) en su trabajo titulado “Resiliencia y compromiso Organizacional en trabajadores de la municipalidad de Socobaya Arequipa 2021” para obtener el grado de licenciados en psicología. Se tuvo como objetivo analizar la correlación entre la Resiliencia y Compromiso Organizacional, por lo que se hizo uso de una metodología de tipo relacional no experimental transaccional, la muestra fueron 120 trabajadores de la municipalidad a quienes se les aplicó la Escala de Resiliencia de Wagnild y Young, así como el Cuestionario de Compromiso Organizacional de Meyer y Allen. Los resultados mostraron que la dimensión predominante en la resiliencia fue la Confianza con 65.8% mientras que, en el Compromiso Organizacional, la dimensión predominante fue Normativo con 66.7%, por otro lado, los resultados relacionales indican que sí existe una relación significativa entre ambos constructos. Se concluye sí existe una relación y que no se presentan diferencias en cuanto al sexo. Con ello se rechaza la creencia que las mujeres presentan menor predisposición a comparación de los hombres para hacer frente a las demandas laborales.

Chuquitapa et al. (2021) en su artículo titulado: “Afrontamiento del Estrés y Bienestar Psicológico en Colaboradores de una municipalidad de Cusco” se tuvo como objetivo relacionar el afrontamiento del estrés y el bienestar psicológico en los trabajadores de la municipalidad distrital de Wanchaq de Cusco, por lo que empleó una metodología cuantitativa, no experimental y transversal. Se evaluó a 102 trabajadores a quienes se les evaluó con dos instrumentos, El test de Afrontamiento COPE en su adaptación Peruana por Peña, y la escala de bienestar psicológico BIEPS-A en la adaptación peruana de García. Los resultados arrojaron que el 51% se encuentra en un nivel medio de afrontamiento al estrés, un 50% presenta un bienestar psicológico medio y se evidencia un

coeficiente de .287 en cuando a la correlación. Se concluye que existe una relación positiva baja entre las variables, específicamente con las dimensiones de Centrado en el problema y Centrado en la Emoción. Dando a conocer que un adecuado bienestar psicológico está acompañado de estrategias de afrontamiento adecuadas, lo que repercute una en otra.

Sinchi (2021), en su investigación titulada “Estrés laboral y resiliencia en actores sociales de la municipalidad distrital de Wanchaq, 2021”, para obtener el grado de licenciado en psicología. Tuvo como objetivo determinar la relación entre el estrés laboral y resiliencia, por lo que hizo uso de una metodología cuantitativa básica, descriptiva correlacional y transeccional. La muestra evaluada fue 47 trabajadores, a quienes se les aplicó el Cuestionario de Estrés Laboral – OIT y el cuestionario de Resiliencia de Wagnild y Young. Los resultados indicaron que el 85.1% presentaba un estrés laboral bajo, mientras que el 76.6% mostraba una resiliencia alta; la correlación arrojó un puntaje de  $-.507$ , dando a conocer una correlación moderada inversa. Se concluye que a menor estrés laboral existe un mayor nivel de resiliencia. Se denota que, un buen entrenamiento en resiliencia ayuda al personal a hacer frente a las exigencias laborales.

Castillo (2021) en su trabajo denominado: “Resiliencia y estrés laboral en trabajadores de la Municipalidad del Distrito de Viques, Huancayo – 2021” para obtener el grado de licenciado en psicología. Planteó como objetivo principal determinar la relación entre resiliencia y estrés laboral, por lo que hizo uso de una metodología de tipo básico y de diseño descriptivo correlacional. La muestra fueron 30 trabajadores de la municipalidad a quienes se les aplicó la Escala de Resiliencia de Wagnild y Young y el cuestionario de Estrés Laboral de Spielberger y Vagg. Los resultados mostraron que el 53.3% presenta una resiliencia alta, así como el 63.3% manifiesta un estrés laboral bajo, por otro lado, se obtuvo un coeficiente de correlación de  $0.432$ . Se concluye que existe una relación de nivel moderado entre ambas variables. Los resultados se ven

replicables como el trabajo de Sinchi (2021), denotando la relación independientemente del lugar donde se aplique.

Valdivia (2018), en su trabajo titulado: “Resiliencia y estrés laboral en los trabajadores de la municipalidad distrital de Santiago, Cusco-2018”, para obtener el grado Maestro. Buscó determinar el grado de relación entre la resiliencia y estrés laboral, haciendo uso de un enfoque cuantitativo, descriptivo correlacional y no experimental. La muestra fueron 78 trabajadores de la municipalidad distrital de Santiago Cusco a quienes se les aplicó el cuestionario sobre resiliencia laboral y la escala de estrés laboral. Los resultados indicaron una correlación moderada e inversa, teniendo un puntaje de  $-.693$ . Se concluye que a mayor resiliencia existe un menor grado de estrés laboral percibido en los trabajadores. Es por ello que la resiliencia es un factor importante en el área organizacional.

### **3.1.3. Locales**

Zelada (2022), en su investigación titulada “Satisfacción laboral y capacidad de resiliencia del profesional de enfermería del área COVID-19 de un hospital público”. El objetivo de este estudio fue investigar la relación entre la satisfacción laboral y la capacidad de resiliencia de los profesionales de enfermería que trabajan en el área COVID-19 de un hospital público en Tacna. Se utilizó un enfoque cuantitativo, descriptivo, correlacional y transversal, con un diseño no experimental y una muestra de 68 profesionales de enfermería. Se aplicaron dos cuestionarios de escala Likert como instrumentos de medición, uno para evaluar la satisfacción laboral y otro para medir la capacidad de resiliencia, específicamente el Cuestionario de Resiliencia desarrollado por Wagnild y Young. Los resultados revelaron que la mayoría de los profesionales de enfermería mostraron niveles de satisfacción laboral (58.82%) y capacidad de resiliencia (64.71%) altos. La prueba estadística Chi-cuadrado ( $p = 0.049 < \alpha = 0.05$ ) confirmó la hipótesis alterna, lo que indica que existe una relación entre la satisfacción laboral y la capacidad de resiliencia de los profesionales de enfermería que trabajan en el área

COVID-19 de un hospital público. Estos hallazgos destacan la importancia de la satisfacción laboral para desarrollar y mantener un nivel adecuado de resiliencia, independientemente de la profesión.

Morales (2021), en su trabajo titulado: “Modos de afrontamiento al estrés y síndrome de burnout en personal de seguridad ciudadana de la Municipalidad Provincial de Tacna, 2021” para obtener el grado de licenciado en psicología. Se planteó como objetivo principal determinar la relación entre los modos de afrontamiento al estrés y el síndrome de burnout, haciendo uso de una metodología básica correlacional, no experimental y transeccional. Se tuvo una muestra de 71 trabajadores de la Seguridad Ciudadana de la Municipalidad de Tacna a quienes se les aplicó el Cuestionario de Modos de Afrontamiento al Estrés COPE-28 en su versión adaptada en Perú por Lévano, y el Inventario Burnout de Maslach adaptada en Perú por Parrera. Los resultados del P valor oscilaron entre .066 y el .923 para los modos de afrontamiento al estrés y el síndrome de burnout, de manera descriptiva se tuvo que el modo de afrontamiento más usado es el afrontamiento activo y que sí existe burnout en los trabajadores. Se concluye que no existe relación entre las variables mencionadas. Aunque no se concretó una relación, existe información importante a rescatar del trabajo investigativo

Lavado y Piñas (2021), en su investigación que titula: “Estrés laboral y estilos de afrontamiento en el personal de la Central - Emergencias 105 de la Policía nacional del Perú - Tacna”, para obtener el grado de Licenciado en Psicología. Buscó como objetivo poder determinar la relación entre el estrés laboral y los estilos de afrontamiento, la metodología que se utilizó fue un estudio cuantitativo de tipo básica, de nivel descriptivo correlacional, de diseño no experimental con corte transversal, en una muestra de 120 efectivos policiales de la central de emergencia 105 de la PNP. La información fue recopilada a través de un cuestionario estructurado de elaboración propia sometido a validación por criterio de jueces. Los resultados indican que, en relación con el objetivo general, se evidencia que el P-valor de las variables es 0.000

con un nivel de fuerza de correlación de 0.376, se concluye aceptando la hipótesis alternativa que existe una relación significativa entre el estrés laboral y los estilos de afrontamiento en el personal de la central de emergencias 105 de la policía nacional del Perú - Tacna, según la prueba de Correlación de Pearson y probándose la hipótesis alternativa general. Los resultados obtenidos en esta investigación pueden ayudar a identificar los factores de estrés en el trabajo y las estrategias de afrontamiento que son más efectivas en los trabajadores, lo que podría ser útil para desarrollar programas de intervención específicos.

## **3.2. Bases Teóricas**

### **3.2.1. Estrategias de afrontamiento al Estrés**

Se define al afrontamiento como los esfuerzos, cognitivos y conductuales que realiza el sujeto para enfrentar una situación que, muchas veces, superan las demandas internas y externas, así como el estado emocional desagradable relacionada del sujeto, que desencadena en agentes estresores y causantes de ansiedad. Es decir, se entiende como el balance entre las exigencias del ambiente y los recursos personales, por lo que se sabe que los individuos responden activamente a las condiciones del medio y pueden adaptarse para poder reducirlo (Gutiérrez, 2018).

Edwards (1980, citado por Gutiérrez, 2018), define el afrontamiento como un patrón o forma relativamente constante de lidiar con varias situaciones estresantes, y este proceso va a involucrar tanto aspectos cognitivos y conductuales de una persona para que puedan cambiar con el tiempo y las circunstancias cuando se enfrentan a situaciones. Asimismo, se ha mencionado que el afrontamiento ocurre cuando se experimenta un evento que afecta a un individuo, se evalúa una situación amenazante y se ejecutan respuestas cognitivas y conductuales para eliminarla.



Lazarus y Folkman (1991, citado por Barcelata, 2015), sostienen que el afrontamiento es un mecanismo activado por circunstancias que los individuos perciben como amenazantes o más allá de sus capacidades de afrontamiento, haciendo que se activen todos los recursos personales, ambientales y socioambientales que le ayuden a adaptarse efectivamente a situaciones estresantes.

### **3.2.1.1. Definición de Estrategias de afrontamiento al Estrés**

El término estrés tiene un origen en el vocablo *distrés*, es decir, en la pena o aflicción, lo que lo explicaría como el proceso adaptativo que tienen las persona frente a una emergencia. El estrés viene a ser incierto para sobrevivir, debido a que no solo se trata de una emoción, sino se forma como el agente generador de emociones que impulsan a la persona a reaccionar y actuar en diversas situaciones que podrían suponer un riesgo a su bienestar y equilibrio emocional (Sierra, Ortega & Zubedat, 2003, citado en Cuba & Valdivia, 2021).

Los mismos autores señalan que el estrés impulsa a las personas a hacer frente a situaciones de potencial peligro, lo cual puede generar estrés positivo o negativo dependiendo de la valoración que cada individuo haga de las situaciones y de sus capacidades para adaptarse a los cambios del entorno. Cada persona percibe y reinterpreta las situaciones de acuerdo a su propia interpretación.

Por otro lado, Lazarus (1984, citado en Reyes, 2018) define el estrés como el proceso por el cual una persona intenta "manejar" las demandas percibidas de una situación y la discrepancia entre los recursos disponibles para hacerle frente. Los esfuerzos para afrontar el estrés pueden ser variados e irregulares, y no siempre se encuentran soluciones. Sin embargo, también pueden ayudar a las personas a cambiar su percepción de una situación, aceptarla con resignación o evitarla por completo.

Entonces, para dicho autor, las estrategias de afrontamiento al estrés son un conjunto de técnicas o conductas que utiliza una persona para

enfrentarse a situaciones estresantes y reducir su impacto (Lazarus, 1986).

En este contexto, el afrontamiento al estrés se refiere a la respuesta de un individuo ante una situación estresante, la cual está influenciada por experiencias previas, el conocimiento de sus propias habilidades y las motivaciones que influyen en su proceso activo de adaptación (Carver, Scheier y Weintraub, 1989, citado en Cuba y Valdivia, 2021).

### **3.2.1.2. Proceso de afrontamiento**

El afrontamiento no se manifiesta como una defensa inmediata, sino que se activa en situaciones en las que el individuo percibe una amenaza real o potencial. El grado de demanda de la situación y la forma en que el individuo actúa o utiliza estrategias de afrontamiento determinan la intensidad del impacto y los resultados generados por la situación estresante. Estos procesos entran en juego cuando el individuo comienza a experimentar malestar y su relación con el entorno se ve desequilibrada. La activación de estos procesos está determinada por la evaluación que el individuo realiza de las características del entorno y de los recursos disponibles para enfrentar el estrés. (Gutiérrez, 2018).

### **3.2.1.3. Teoría de afrontamiento al Estrés de Fernández y Abascal**

La Teoría de Estrategias de Afrontamiento al Estrés de Fernández y Abascal plantea que existen tres dimensiones principales en las cuales se organizan los estilos de afrontamiento. Estas dimensiones son el método empleado en el afrontamiento, la focalización del afrontamiento y la actividad involucrada en el afrontamiento (Fernández y Abascal, 2002, citado por Esquerre, 2017).

En cuanto a la focalización en el afrontamiento, se identifican tres enfoques: el afrontamiento directo o defensivo, que implica concentrar la atención en un evento estresante y utilizar recursos cognitivos y conductuales para generar un cambio; los métodos de afrontamiento defensivo, que implican evitar el evento estresante una vez que ha

ocurrido o suprimir la respuesta emocional, cognitiva y fisiológica asociada a este, reduciendo así su impacto; y el afrontamiento activo/aproximación, que involucra movilizar esfuerzos para encontrar soluciones y abordar de manera directa la situación estresante (Fernández, 2009).

Con respecto al enfoque del afrontamiento, se distinguieron dos situaciones: el afrontamiento dirigido al problema, el cual tiene como finalidad el abordar los estresores y las condiciones ambientales cambiantes, y las estrategias de afrontamiento dirigidas a las emociones, que buscan controlar y reducir las emociones relacionadas con el estrés. Este último no aborda directamente el problema en sí, sino que ayuda a que el individuo se sienta mejor cuando se enfrenta al peligro o la amenaza.

En cuanto al tipo de actividad movilizada, se diferencian el estilo de afrontamiento cognitivo, en el cual se ponen los principales esfuerzos en procesos cognitivos; y el estilo de afrontamiento conductual, que se caracteriza por comportamientos observables y acciones concretas.

#### **3.2.1.4. Teoría de Estrategias de afrontamiento al Estrés de Moos**

La Teoría de Estrategias de Afrontamiento al Estrés de Moos propone una evaluación basada en dos enfoques conceptuales: el enfoque de afrontamiento y el procedimiento de afrontamiento. Moos (2010) destaca la importancia de combinar dos dimensiones: el foco y el método.

El foco se refiere a la orientación que el individuo adopta para abordar el problema, ya sea mediante una aproximación activa o mediante la evitación. La aproximación implica un enfoque activo en el cual se busca resolver los conflictos centrándose en el problema. Se trata de emplear esfuerzos cognitivos y conductuales para comprender la situación y dominar el estresor, comprometiéndose en la búsqueda de soluciones. Por otro lado, la evitación implica alejarse de los problemas y enfocarse en controlar las emociones que se activan. El objetivo del

afrontamiento es evitar pensar en el estresor y las consecuencias asociadas, aceptando o resignándose a la situación (Macías, 2013).

En cuanto al método utilizado, se hace referencia a los tipos de esfuerzos que realiza el individuo, ya sea de naturaleza cognitiva o conductual. Los esfuerzos cognitivos se refieren a estrategias mentales y al uso del lenguaje interno. La combinación de estas dos dimensiones produce cuatro estilos de afrontamiento: enfoque cognitivo, enfoque conductual, evitación cognitiva y evitación conductual. Al considerar los aspectos de enfoque y método, que incluyen estrategias activas y pasivas, cognitivas y conductuales, se establecen dos estrategias para cada tipo.

Las estrategias de afrontamiento mencionadas incluyen las siguientes (Izquierdo, 2020): el Análisis Lógico (AL), que se refiere a los esfuerzos cognitivos para entender y alistarse mentalmente para enfrentar las consecuencias del estresor; la Revalorización Positiva (R), implica los intentos cognitivos de reconstruir y reformar un problema desde la perspectiva positiva; la Búsqueda de Orientación y Apoyo (BA), que implica esfuerzos conductuales para buscar información, apoyo y orientación; la Resolución de Problemas (RP), que se refiere a los esfuerzos conductuales para abordar directamente el problema y buscar soluciones; la Evitación Cognitiva (EC), que implica esfuerzos cognitivos para evitar pensar en el problema de manera realista; la Aceptación/Resignación (A), que son intentos cognitivos de actuar frente al problema aceptándolo; la Búsqueda de Gratificaciones Alternativas (BG), que se refiere a los esfuerzos conductuales de involucrarse en actividades similares y encontrar nuevas fuentes de satisfacción; y la Descarga Emocional (DE), que implica esfuerzos conductuales para reducir la tensión expresando sentimientos negativos.

### **3.2.1.5. Dimensiones**

Lazarus y Folkman (1984) presentaron dos enfoques para hacer frente al estrés: uno se centra en abordar el problema directamente, mientras que el otro se enfoca en manejar las emociones asociadas. Sin embargo, Carver, Scheier y Weintraub (1989) introducen un tercer enfoque adicional llamado estilo evitativo.

#### **3.2.1.5.1. Estrategia de afrontamiento al estrés centrado en el problema.**

La persona recurre a acciones directas enfocadas en enfrentar las circunstancias y superar los eventos adversos. Quienes priorizan la resolución de problemas son individuos decididos que implementan medidas concretas para mitigar los efectos negativos en ellos mismos. Estas medidas abarcan el desarrollo de estrategias de acción, la búsqueda de información y el apoyo emocional, entre otros.

De acuerdo con la teoría de Carver et al. (1989), este enfoque de afrontamiento centrado en el problema se puede dividir en cinco modos. En primer lugar, está el afrontamiento activo, que implica iniciar acciones directas y aumentar los esfuerzos para reducir o eliminar el estrés. Luego está la planificación de actividades, que consiste en pensar en la manera de enfrentar el estresor, establecer estrategias de acción, determinar los pasos que debe seguir y la dirección de los esfuerzos. La supresión de actividades se refiere a limitarse, restringirse o posponer los planes. La retracción de afrontamiento implica posponer las acciones y dejarlas para otro momento. Por último, la búsqueda de apoyo emocional se refiere a buscar el respaldo del entorno, buscar consejos, opiniones y sugerencias con el objetivo de sentirse comprendido y reafirmar que el enfoque utilizado para afrontar la situación estresante es adecuado.

#### **3.2.1.5.2. Estrategia de afrontamiento al estrés centrado en la emoción.**

En este enfoque de afrontamiento, el individuo se enfoca en sus emociones con el objetivo de aliviar el dolor. Incluye la búsqueda de

apoyo emocional, que implica buscar consuelo a través de la interacción con otros. Asimismo, el individuo reconoce y admite sus emociones frente a situaciones estresantes, buscando mantener un equilibrio emocional. La reinterpretación es otra estrategia utilizada, donde se modifica el significado de la situación estresante, centrándose en aspectos positivos y expresando optimismo. La aceptación implica reconocer y aceptar la realidad problemática sin resistencia, soltando y asumiendo la situación. El retorno a la religión es una estrategia en la cual el individuo encuentra tranquilidad y apoyo emocional a través de la práctica religiosa, hallando sentido y continuidad en su vida y proyectos. Además, el análisis de emociones se refiere a la reflexión sobre los propios pensamientos, actitudes y comportamientos, reconociendo la responsabilidad personal en los sucesos y tratando de manejarlos de manera adecuada en cada situación estresante.

#### **3.2.1.5.3. *Estrategia de afrontamiento al estrés centrado en la evitación del problema.***

Se refiere a que el individuo adopta comportamientos de evitación frente a situaciones problemáticas. Existen diversas formas de evitar el acontecimiento estresante. Una de ellas es la negación, donde el individuo se niega a aceptar la realidad actual y evita reconocer la existencia de problemas. Otra forma de negación es esperar que las cosas se resuelvan por sí solas o culpar a otros por el problema. Además, se recurre a conductas inadecuadas, mostrando hostilidad, agresividad y falta de asertividad. La distracción también se utiliza como estrategia de afrontamiento, realizando actividades como ver televisión, escuchar música, leer un libro, cantar, bailar, cuidado personal, mejorar la apariencia física, hacer ejercicio o utilizar sustancias como el alcohol, el tabaco y las drogas para reducir la tensión (Alcoser, 2012).

## **3.2.2. Variable Resiliencia**

### **3.2.2.1. Definición de resiliencia.**

Según Garmezy (1991), la resiliencia se define como la habilidad de una persona para recuperarse frente a situaciones difíciles y adoptar una conducta adaptativa. Esta habilidad permite a un individuo enfrentarse a diversas circunstancias complejas y salir adelante. Estas capacidades son inherentes al ser humano y le permiten sobrellevar situaciones complicadas y alcanzar la recuperación.

Masten (2001) señala que la resiliencia es un fenómeno definido por la capacidad de lograr resultados positivos y beneficiosos para la persona, incluso ante situaciones adversas, ya que implica un proceso de adaptación.

Así mismo, la American Psychological Association (APA; 2021), considera que la resiliencia es aquella capacidad de adaptación y recuperación ante situaciones adversas.

### **3.2.2.2. Características de la Resiliencia.**

De acuerdo con Wolin y Wolin (citado en Prado Del Águila, 2001), las principales características de una persona resiliente incluyen:

**3.2.2.2.1. Introspección.** Implica un proceso de autoconocimiento, donde la persona emplea su capacidad para formularse preguntas y encontrar respuestas a nivel personal.

**3.2.2.2.2. Independencia.** Se refiere a la habilidad de un individuo para reconocer las condiciones adversas sin desvincularse completamente del problema, manteniendo, al mismo tiempo, una autonomía que le permite no verse afectado emocional ni físicamente.

**3.2.2.2.3. Capacidad de relacionarse.** Esta es la habilidad de interactuar con el entorno de forma satisfactoria, equilibrando sus capacidades y necesidades mediante la empatía y la habilidad de sostener relaciones saludables.

**3.2.2.2.4. Iniciativa.** Consiste en la manera en que una persona enfrenta las dificultades y toma la decisión de ejercer cierto control sobre ellas.

**3.2.2.2.5. Humor.** Facilita una respuesta positiva frente a diversas situaciones, manifestándose a través de una actitud calmada y pacífica, logrando restar importancia a las emociones negativas.

**3.2.2.2.6. Creatividad.** Define la habilidad de crear soluciones alternativas en momentos de adversidad; según Serrano (2005), esta característica es fundamental en adolescentes, ya que activa defensas protectoras que funcionan como mecanismos personales en contextos externos a la familia.

**3.2.2.2.7. Moralidad.** Involucra un nivel de conciencia ética que le permite a la persona discernir y actuar conforme a lo que considera correcto, mostrando valores sólidos.

### **3.2.2.3. Modelos explicativo Psicosocial de Erickson**

Erik Erikson desarrolló un modelo que describe los ocho estadios psicosociales por los que una persona transita a lo largo de su vida. Según esta teoría, el desarrollo de un individuo es esencial, ya que pasa por diferentes etapas relacionadas con las experiencias acumuladas en su entorno. Aunque esta investigación se centra en adolescentes, es relevante considerar los estadios previos, ya que cada uno aporta habilidades necesarias para enfrentar y superar conflictos. Erikson describe ocho etapas psicosociales fundamentales, pero solo se detallarán aquellas relevantes a las edades de nuestra población:

**3.2.2.3.1. Aislamiento versus amor.** Este estadio, que ocurre entre los 20 y 30 años, se caracteriza por el deseo de integrarse al entorno, marcando los límites de cuánto puede sacrificarse para obtener aceptación. El objetivo principal es alcanzar un nivel de intimidad; si esto no se logra adecuadamente, puede llevar al aislamiento, afectando las relaciones y generando inseguridad y desconfianza.



**3.2.2.3.2. Generatividad versus estancamiento.** Este estadio corresponde a la adultez, entre los 40 y 50 años, cuando la persona suele haber alcanzado estabilidad en su carrera y familia y busca contribuir a la sociedad. La preocupación por la eficiencia y productividad es prominente, y el ambiente laboral se convierte en un aspecto central. Una crisis en esta etapa puede causar problemas de adaptación o un sentimiento de conformismo.

**3.2.2.3.3. Integridad versus desespero.** En la vejez, a partir de los 50 años, las personas experimentan este estadio, caracterizado por la integridad o el desespero. Enfrentando la pérdida de seres queridos, los adultos mayores deben sobrellevar diversas adversidades.

**3.2.2.4. Modelo teórico de Wagnild y Young**

Wagnild y Young (1993) plantean que la resiliencia es un rasgo positivo que permite a las personas tolerar y resistir los obstáculos, realizando sus tareas adecuadamente y fortaleciendo su capacidad para superar desafíos, incluso tras experiencias de vida difíciles y frustrantes. Desarrollaron la Escala de Resiliencia (ER), un test de 25 ítems aplicado a una muestra de 810 mujeres adultas, aunque los autores mencionan su aplicabilidad a hombres y diversas edades (citado en Del Águila, 2003).

En esta evaluación se destacan dos factores clave en la resiliencia:

Factor I: La capacidad personal, entendida como invencibilidad, autoconfianza, ingenio, perseverancia, fortaleza, independencia y determinación.

Factor II: La aceptación de uno mismo y de la vida, que incluye flexibilidad, equilibrio y adaptabilidad, cualidades esenciales para una vida pacífica y positiva, afrontando adversidades sin inquietud.

Según Wagnild y Young (1993), un individuo resiliente se caracteriza por estos modelos.

### **3.2.2.5. Modelo del Desarrollo Psicosocial de Grotberg.**

Grotberg presenta un modelo de resiliencia basado en la teoría de Erikson, el cual sostiene que la resiliencia es una respuesta continua a la adversidad, reforzable desde la infancia. Además, afirman que la resiliencia no solo ayuda a enfrentar la adversidad, sino que también promueve la salud mental (Grotberg, 1996). Infante (2002) agrega que "adversidad" puede incluir diversos factores de riesgo, como pobreza o la pérdida de un ser querido, que son subjetivos y varían entre personas.

### **3.2.2.6. Modelo de Resiliencia de Richardson**

Según Richardson (2011), la resiliencia se refiere al proceso mediante el cual un individuo confronta y enfrenta la adversidad de manera efectiva, buscando soluciones a los problemas que se le presentan. Por su parte, Saavedra (2004) destaca la importancia de la integración como uno de los conceptos fundamentales en esta teoría. La integración implica que, frente a situaciones complicadas, se utilizan los factores protectores que todos poseemos, como la familia, la escuela y la comunidad. Estos factores tienen el potencial de amortiguar los efectos adversos, permitiendo que la persona elija consciente o inconscientemente entre cuatro opciones de reintegración.

### **3.2.2.7. Dimensiones de la Resiliencia**

Wagnild y Young (1993) proponen cinco dimensiones que toman función de factores de la resiliencia:

En primer lugar, la ecuanimidad, se refiere a mantener una perspectiva equilibrada sobre la vida y las experiencias personales, afrontando las cosas con calma y moderando las actitudes frente a la adversidad.

En segundo lugar, sentirse bien en la propia compañía, implica experimentar una sensación de libertad y reconocer que cada individuo es único y de gran importancia.

En tercer lugar, la confianza en uno mismo, se refiere a tener la creencia y la capacidad de confiar en sí mismo y en las propias habilidades.

En cuarto lugar, la perseverancia, implica la persistencia a pesar de los obstáculos y dificultades. El individuo posee un fuerte anhelo de logro y muestra autodisciplina.

Por último, la autosatisfacción, se relaciona con el bienestar experimentado al alcanzar metas, objetivos y desarrollarse personalmente. Estos estados emocionales se producen cuando se obtienen los resultados esperados.

#### **3.2.2.8. Importancia de la Resiliencia**

Wolin y Wolin (1993) afirman que la resiliencia desempeña un papel crucial en el desarrollo de una persona, ya que la fortalece y la hace más resistente a lo largo de diferentes etapas de su vida. Ellos sostienen que la resiliencia no se desarrolla de manera singular, sino que se compone de siete factores significativos que contribuyen a la formación de una persona resiliente, como se explicó anteriormente: insight, independencia, interacción, iniciativa, humor, creatividad y moralidad. Por otro lado, Baldwin (1992) destaca la importancia de la resiliencia en hogares que se encuentran en entornos de alto riesgo. Asimismo, Werner (1989) argumenta que comprender la resiliencia es fundamental para diseñar intervenciones y políticas adecuadas. Según esta autora, la intervención clínica puede entenderse como un esfuerzo por ayudar a las personas a encontrar equilibrio en situaciones que pueden llevar a la vulnerabilidad.

### **3.3. Marco conceptual**

#### **3.3.1. Resiliencia**

La resiliencia se define como la capacidad de una persona para enfrentar situaciones difíciles y recuperarse de ellas, incluso salir fortalecidos. Es la capacidad para adaptarse y superar la adversidad, el cambio o la incertidumbre. (Masten, 2018).

#### **3.3.2. Estrategias de afrontamiento**

Son los recursos cognitivos y conductuales que utiliza una persona para hacer frente a las situaciones de estrés y reducir su impacto en su bienestar psicológico y físico. (Lazarus y Folkman, 1984).

#### **3.3.3. Estrés**

Es una respuesta fisiológica y psicológica del organismo ante situaciones o eventos que se perciben como amenazantes o desafiantes para el equilibrio emocional o físico. (Selye, 1956).

#### **3.3.4. Centrado en evitación**

Es una estrategia de afrontamiento que se centra en evitar la situación estresante o escapar de ella. Se trata de un enfoque pasivo y a menudo se relaciona con un aumento del estrés y la ansiedad a largo plazo. (Folkman y Lazarus, 1988).

#### **3.3.5. Centrado en el problema**

Es una estrategia de afrontamiento que se enfoca en el problema y en la búsqueda de soluciones. Se trata de un enfoque activo que busca modificar la situación estresante. (Lazarus y Folkman, 1984).

#### **3.3.6. Centrado en la emoción**

Es una estrategia de afrontamiento que se enfoca en manejar las emociones asociadas a la situación estresante. Se trata de un enfoque más pasivo que busca regular las emociones negativas que se experimentan. (Lazarus y Folkman, 1984).

## **IV. METODOLOGÍA**

Este estudio de investigación se enmarca en el enfoque cuantitativo, el cual tiene como característica, emplear métodos de recolección y análisis de datos con el objetivo de responder preguntas de investigación, probar hipótesis, evaluar la medición de variables e instrumentos de investigación, y utilizar técnicas estadísticas descriptivas e inferenciales. (Lozada y Yangali, 2020).

### **4.1. Tipo y nivel de investigación.**

El estudio realizado se clasifica como investigación básica, cuyo objetivo fue analizar la relación entre las variables de estrategias de afrontamiento al estrés y resiliencia (Hernández et al., 2014).

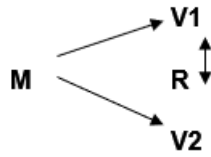
En cuanto al diseño de la investigación, se trata de un estudio descriptivo-correlacional. Es descriptivo porque tiene como propósito definir las características, rasgos y propiedades relacionadas con el tema de estudio. Además, se emplea el enfoque correlacional para determinar la relación existente entre las variables específicas (Hernández et al., 2010).

### **4.2. Diseño de Investigación**

Según Hernández et al. (2010), la investigación no experimental se caracteriza por no manipular las variables, lo que la convierte en el tipo de diseño de investigación más comúnmente utilizado.

Asimismo, este estudio se enmarca dentro de un diseño de corte transversal. En este enfoque, los datos se recopilan en un único momento, en un tiempo específico, con el objetivo de describir las variables y su relación en ese momento particular.

Siguiendo el siguiente esquema:



Donde

M = Muestra

O1 = Medición del Estrategias de afrontamiento al estrés

O2 = Medición de la Resiliencia

R = Relación

#### **4.3. Hipótesis general y específicas**

##### **4.3.1. Hipótesis general**

Existe relación entre las estrategias de afrontamiento al estrés y la resiliencia en los trabajadores de la municipalidad de Ite, 2023.

##### **4.3.2. Hipótesis específicas**

###### **H.E.1:**

Existe relación entre las estrategias de afrontamiento al estrés centrado en el problema y la resiliencia en trabajadores de la municipalidad de Ite, 2023.

###### **H.E.2:**

Existe relación entre las estrategias de afrontamiento al estrés centrado en la emoción y la resiliencia en trabajadores de la municipalidad de Ite, 2023.

###### **H.E.3:**

Existe relación entre las estrategias de afrontamiento al estrés centrado en la evitación y la resiliencia en trabajadores de la municipalidad de Ite, 2023.

#### **4.4. Identificación de las variables**

##### **4.4.1. Estrategias de afrontamiento al estrés**

###### **Definición Conceptual**

Lazarus y Folkman (1986) describen el afrontamiento al estrés como los esfuerzos mentales y comportamentales que una persona realiza para hacer frente a demandas específicas, tanto externas como internas. Según esta definición, el afrontamiento se concibe como un proceso continuo de adaptación que implica una interacción significativa con el entorno en el que se encuentra inmersa.

###### **Definición operacional**

La Variable que será medida a través del Inventario de afrontamiento al estrés de Brief COPE-28, evaluando el uso de cualquier tipo de estrategia de afrontamiento está relacionado con la evaluación cognitiva, el control percibido y las emociones.

##### **4.4.2. Resiliencia**

###### **Definición Conceptual**

Según Wagnild y Young (1993), la resiliencia es un rasgo de la personalidad que atenúa el impacto negativo del estrés y facilita la adaptación. Esta cualidad implica fortaleza emocional y se emplea para describir a individuos que demuestran coraje y capacidad de adaptación frente a las adversidades de la vida.

###### **Definición Operacional**

Variable que será medida a través de la escala de Resiliencia (ER), la cual evalúa Ecuanimidad, Sentirse bien solo, Confianza en sí mismo, Perseverancia, Satisfacción personal.

#### 4.5. Operacionalización de variables

**Figura 1**

*Operacionalización*

VARIABLE	DIMENSIONES	INDICADORES	ITEMS	VALORES DE ESCALA	NIVELES Y RANGOS	TIPO DE VARIABLE ESTADÍSTICA
Estrategias de afrontamiento al estrés	<b>Centrado en el problema</b>	- Afrontamiento activo	- 2, 6 - 26, 10	Siempre lo hago Hago bastante esto Hago esto un poco Nunca lo hago	Alto Medio Bajo	Ordinal
		Planificación				
	<b>Centrado en la emoción</b>	- Apoyo emocional	- 1, 9			
		- Apoyo instrumental	- 17, 28 - 14, 18			
		- Reinterpretación positiva	- 3, 21 - 16, 20			
		- Aceptación Religión				
		- Desconexión conductual	- 11, 25 - 12, 23			
	<b>Centrado en la evitación del problema</b>	- Desahogo	- 15, 24			
		- Uso de sustancias	- 7, 19 - 4, 22			
		- Humor	- 5, 13			
		- Auto distracción	- 8, 27			
		- Negación				
- Autoinculpación						



---

<b>Ecuanimidad</b>	- Asertivo	- 7	- Totalmente en desacuerdo	- Alto
	- Importancia	- 8	- En desacuerdo	- Medio
	- Obligación	- 11	- Parcialmente de en desacuerdo	- Bajo
	- Lamento	- 12	- Ni de acuerdo ni en desacuerdo	
			- Parcialmente de acuerdo	
			- De acuerdo	
			- Totalmente de acuerdo	
<b>Sentirse bien solo</b>	- Soledad	- 5		
	- Metas	- 3		
	- Planificación	- 19		
<b>Confianza en sí mismo</b>	- Tiempo	- 6, 9		
	- Tarea	- 10, 13		
	- Toma de decisiones	- 17		
	- Organización Independiente	- 18, 24		

---

---

<b>Perseverancia</b>	- Autodisciplina	- 1	
	- Confianza	- 2, 23	
	- Metas	- 4, 20	
	- Interés	- 14	
	Puntualidad	- 15	
<b>Satisfacción personal</b>	- Energía	- 16	-
	- Proactividad	- 21	
	- Autoconcepto	- 22	
	Motivación	25	

---

**Fuente:** elaboración propia

## **4.6. Población – Muestra**

### **4.6.1. Población.**

De acuerdo con Hernández et al. (2010), la población se refiere al grupo de elementos que comparten características similares y forman parte de un estudio. Por otro lado, Arias define la muestra como un subconjunto de elementos seleccionados dentro de un estudio con el propósito de reducir la población inicial.

En este estudio, la población estuvo compuesta por 349 trabajadores de la municipalidad de Ite en el año 2023.

### **4.6.2. Muestra**

Velázquez y Rey (1999), explican que la muestra es una parte de la población, las cuales deben cumplir con ciertas condiciones de probabilidad y por la que las conclusiones deben tener validez para todo el universo. Es por tal que, para la muestra del presente estudio se utilizó a los 349 trabajadores de la municipalidad de Ite, 2023 que cuenten con la disposición de ser incluidos en la evaluación.

### **4.6.3. Muestreo**

Para la muestra del presente estudio se utilizó el muestreo no probabilístico por conveniencia. El muestreo no probabilístico por conveniencia es un método de selección de muestra en el cual los participantes son escogidos de manera no aleatoria, siguiendo la disponibilidad y conveniencia del investigador. En este enfoque, se seleccionan elementos que estén fácilmente accesibles, tales como amigos, familiares, colegas u otros individuos presentes en el entorno próximo del investigador (Lozada y Yangali, 2020).

Para ello se considerarán los siguientes criterios de inclusión:

- Trabajadores activos de la Municipalidad de Ite.
- Trabajadores que deseen participar del estudio.

- Trabajadores menores de 65 años.

Asimismo, se considerarán los siguientes criterios de exclusión:

- Trabajadores ajenos a la Municipalidad de Ite.
- Practicantes pre profesionales que se encuentren realizando labores en la municipalidad de Ite.
- Trabajadores mayores de 65 años.
- Trabajadores que no deseen participar del estudio.

#### **4.7. Técnicas e Instrumentos de recolección de información**

##### **4.7.1. Técnica**

La técnica que se utilizará en el presente estudio será la encuesta. Según Carrasco (2009), esta técnica es considerada ideal en investigación, debido a su versatilidad, utilidad, propósito claro y simplicidad en la recolección de datos.

##### **4.7.2. Instrumento.**

Los instrumentos que se utilizaron forman parte del compendio de instrumentos psicométricos, las cuales según Aragón (2015), son herramientas que se utilizan como apoyo en el proceso de evaluación para medir diferentes cualidades psicológicas del individuo, generando resultados cuantitativos con los cuales se obtendrá información específica de cada uno de los sujetos, los cuales son los siguientes:

- Inventario de afrontamiento al estrés Brief - “COPE 28”
- Inventario de Resiliencia (ER)

##### **4.7.2.1. Ficha técnica del Inventario de afrontamiento al estrés Brief – “COPE 28”.**

Inventario de afrontamiento al estrés Brief Cope-28, el autor original es Carver Ch. (1997), y fue adaptado al Perú por Levano, J. (2018). Con una

confiabilidad de .89 alfa de Cronbach. El inventario busca determinar que estrategias de afrontamiento.

La administración puede ser individual o colectiva, ya sea en formato físico o computarizado, con una duración aproximada de 15 a 20 minutos. Las dimensiones incluyen: estrategias de afrontamiento centradas en el problema, estrategias centradas en la emoción y estrategias de evitación del problema.

#### **Validez y confiabilidad del instrumento.**

La validación del instrumento realizada por Salas (2021), donde se realizó la validez usando la técnica de juicio de expertos, en la cual cada ítem del instrumento fue analizado por profesionales altamente experimentados en Psicología y/o investigación; obteniendo un índice de acuerdo de 0.96 indicando la validez del instrumento.

Así mismo, el presente estudio realizó una validez por juicio de expertos de 3 psicólogos: 1 grado de doctor y 2 magister, obteniendo un porcentaje de acuerdo del 98%. Además se realizó un análisis de Alfa de Cronbach obteniendo un índice de .763.

#### **4.7.2.2. Ficha técnica de Escala de Resiliencia**

Nombre del instrumento: Escala de Resiliencia. Los autores: Wagnild, G. Young, H. (1993), lugar de procedencia: Estados Unidos, adaptación peruana por Toro (2007) y validada por Salas (2021). La administración puede ser Individual o colectiva, con una duración de 25 a 30 minutos, para adolescentes, jóvenes y adultos. Sus dimensiones son: Ecuanimidad, Sentirse bien solo, Confianza en sí mismo, Perseverancia, Satisfacción personal. En cuanto a la confiabilidad, se ha utilizado el coeficiente alfa de Cronbach para determinar la consistencia interna del instrumento. Los resultados obtenidos para las diferentes dimensiones fueron los siguientes: Confianza en sí mismo (.86), Ecuanimidad (.80), Perseverancia (.79), Satisfacción personal (.81), Sentirse bien solo (.75),

y un coeficiente alfa total de .89. Estos valores indican un nivel satisfactorio de confiabilidad del instrumento.

#### **Validez y confiabilidad del instrumento.**

La validez y confiabilidad del instrumento se han evaluado de diferentes maneras. Así mismo, el presente estudio realizó una validez por juicio de expertos de 3 psicólogos: 1 grado de doctor y 2 magister, obteniendo un porcentaje de acuerdo del 98%. Además se realizó un análisis de Alfa de Cronbach item – item obteniendo un índice de .851.

#### **4.8. Técnicas de análisis e interpretación de datos**

En primera instancia, se realizó una presentación formal con los coordinadores y psicólogos correspondientes para realizar las validaciones por juicio de expertos. Seguidamente, se realizó las aplicaciones correspondientes. Al momento de la aplicación, se solicitará la participación, autorización y consentimiento informado a los trabajadores, brindándoles así, las dos escalas sucesivamente. Para ello, se les explicará las instrucciones de cada test, tiempo de duración y objetivo de la investigación. La aplicación, fue de forma grupal, y tomando un tiempo de 15 minutos como máximo por cada instrumento.

Seguidamente se procesó los datos por el programa Excel, para luego realizar los análisis correspondientes por el programa SPSS versión 26, realizando las pruebas de normalidad y correlación pertinentes.

#### **4.9. Aspectos éticos**

Se tomó en cuenta los siguientes aspectos éticos:

Se solicitó el permiso mediante una solicitud dirigida al jefe encargado del área pertinente de la Municipalidad del Distrito de Ite, adjuntando el proyecto aprobado por la universidad, con el motivo de obtener la autorización para la aplicación del instrumento. Con lo cual se logró

coordinar los tiempos y métodos de la aplicación de los cuestionarios, con un promedio de 35 minutos en una aplicación colectiva.

En relación con el formulario de encuesta, el instrumento que se aplicó es confidencial, no presenta datos personales ni específico revele la identidad del participante, siendo la base de datos e información recolectada perteneciente al investigador y utilizado para cumplir únicamente con la investigación.

Finalmente se recalca que la participación es voluntaria, por lo que, si decide participar, firma una ficha de consentimiento informado y; de lo contrario, al no desear ser parte, el participante tiene la opción de no firmar dicho consentimiento y no participar de la investigación.

## V. RESULTADOS

### 5.1. Presentación de resultados

Para el presente trabajo, se presentarán los principales resultados de las evaluaciones realizadas a 200 participantes, iniciando con las dimensiones de la variable Estrategias de afrontamiento ya que, al ser una variable nominal, no presenta un resultado general; luego de ello, se presentarán los datos de la variable Resiliencia.

**Tabla 2**

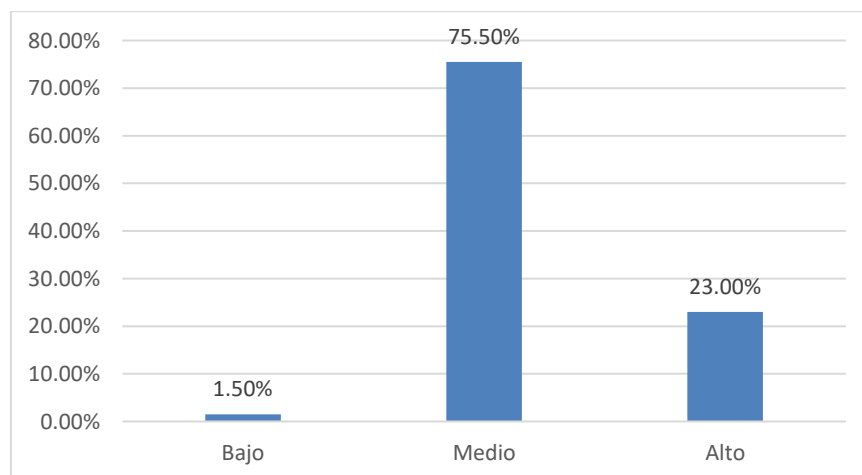
*Resultados de la dimensión de Estrategia de Afrontamiento al estrés Centrado en el Problema.*

Nivel	Frecuencia	Porcentaje
Bajo	3	1.50 %
Medio	151	75.50 %
Alto	46	23.00 %
<b>Total</b>	<b>200</b>	<b>100.00 %</b>

Fuente. Elaboración Propia Matriz de Datos

**Figura 1**

*Resultados de la dimensión de Estrategia de Afrontamiento al estrés Centrado en el Problema.*



Fuente. Elaboración Propia Matriz de Datos



**Tabla 3**

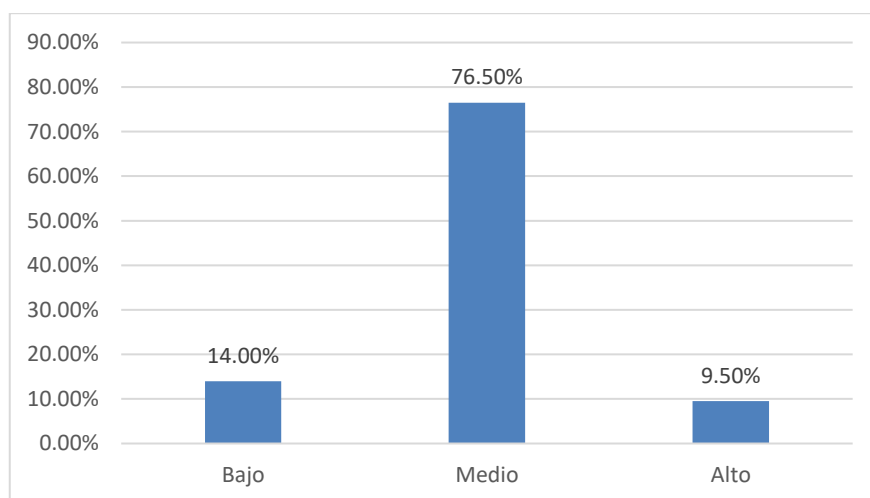
*Resultados de la dimensión de Estrategia de Afrontamiento al estrés Centrado en la Emoción.*

<b>Nivel</b>	<b>Frecuencia</b>	<b>Porcentaje</b>
<b>Bajo</b>	28	14.00%
<b>Medio</b>	153	76.50%
<b>Alto</b>	19	9.50%
<b>Total</b>	200	100.00 %

Fuente. Elaboración Propia Matriz de Datos

**Figura 2**

*Resultados de la dimensión de Estrategia de Afrontamiento al estrés Centrado en la Emoción.*



Fuente. Elaboración Propia Matriz de Datos

**Tabla 4**

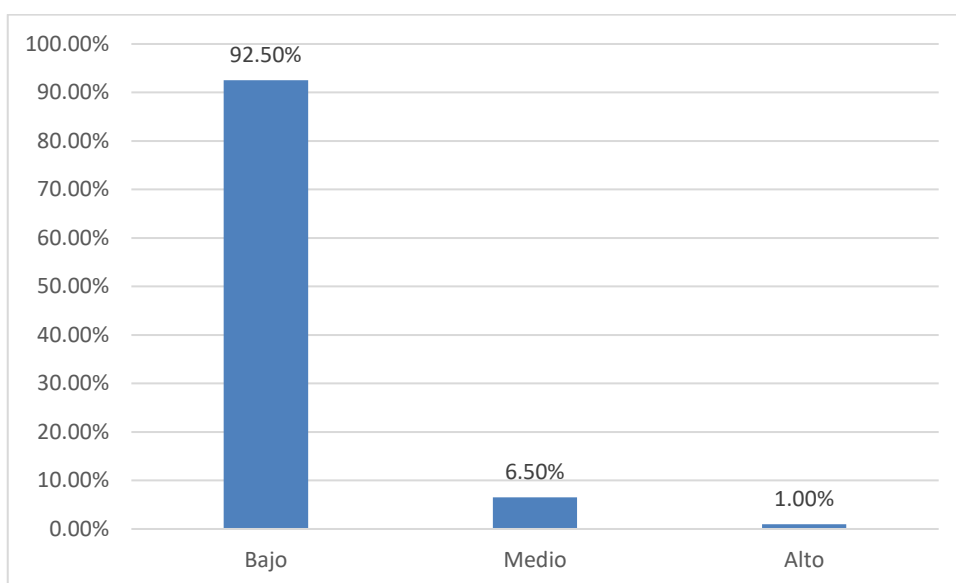
*Resultados de la dimensión de Estrategia de Afrontamiento al estrés Centrado en la Evitación.*

<b>Nivel</b>	<b>Frecuencia</b>	<b>Porcentaje</b>
<b>Bajo</b>	185	92.50%
<b>Medio</b>	13	6.50%
<b>Alto</b>	2	1.00%
<b>Total</b>	200	100.00 %

Fuente. Elaboración Propia Matriz de Datos

**Figura 3**

*Resultados de la dimensión de Estrategia de Afrontamiento al estrés Centrado en la Evitación.*



Fuente. Elaboración Propia Matriz de Datos

**Tabla 5**

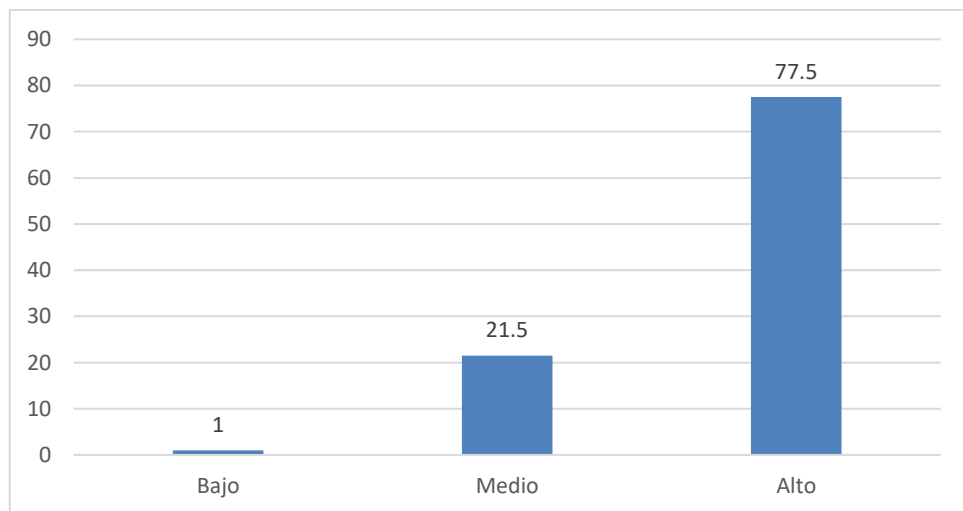
*Resultados de Resiliencia.*

<b>Nivel</b>	<b>Frecuencia</b>	<b>Porcentaje</b>
<b>Bajo</b>	2	1.00
<b>Medio</b>	43	21.50
<b>Alto</b>	155	77.50
<b>Total</b>	200	100.00 %

Fuente. Elaboración Propia Matriz de Datos

**Figura 4**

*Resultados de Resiliencia.*



Fuente. Elaboración Propia Matriz de Datos

## **5.2. Interpretación de resultados**

En la Tabla 02 y figura 01, se observa que, de los 200 trabajadores evaluados, 151 (75.50%) utiliza de manera media la Estrategia de Afrontamiento al estrés Centrado en el Problema, 46 (23.00%) en un nivel alto y solo 3 (1.50%) personas en un nivel bajo.

En la Tabla 03 y figura 02, se observa que, de los 200 trabajadores evaluados, 153 (76.50%) utiliza de manera media la Estrategia de Afrontamiento al estrés Centrado en la Emoción, 28 (14.00%) en un nivel bajo y 19 (9.50%) personas en un nivel alto.

En la Tabla 04 y figura 03, se observa que, de los 200 trabajadores evaluados, 185 (92.50%) utiliza de manera media la Estrategia de Afrontamiento al estrés Centrado en la Evitación, 13 (6.50%) en un nivel medio y 2 (1.00%) personas en un nivel bajo.

En la Tabla 05 y figura 04, se observa que, de los 200 trabajadores evaluados, 155 (77.50%) poseen un nivel alto de Resiliencia, 43 (21.50%) en un nivel medio y 2 (1.00%) personas en un nivel bajo.

## VI. ANÁLISIS DE RESULTADOS

### 6.1. Prueba de Normalidad

Antes de probar las hipótesis se pretende probar si cumple la normalidad para decir qué tipo de proceso estadístico se aplicará.

#### 6.1.1. Prueba de Normalidad

Ha: Los datos tienen una distribución normal

Ho: Los datos no tienen una distribución normal

#### 6.1.2. Elección del nivel de significación

Confianza = 95 %

Nivel de Significancia = 0.05 (5%)

#### 6.1.3. Prueba estadística empleada

Dado que el tamaño de nuestra muestra supera los 50 datos, se ha decidido que la prueba adecuada para llevar a cabo la presente investigación será el test de Kolmogorov-Smirnov. Esta prueba, también conocida como valor "p", es de gran utilidad para determinar si debemos utilizar pruebas paramétricas o no paramétricas en nuestro análisis.

**Tabla 6**

*Prueba de normalidad Kolmogorov – Smirnov*

Kolmogorov-Smirnov <sup>a</sup>	gl	Sig.
<b>Estrategias de Afrontamiento al Estrés</b>	200	0.000
<b>Resiliencia</b>	200	0.000

#### 6.1.4. Criterio de Decisión

Si P- valor es mayor que 0.05, se rechaza la hipótesis nula y se acepta la hipótesis alterna, caso contrario, si el valor de P es menor que 0.05, se acepta la hipótesis nula y se rechaza la alterna.

### 6.1.5. *Decisión y conclusión*

Como se logró entender en el total de datos obtenidos se observa que es menor al 0.05, por lo que se concluye que se acepta la HO y por el contrario se rechaza la Ha y esto nos lleva a entender que no tienen una distribución normal, es por ello que se aplicara la prueba de RHO Spearman.

## 6.2. **Comprobación de Hipótesis**

### 6.2.1. *Hipótesis General*

**Ha.** Existe relación entre las estrategias de afrontamiento al estrés y la resiliencia en los trabajadores de la municipalidad de Ite, 2023.

**Ho.** No existe relación entre las estrategias de afrontamiento al estrés y la resiliencia en los trabajadores de la municipalidad de Ite, 2023.

#### **Tabla 7**

*Prueba de Correlación de Rho Spearman para las variables Estrategias de Afrontamiento al Estrés y la Resiliencia en los trabajadores de la municipalidad de Ite, 2023.*

		<b>Resiliencia</b>
<b>Estrategias de</b>	Rho de Spearman	.203
<b>afrontamiento al</b>	Sig. (bilateral)	.004
<b>Estrés</b>	N	200

#### **Lectura del P Valor**

Ho: ( $p > 0.05$ ) → No se Rechaza la Ho

H1: ( $p < 0.05$ ) → Se rechaza la Ho

$P = ,000$ ;  $\alpha=0.004$  →  $P < 0.05$  entonces se rechaza la Ho

## Interpretación

De acuerdo con la Tabla 7, se comparó el valor de  $p = 0.004$  (significancia asintótica) con el valor convencional de  $\alpha = 0.05$ , encontrándose que  $0.004 < 0.05$ . Por lo tanto, se acepta  $H_a$ , indicando que existe una relación entre ambas variables. Además, el coeficiente de correlación obtenido entre las variables es 0.203, lo que sugiere una correlación positiva débil. Según Hernández et al. (2014), el coeficiente de correlación puede oscilar entre -1.0 y +1.0, representando desde una correlación negativa perfecta hasta una positiva perfecta, mientras que un valor de 0 indica la ausencia de correlación entre las variables.

### 6.2.2. Hipótesis Específica 1

**Ha.** Existe relación entre las estrategias de afrontamiento al estrés centrado en el problema y la resiliencia en trabajadores de la municipalidad de Ite, 2023.

**Ho.** No existe relación entre las estrategias de afrontamiento al estrés centrado en el problema y la resiliencia en trabajadores de la municipalidad de Ite, 2023.

### Tabla 8

*Prueba de Correlación de Rho Spearman para la Dimensión de Estrategias de Afrontamiento al Estrés Centrado en el Problema y la Resiliencia en los trabajadores de la municipalidad de Ite, 2023.*

		Resiliencia
<b>Estrategias de afrontamiento al Estrés Centrado en el Problema</b>	Rho de Spearman	.138
	Sig. (bilateral)	.052
	N	200

### Lectura del P Valor

Ho: ( $p > 0.05$ ) → No se Rechaza la Ho

H1: ( $p < 0.05$ ) → Se rechaza la Ho

$P = ,000$ ;  $\alpha=0.052$  →  $P > 0.05$  entonces se acepta la Ho

### Interpretación

De acuerdo con la Tabla 8, se comparó el valor de  $p = 0.052$  (significancia asintótica) con el valor convencional de  $\alpha = 0.05$ , y se observó que  $0.052 > 0.05$ . En consecuencia, se acepta Ho, lo cual indica que no existe una relación entre ambas variables. Además, el coeficiente de correlación entre las variables es de 0.136, lo que representa un valor bajo. Según Hernández et al. (2014), el coeficiente de correlación oscila entre -1.0 y +1.0, donde estos valores extremos indican una correlación negativa o positiva perfecta, respectivamente, mientras que un valor de 0 muestra la ausencia de correlación entre las variables.

### 6.2.3. Hipótesis Específica 2

**Ha.** Existe relación entre las estrategias de afrontamiento al estrés centrado en la emoción y la resiliencia en trabajadores de la municipalidad de Ite, 2023.

**Ho.** No existe relación entre las estrategias de afrontamiento al estrés centrado en la emoción y la resiliencia en trabajadores de la municipalidad de Ite, 2023.

### Tabla 9

*Prueba de Correlación de Rho Spearman para la Dimensión de Estrategias de Afrontamiento al Estrés Centrado en la Emoción y la Resiliencia en los trabajadores de la municipalidad de Ite, 2023.*

		Resiliencia
<b>Estrategias de afrontamiento al Estrés Centrado en la Emoción</b>	Rho de Spearman	.180
	Sig. (bilateral)	.011
	N	200

### Lectura del P Valor



Ho: ( $p > 0.05$ ) → No se Rechaza la Ho

H1: ( $p < 0.05$ ) → Se rechaza la Ho

$P = ,000$ ;  $\alpha=0.011$  →  $P < 0.05$  entonces se rechaza la Ho

### Interpretación

Según la Tabla 9, se confrontó el valor de  $p = 0.011$  (Asíntota sig.) con el valor convencional de  $\alpha = 0.05$  y se halló que  $0.011 < 0.05$ . Por consiguiente, se acepta Ha, es decir, existe una relación entre ambas variables. Además, se puede ver que el coeficiente de correlación entre ambas variables de la investigación es 0.180, afirmando una relación entre ambas variables.

#### 6.2.4. Hipótesis Específica 3

**Ha.** Existe relación entre las estrategias de afrontamiento al estrés centrado en la evitación y la resiliencia en trabajadores de la municipalidad de Ite, 2023.

**Ho.** No existe relación entre las estrategias de afrontamiento al estrés centrado en la evitación y la resiliencia en trabajadores de la municipalidad de Ite, 2023.

### Figura 10

*Prueba de Correlación de Rho Spearman para la Dimensión de Estrategias de Afrontamiento al Estrés Centrado en la Evitación y la Resiliencia en los trabajadores de la municipalidad de Ite, 2023.*

		Resiliencia
<b>Estrategias de afrontamiento al Estrés Centrado en la Evitación</b>	Coeficiente de correlación	.162
	Sig. (bilateral)	.022
	N	200

### Lectura del P Valor

Ho: ( $p > 0.05$ ) → No se Rechaza la Ho

H1: ( $p < 0.05$ ) → Se rechaza la Ho

$P = ,000$ ;  $\alpha=0.022$  →  $P < 0.05$  entonces se rechaza la Ho

### **Interpretación**

Según la Tabla 10, se confrontó el valor de  $p = 0.022$ (Asíntota sig.) con el valor convencional de  $\alpha = 0.05$  y se halló que  $0.022 < 0.05$ . Por consiguiente, se acepta Ha, es decir, existe una relación entre ambas variables. Además, se puede ver que el coeficiente de correlación entre ambas variables de la investigación es 0.162, afirmando una relación entre ambas variables.

## VII. DISCUSIÓN DE RESULTADOS

En el presente estudio, se investigaron las estrategias de afrontamiento al estrés y el nivel de resiliencia en los trabajadores de la Municipalidad del Distrito de Ite en el año 2023. A través de la recopilación de datos y el análisis de los resultados, se buscó comprender la manera en que los trabajadores hacen frente a las demandas laborales y cómo la resiliencia influye en su bienestar psicológico en este contexto específico.

Los resultados del objetivo general de esta investigación, reflejó que existe relación entre las estrategias de afrontamiento al estrés y la resiliencia en los trabajadores de la municipalidad de Ite 2023, estos resultados se asemejan indirectamente con los obtenidos por Sinche (2021), pues al observar que el 85.1% de los trabajadores en tu estudio presentaba un bajo nivel de estrés laboral y el 76.6% mostraba una alta resiliencia, esto sugiere una asociación positiva entre ambas variables. La correlación inversa de  $-0.507$  que obtuviste también indica que a menor estrés laboral, existe un mayor nivel de resiliencia en los trabajadores de la Municipalidad de Ite. Es decir, aquellos empleados que se enfrentan a situaciones laborales estresantes de manera efectiva y utilizan estrategias de afrontamiento adaptativas tienden a mostrar una mayor capacidad de resiliencia. De la misma forma, con los resultados obtenidos por Castillo (2021), quien estudió las mismas variables y encontró una una relación de nivel moderado entre ambas variables.

Estos resultados respaldan la idea de que el entrenamiento en resiliencia puede ser una herramienta valiosa para los trabajadores en el manejo del estrés laboral. Una mayor resiliencia puede actuar como un amortiguador contra los efectos negativos del estrés en el bienestar emocional y el rendimiento laboral. Los trabajadores que tienen una mayor capacidad de recuperación emocional y que pueden adaptarse positivamente a las situaciones estresantes pueden experimentar una disminución del impacto negativo del estrés en su vida laboral. Esto

puede tener implicaciones importantes para el bienestar general del personal de la municipalidad. Un enfoque en el entrenamiento en resiliencia y el desarrollo de estrategias de afrontamiento efectivas puede mejorar la capacidad de los trabajadores para hacer frente a las exigencias laborales y reducir el impacto del estrés en su salud mental y emocional.

En este contexto, las estrategias de afrontamiento activas y constructivas, como la planificación y la búsqueda de apoyo social, pueden desempeñar un papel fundamental en el fortalecimiento de la resiliencia de los trabajadores. Cuando los empleados se sienten capaces de enfrentar los desafíos laborales de manera efectiva y contar con un soporte social adecuado, están más propensos a desarrollar una mayor resiliencia frente a situaciones estresantes y adversas.

Asimismo, la teoría de la resiliencia destaca la capacidad de los individuos para adaptarse positivamente a la adversidad y recuperarse de experiencias estresantes. En este sentido, aquellos trabajadores que utilizan estrategias de afrontamiento activas y resilientes, tienden a mostrar una mayor capacidad de recuperación emocional ante situaciones desafiantes en el ámbito laboral.

Los resultados del primer objetivo específico señalan, no existe relación entre las estrategias de afrontamiento al estrés centrado en el problema y la resiliencia en trabajadores de la municipalidad de Ite 2023. A pesar de que se esperaba que el uso de estrategias de afrontamiento centradas en el problema estuviera relacionado positivamente con la resiliencia de los trabajadores, los datos recopilados no respaldan esta hipótesis. Es importante destacar que los resultados de esta investigación son específicos para el contexto de la Municipalidad de Ite en el año 2023 y que otros estudios en diferentes entornos laborales pueden arrojar resultados distintos.

Una posible explicación de esta falta de relación podría estar relacionada con la naturaleza particular de las demandas laborales en la

municipalidad. Es posible que los trabajadores enfrenten desafíos o situaciones estresantes en el trabajo que requieran un enfoque más orientado a la búsqueda de apoyo social y el afrontamiento emocional, en lugar de centrarse exclusivamente en resolver los problemas prácticos.

Además, también es relevante considerar el papel de otros factores que podrían influir en la relación entre las estrategias de afrontamiento centradas en el problema y la resiliencia, como las características individuales de los trabajadores, su experiencia laboral previa y el nivel de apoyo organizacional disponible en la municipalidad.

A pesar de que los resultados no mostraron una relación significativa en este contexto específico, es importante destacar que las estrategias de afrontamiento centradas en el problema siguen siendo una herramienta valiosa para los trabajadores en la gestión del estrés laboral y la adaptación a situaciones desafiantes. Las estrategias de afrontamiento centradas en el problema pueden ser especialmente útiles en otras circunstancias o contextos laborales, y su implementación adecuada podría fomentar la resiliencia y el bienestar emocional de los trabajadores.

En cuanto al segundo objetivo específico de esta investigación, los resultados indican que sí existe una relación significativa entre las estrategias de afrontamiento al estrés centradas en la emoción y la resiliencia en los trabajadores de la Municipalidad de Ite 2023. Este hallazgo sugiere que los trabajadores que utilizan estrategias de afrontamiento centradas en la emoción, como la expresión emocional y la búsqueda de apoyo social para lidiar con el estrés laboral, tienen mayores niveles de resiliencia en comparación con aquellos que emplean otras estrategias de afrontamiento o que enfrentan el estrés de manera más evitativa. Esta relación entre las estrategias de afrontamiento centradas en la emoción y la resiliencia puede explicarse a través de la teoría de la resiliencia y el enfoque adaptativo del afrontamiento al estrés.

La resiliencia se refiere a la capacidad de los individuos para adaptarse de manera positiva y recuperarse de situaciones estresantes y adversas. En este sentido, las estrategias de afrontamiento centradas en la emoción pueden actuar como mecanismos de regulación emocional que permiten a los trabajadores expresar y procesar sus emociones de manera saludable y constructiva.

Al buscar apoyo social y compartir las emociones relacionadas con el estrés laboral, los trabajadores pueden sentirse comprendidos y respaldados, lo que contribuye a un mayor sentido de bienestar y fortaleza psicológica. Estas interacciones sociales pueden servir como un recurso valioso para enfrentar los desafíos laborales y desarrollar una mayor resiliencia frente a situaciones estresantes.

Es importante destacar que las estrategias de afrontamiento centradas en la emoción no implican una evasión del problema, sino que complementan las estrategias centradas en la solución de problemas y pueden ser igualmente efectivas en el manejo del estrés laboral. El uso equilibrado y adecuado de diversas estrategias de afrontamiento puede ayudar a los trabajadores a enfrentar las demandas laborales de manera más efectiva y desarrollar una mayor capacidad de resiliencia.

No obstante, es relevante considerar que la relación entre las estrategias de afrontamiento centradas en la emoción y la resiliencia puede variar según las características individuales de los trabajadores y el contexto laboral específico. Futuros estudios podrían profundizar en esta relación y analizar cómo otros factores, como el apoyo organizacional y las características de personalidad, influyen en esta asociación.

En lo que respecta al tercer objetivo específico de esta investigación, los resultados apuntan a que sí existe una relación significativa entre las estrategias de afrontamiento al estrés centradas en la evitación y la resiliencia en los trabajadores de la Municipalidad de Ite 2023. Este hallazgo puede resultar sorprendente, ya que la evitación como estrategia de afrontamiento a menudo se asocia con una adaptación

menos saludable a situaciones estresantes. Se podría esperar que aquellos trabajadores que utilizan estrategias de evitación para lidiar con el estrés laboral tengan una menor resiliencia debido a que evitan directamente enfrentar los problemas o las emociones asociadas con el estrés.

Sin embargo, es importante considerar que el uso de estrategias de evitación como mecanismo de afrontamiento no necesariamente implica un enfoque negativo o desadaptativo. En algunos casos, la evitación puede ser una respuesta temporal o una forma de autoprotección ante situaciones especialmente abrumadoras o amenazantes.

Es posible que algunos trabajadores, al evitar temporalmente ciertos aspectos estresantes de su labor, puedan encontrar espacio para recuperarse emocionalmente y posteriormente desarrollar una mayor resiliencia para enfrentar los desafíos laborales. La resiliencia no siempre implica una confrontación directa e inmediata de las situaciones estresantes, sino también la capacidad de adaptarse y recuperarse a lo largo del tiempo.

Además, la relación entre las estrategias de evitación y la resiliencia podría depender de otros factores contextuales y personales, como la naturaleza específica de las demandas laborales, el apoyo social disponible y las características de personalidad de los trabajadores.

Aunque este hallazgo sugiere una relación entre las estrategias de afrontamiento centradas en la evitación y la resiliencia, es importante destacar que el uso excesivo y crónico de estrategias de evitación podría tener consecuencias negativas para el bienestar a largo plazo. Por lo tanto, sería relevante considerar cómo promover un equilibrio adecuado entre las estrategias de afrontamiento para favorecer el desarrollo de una resiliencia saludable en el contexto laboral de la municipalidad.

Es importante mencionar que esta investigación proporciona una visión específica de la relación entre las estrategias de afrontamiento centradas en la evitación y la resiliencia en trabajadores de la Municipalidad de Ite

2023. Futuros estudios podrían ampliar la muestra y considerar otros factores para tener una comprensión más completa de esta relación.



## **VIII. CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES**

### **8.1. Conclusiones**

Se confirmó la existencia entre las estrategias de afrontamiento al estrés y la resiliencia en los trabajadores de la municipalidad de Ite, 2023

No se encontró una relación significativa entre las estrategias de afrontamiento al estrés centrado en el problema y la resiliencia en los trabajadores de la Municipalidad de Ite 2023.

Se encontró una relación significativa entre las estrategias de afrontamiento al estrés centrado en la emoción y la resiliencia en los trabajadores de la Municipalidad de Ite 2023.

Se encontró una relación significativa entre las estrategias de afrontamiento al estrés centrado en la evitación y la resiliencia en los trabajadores de la Municipalidad de Ite 2023.

### **8.2. Recomendaciones**

Es importante que la Municipalidad de Ite considere los hallazgos de esta investigación para mejorar el bienestar y la resiliencia de sus trabajadores. La implementación de intervenciones y programas basados en los resultados puede contribuir a crear un ambiente laboral más saludable, donde los empleados puedan enfrentar los desafíos con mayor eficacia y adaptabilidad emocional. Además, se recomienda seguir investigando para obtener una comprensión más profunda de las relaciones entre las estrategias de afrontamiento y la resiliencia en el contexto específico de la municipalidad.

A pesar de no haber encontrado una relación significativa en este estudio, se sugiere que la Municipalidad de Ite considere promover y brindar capacitación sobre estrategias de afrontamiento centradas en el problema a sus trabajadores. Estas estrategias pueden ser valiosas para mejorar su capacidad para resolver desafíos laborales y manejar

situaciones estresantes. Además, se recomienda realizar investigaciones adicionales para comprender mejor los factores que podrían influir en la relación entre estas estrategias y la resiliencia en el contexto específico de la municipalidad.

Dado que las estrategias de afrontamiento centradas en la emoción parecen estar asociadas con una mayor resiliencia, se sugiere que la municipalidad promueva un ambiente de trabajo que fomente la expresión emocional y el apoyo social entre los empleados. Brindar oportunidades para que los trabajadores compartan sus experiencias y emociones relacionadas con el estrés puede fortalecer la cohesión del equipo y mejorar el bienestar emocional en general. Además, se recomienda considerar la implementación de programas de capacitación en habilidades de afrontamiento emocional para que los empleados adquieran herramientas efectivas para enfrentar situaciones estresantes.

Aunque este resultado puede ser inesperado, se sugiere que la municipalidad preste especial atención a la forma en que los trabajadores utilizan las estrategias de afrontamiento centradas en la evitación. Aunque estas estrategias pueden ser útiles en ciertos momentos para dar espacio a la recuperación emocional, un uso excesivo y crónico de la evitación puede tener consecuencias negativas para el bienestar a largo plazo. Se recomienda que la municipalidad proporcione programas de sensibilización y capacitación para promover un equilibrio adecuado entre las estrategias de afrontamiento y fomentar el desarrollo de una resiliencia saludable entre los trabajadores.

## IX. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Alvarado-Esquivel, C., Sánchez-Anguiano, L. F., Arreola-Rissa, C., Torres-González, R., Estrada-Martínez, S., & Hernández-Tinoco, J. (2021). Low resilience is associated with poor quality of life in older adults: results from five Latin American countries. *Global Health Action*, 14(1), 1961316. doi: 10.1080/16549716.2021.1961316
- American Psychological Association. (2021). *Resilience*. <https://www.apa.org/topics/resilience>
- Aragón, L. (2015). *Evaluación psicológica*. Colombia: Editorial Moderno. [https://books.google.com.gt/books?id=5uYhCQAAQBAJ&pg=PT54&dq=definici%C3%B3n+de+psicometr%C3%ADa&hl=es&sa=X&redir\\_esc=y#v=onepage&q=definici%C3%B3n%20de%20psicometr%C3%ADa&f=false](https://books.google.com.gt/books?id=5uYhCQAAQBAJ&pg=PT54&dq=definici%C3%B3n+de+psicometr%C3%ADa&hl=es&sa=X&redir_esc=y#v=onepage&q=definici%C3%B3n%20de%20psicometr%C3%ADa&f=false).
- Banco Mundial. (2015). El estrés, aliado de la pobreza de Latinoamérica. *Banco Mundial*. <https://www.bancomundial.org/es/news/feature/2015/12/28/el-estres-aliado-de-la-pobreza-de-latinoamerica>
- Barcelata, B. (2015). Adolescentes en riesgo: una mirada a partir de la resiliencia. Ciudad de México. México: Editorial El Manual Moderno.
- Baruffati, A. (2020). *Estadísticas sobre el estrés laboral*. Gitnux. <https://blog.gitnux.com/es/estadisticas-sobre-el-estres-laboral/>
- Callupe, E., Mamani, O. & Carranza, R. (2022). Funcionamiento familiar y afrontamiento resiliente en padres de familia peruanos: estudio realizado durante la pandemia COVID-19. *Propósitos y Representaciones*, 10(2), e1419. <https://doi.org/10.20511/pyr2022.v10n2.1419>
- Carver, C., Scheier, M., & Weintraub, J. (2010). Assessing coping strategies: A theoretically based approach. *Journal of Personality and Social Psychology*, 56(2), 267-283. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.56.2.267>
- Casimiro, A. (2022). *Resiliencia y desempeño laboral en trabajadores del Hospital de Apoyo Huarmey, 2021*. [Tesis para optar el grado de Maestra en Gestión de

los Servicios de la Salud, Universidad Cesar Vallejo]. Repositorio Institucional UCV. <https://hdl.handle.net/20.500.12692/91530>

Castillo, J. (2021). *Resiliencia y estrés laboral en trabajadores de la Municipalidad del Distrito de Viques, Huancayo – 2021*. [Tesis de Licenciatura. Universidad Peruana de los Andes]. Repositorio Institucional <https://repositorio.upla.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12848/2745/TESIS%20FINAL.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

Chacaliaza, C. (2022). Resiliencia en adultos del distrito de Ica - Ica, en contexto de COVID- 19. *Avances En Psicología*, 30(2), e2596. <https://doi.org/10.33539/avpsicol.2022.v30n2.2596>

Chapilliquin, L. (2021). Estilos de Afrontamiento del Estrés Laboral en los Empleados del Sector Público. *Economía Y Negocios*, 12(2), 122–140. <https://doi.org/10.29019/eyn.v12i2.977>

Checcllo, A. (2021). *Calidad de vida y resiliencia de los familiares de personas con discapacidad del distrito Ica, 2016*. [Tesis para optar el grado de Magíster en Psicología Clínica y de la Salud, Universidad Nacional Mayor de San Marcos]. Repositorio Institucional UNMSM. <https://hdl.handle.net/20.500.12672/16603>

Chuquitapa, K., Condori, J & De la Cruz, C. (2021). Afrontamiento del Estrés y Bienestar Psicológico en Colaboradores de una municipalidad de Cusco. *Eureka*. 19(1), 108-123. <https://ojs.psicoeureka.com.py/index.php/eureka/article/view/15/14>

Compas, B. E., Connor-Smith, J. K., Saltzman, H., Thomsen, A. H., & Wadsworth, M. E. (2001). Coping with stress during childhood and adolescence: Problems, progress, and potential in theory and research. *Psychological Bulletin*, 127(1), 87–127. <https://doi.org/10.1037/0033-2909.127.1.87>

Congreso de la República del Perú. (2019). *Ley de Promoción de la Salud Mental en el Trabajo*. <https://busquedas.elperuano.pe/normaslegales/ley-de-promocion-de-la-salud-mental-en-el-trabajo-ley-no-30947-ley-n-30947-1867483-1/>

- Connor, K. M., & Davidson, J. R. (2003). Development of a new resilience scale: The Connor-Davidson Resilience Scale (CD-RISC). *Depression and Anxiety*, 18(2), 76-82.
- Connor, K. M., & Davidson, J. R. (2003). Development of a new resilience scale: The Connor-Davidson Resilience Scale (CD-RISC). *Depression and Anxiety*, 18(2), 76-82.
- Cuba, V. & Valdivia, L. (2021). *Resiliencia y afrontamiento del estrés en docentes de la Institución Educativa Pública Antonia Moreno De Cáceres- Ugel 05, 2021*". [Tesis para optar el grado de Licenciado en Psicología, Universidad Autónoma de Ica]. Repositorio Institucional UAI. <http://repositorio.autonoma-de-ica.edu.pe/handle/autonoma-de-ica/1845>
- Esquerre, M. (2017). *Estrategias de afrontamiento al estrés Entre padres e hijos con y sin necesidades Educativas especiales de Florencia de mora*. . [Tesis para optar por el título profesional en Licenciada en psicología, Universidad Privada del norte]. <https://hdl.handle.net/11537/11440>
- Fernández, E. (2009). *Estrés percibido, estrategias de afrontamiento y sentido de coherencia en estudiantes de enfermería: su asociación con salud psicológica y estabilidad emocional*. [Tesis para optar por el grado de Doctor, Universidad de León]. Repositorio Institucional ULE. <https://buleria.unileon.es/bitstream/handle/10612/902/2009FERN%C3%81NDEZ%20MART%C3%8DNEZ,%20MAR%C3%8DA%20ELENA.pdf?sequence=>
- Fernández, J & Berrios, M. (2019). Síndrome de Burnout, estrés laboral y calidad de vida en profesionales de enfermería en unidades de cuidados intensivos. *Enfermería Intensiva*, 30(3), 105-112. <https://doi.org/10.1016/j.enfi.2019.02.003>
- Fernández-Berrocal, P., Alcaide-Muñoz, L., Alba, A., Extremera, N., Pizarro, D., & Gómez, D. (2019). Resiliencia en el entorno laboral. *Papeles del Psicólogo*, 40(3), 205-214.
- Fernández-Berrocal, P., Alcaide-Muñoz, L., Alba, A., Extremera, N., Pizarro, D., & Gómez, D. (2019). Resiliencia en el entorno laboral. *Papeles del Psicólogo*, 40(3), 205-214.

- Folkman, S., & Lazarus, R. S. (1980). An analysis of coping in a middle-aged community sample. *Journal of Health and Social Behavior*, 21(3), 219–239. <https://doi.org/10.2307/2136617>
- Folkman, S., & Lazarus, R. S. (1988). *Manual for the Ways of Coping Questionnaire*. Consulting Psychologists Press.
- Gamboa, L., Becerra, K., López, Y., & Goicochea, E. (2021). Nivel de resiliencia del personal de salud frente a la pandemia por Covid-19. *Revista Del Cuerpo Médico Hospital Nacional Almanzor Aguinaga Asenjo*, 2021, 14 (1), 49 - 54. <https://doi.org/10.35434/rcmhnaaa.2021.14Sup1.1170>
- Ganster, D., Schaubroeck, J, Sime, W. E., & Mayes, B. (2016). The moderating role of coping strategies in the relationship between occupational stressors and physical health in police officers. *Occupational Medicine*.
- Gonçalves, L. & Sala, R. (2021). Importancia de la resiliencia individual y organizacional para la salud laboral del personal sanitario. *Rev Asoc Esp Espec Med Trab* 2021; 30(2): 151-160. [http://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1132-62552021000200151&lng=es&tlng=es](http://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1132-62552021000200151&lng=es&tlng=es).
- Gross, J. J. (1998). *The emerging field of emotion regulation: An integrative review*. *Review of General Psychology*, 2(3), 271–299. <https://doi.org/10.1037/1089-2680.2.3.271>
- Grotberg, E. (2014). The international resilience project. En E. Grotberg (Ed.), *Resilience for today: Gaining strength from adversity* (pp. 3-16). Greenwood Publishing Group.
- Gutierrez, K. (2018). Estrategias de afrontamiento en adolescentes de quinto de Secundaria de lima metropolitana. [Tesis para optar por el título profesional en Licenciada en psicología, Universidad Ricardo Palma]. <http://repositorio.urp.edu.pe/handle/URP/2462>
- Holguin, J., Alanya, J., Panduro, J., Soto, C. & Villa. G. (2020). Estado de la resiliencia en docentes que laboran en el contexto pandémico en Perú. *Revista*

*Gestión del Conocimiento Perspectiva Multidisciplinaria*, 26 (15), 285-294.  
<https://hdl.handle.net/20.500.12692/71051>

Instituto de Investigación y Capacitación Laboral y Social (2019). *Estrés laboral en Perú: Cifras alarmantes de una realidad silenciosa*.  
<https://www.incs.org.pe/estres-laboral-en-peru-cifras-alarmantes-de-una-realidad-silenciosa/>

Izquierdo, M. (2020). *Estrategias de afrontamiento: Una revisión teórica*. [Trabajo de investigación para obtener el grado de Bachiller en psicología, Universidad Señor de Sipán]. Repositorio Institucional USS.  
<https://hdl.handle.net/20.500.12802/6889>

Karasek, R. A. (1979). Job demands, job decision latitude, and mental strain: Implications for job redesign. *Administrative Science Quarterly*, 24(2), 285-308.

Lavado, J. & Piñas, M. (2021). *Estrés laboral y estilos de afrontamiento en el personal de la Central - Emergencias 105 de la Policía Nacional del Perú*. [Tesis para optar el grado de Licenciado en Psicología, Universidad Autónoma de Ica]. Repositorio Institucional UAI.  
<http://repositorio.autonomadeica.edu.pe/handle/autonomadeica/1657>

Lazarus, R. S., & Folkman, S. (1984). *Stress, appraisal, and coping*. Springer.

Lazarus, R. S., & Folkman, S. (1986). *Estrés y procesos cognitivos*. Martínez Roca.

Lazarus, S., & Folkman, S. (1984). *Stress, appraisal, and coping*. Springer Publishing Company.

Leka, S., Griffiths, A., & Cox, T. (2010). *Organizational risk factors for work-related stress and the associated mental and physical health outcomes*. *Journal of occupational health psychology*, 15(4), 293-294.

Linares, J. L., Meneses, G., & Castro-Silva, E. (2018). Resilience and mental health in university students from Lima, Peru. *Acta Médica Peruana*, 35(4), 279-284.

Llerena, D. & Valdivia, A. (2022). *Resiliencia y compromiso Organizacional en trabajadores de la municipalidad de Socobaya Arequipa 2021*. [Tesis de Licenciatura. Universidad Católica de Santa María]. Repositorio Institucional

<https://tesis.ucsm.edu.pe/repositorio/bitstream/handle/20.500.12920/12171/76.0482.PS.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

Lozada, O & Yangali, J (2020). *Guía para la elaboración de la tesis. Universidad Norbert Wiener*. <https://www.uwiener.edu.pe/wp-content/uploads/2022/09/guia-elaboracion-tesis-cuantitativo-2.pdf>

Luthar, S, Cicchetti, D., & Becker, B. (2000). The construct of resilience: A critical evaluation and guidelines for future work. *Child Development*, 71(3), 543-562.

Macías, M., Madariaga, C., Valle, M., & Zambrano, J. (2013). Estrategias de afrontamiento individual y familiar frente a situaciones de estrés psicológico. *Psicología desde el Caribe*, 30(1), 123-145. <https://www.redalyc.org/pdf/213/21328600007.pdf>

Mbuthia, R., Mutiso, V. N., Khamis, V., & Vander Stoep, A. (2021). The association between resilience and anxiety and depression symptoms among health care workers in Kenya. *International Journal of Mental Health Systems*, 15(1), 23. doi: 10.1186/s13033-021-00449-9

Medina, C. (2020). *Relación entre el estrés y desempeño docente en instituciones educativas públicas de Mollendo – Arequipa, 2021*. [Tesis para optar el grado de Maestro en Docencia Universitaria y Gestión Educativa, Universidad Privada de Tacna]. Repositorio Institucional UPT. <http://hdl.handle.net/20.500.12969/2603>

Melo, L. P., Maia, C. R., Pinheiro, P. R., Santos, M. S., Sousa, A. M., & Nascimento Júnior, J. R. (2021). Estratégias de enfrentamento ao estresse: uma revisão sistemática de literatura [Stress coping strategies: a systematic literature review]. *Frontiers in Psychology*, 12, 705957. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2021.705957>

Mena, M (2022). *Porcentaje de empleados que aseguran haber experimentado estrés durante gran parte del día anterior* [Gráfico]. Statista. <https://es.statista.com/grafico/26338/porcentaje-de-empleados-que-aseguran-haber-experimentado-estres-durante-gran-parte-del-dia-anterior/>



- Ministerio de Salud del Perú. (2022). *Programa Nacional de Salud Mental y Cultura de Paz*. <https://www.gob.pe/institucion/minsa/campa%C3%B1as/348-programa-nacional-de-salud-mental-y-cultura-de-paz>
- Ministerio de Salud. (2022). *Programa Nacional de Salud Mental*. <https://www.gob.pe/institucion/minsa/informes-publicaciones/471022-programa-nacional-de-salud-mental-2022-2027>
- Moos, R. (2010). C.R.I.A. *Investirio de respuesrtas de afronaminto para adultos*. España: TEA ediciones, S.A.
- Morales, C. (2021). *Modos de afrontamiento al estrés y síndrome de burnout en personal de seguridad ciudadana de la Municipalidad Provincial de Tacna, 2021*. [Tesis de Licenciatura. Universidad Privada de Tacna]. Repositorio Institucional <https://repositorio.upt.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12969/2214/Morales-Maldonado-Cristian.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Morán, M., Finez, M., Menezes, E., Pérez, M., Urchaga, J. & Vallejo, G. (2019). Estrategias de afrontamiento que predicen mayor resiliencia. *Revista INFAD De Psicología. International Journal of Developmental and Educational Psychology.*, 4(1), 183–190. <https://doi.org/10.17060/ijodaep.2019.n1.v4.1542>
- Navarro, I., Lopez, B., Heliz, J. & Real, M. (2018). estrés laboral, burnout y estrategias de afrontamiento en trabajadores que intervienen con menores en riesgo de exclusión social. *Aposta. Revista de Ciencias Sociales*, 78 (1), 68-96, <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=495958406003>
- Organización Internacional del Trabajo. (2016). *Estrés laboral en América Latina y el Caribe. Sala de prensa OIT para América Latina y el Caribe*. [https://www.ilo.org/sanjose/sala-de-prensa/WCMS\\_477047/lang--es/index.htm](https://www.ilo.org/sanjose/sala-de-prensa/WCMS_477047/lang--es/index.htm)
- Reyes, P. (2018). *Relaciones interpersonales y afrontamiento al estrés del personal de enfermería en la Unidad de Hemodiálisis del Hospital Augusto Hernández Mendoza Ica octubre 2017*”. [Tesis para optar el grado de Licenciada en enfermería, Universidad Privada San Juan Bautista]. Repositorio Institucional UPSJB. <https://hdl.handle.net/20.500.14308/1932>

Selye, H. (1974). *Stress without distress*. J. B. Lippincott.

Sinchi, L. (2021). *Estrés laboral y resiliencia en actores sociales de la municipalidad distrital de Wanchaq, 2021*. [Tesis de Licenciatura. Universidad Autónoma de Ica]. Repositorio Institucional <http://repositorio.autonomadeica.edu.pe/bitstream/autonomadeica/1369/1/Lizbeth%20Magal%c3%ad%20Sinchi%20Arteaga.pdf>

Shimazu, A., Schaufeli, W, Kamiyama, K., & Kawakami, N. (2016). *Workaholism vs. work engagement: The two different predictors of future well-being and performance*. *International Journal of Behavioral Medicine*, 23(3), 264-270.

Tugade, M, & Fredrickson, B. L. (2004). Resilient individuals use positive emotions to bounce back from negative emotional experiences. *Journal of Personality and Social Psychology*, 86(2), 320-333.

Valdivia, S., Munoz, A., Villegas, C., Siles, J., & Ochoa, J. (2019). Resilience and quality of life in chronic renal patients treated at a public hospital in Peru. *Acta Médica Peruana*, 36(1), 16-22.

Valdivia, Y. (2018). *Resiliencia y estrés laboral en los trabajadores de la municipalidad distrital de Santiago, Cusco-2018*. [Tesis de Maestría. Universidad Cesar Vallejo]. Repositorio Institucional [https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/35663/valdivia\\_by.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/35663/valdivia_by.pdf?sequence=1&isAllowed=y)

Vicente, M. & Gabari, M. (2019). Burnout y Factores de Resiliencia en Docentes de Educación Secundaria, *International Journal of Sociology of Education*, 8(2), 127-152. doi:10.17583/rise.2019.3987

Zelada Melchor, J. B. (2022). *Satisfacción laboral y capacidad de resiliencia del profesional de enfermería del área COVID-19 de un hospital público*. *Investigación E Innovación: Revista Científica De Enfermería*, 2(3), 76–87. <https://doi.org/10.33326/27905543.2022.3.1618>

# **ANEXOS**

## ANEXO 01: MATRIZ DE CONSISTENCIA

**Título:** Estrategias de Afrontamiento al Estrés y Resiliencia en trabajadores de la Municipalidad del distrito de Ite, tacna-2023.

**Responsables:** Bach. Marco Melgar Tovar y Bach. Fabiola Polet Quelopana Silvestre

PROBLEMA	OBJETIVO	HIPÓTESIS	VARIABLES Y DIMENSIONES	METODOLOGÍA
<p><b>Problema general</b> ¿Cuál es la relación que existe entre las estrategias de afrontamiento al estrés y la resiliencia en los trabajadores de la municipalidad del distrito de Ite, Tacna – 2023?</p>	<p><b>Objetivo general</b> Determinar cuál es la relación que existe entre las estrategias de afrontamiento al estrés y la resiliencia en los trabajadores de la municipalidad del distrito de Ite, Tacna – 2023.</p>	<p><b>Hipótesis general</b> <b>H.i:</b> Existe relación que existe entre las estrategias de afrontamiento al estrés y la resiliencia en los trabajadores de la municipalidad del distrito de Ite, Tacna – 2023. <b>H.0:</b> No existe relación que existe entre las estrategias de afrontamiento al estrés y la resiliencia en los trabajadores de la municipalidad del distrito de Ite, Tacna – 2023.</p>	<p><b>Variable 1:</b> Estrategias de afrontamiento al estrés</p> <p><b>Dimensiones:</b> D.1: Centrado en el problema D.2: Centrado en la emoción D3.: Centrado en la evitación del Problema</p>	<p><b>Enfoque:</b> Cuantitativo <b>Tipo de investigación:</b> Básica, no experimental. <b>Nivel:</b> Descriptivo. <b>Diseño de Investigación:</b> Correlacional de corte transversal. <b>Diseño:</b> No experimental</p> <p><b>Población y Muestra:</b> La población de estudio estará confirmada por 349 trabajadores de la Minucipalidad del distrito de Ite, Tacna-2023.</p> <p>Para el presente estudio se utilizará el muestreo no probabilístico por conveniencia, ya que permitirá poder seleccionar aquellos casos de trabajadores que cuenten con la disposición de ser incluidos en la evaluación.</p>
<p><b>Problemas específicos</b> <b>P.E.1</b> ¿Existe entre la dimensión estrategias de afrontamiento al estrés centrado en el problema y la resiliencia en los trabajadores de la municipalidad del distrito de Ite, Tacna – 2023?</p> <p><b>P.E.2</b> ¿Existe relación entre la dimensión estrategias de</p>	<p><b>Objetivos específicos:</b> <b>O.E.1</b> Determinar si existe relación entre la dimensión estrategias de afrontamiento al estrés centrado en el problema y la resiliencia en los trabajadores de la municipalidad del distrito de Ite, Tacna – 2023.</p> <p><b>O.E.2</b> Determinar si existe relación entre la dimensión</p>	<p><b>Hipótesis específicas:</b> <b>H.E.1</b> Existe relación entre la dimensión estrategias de afrontamiento al estrés centrado en el problema y la resiliencia en los trabajadores de la municipalidad del distrito de Ite, Tacna – 2023.</p> <p><b>H.E.2</b></p>	<p><b>Variable 2:</b> Resiliencia</p> <p><b>Dimensiones:</b> D.1: Satisfacción D.2: Ecuanimidad D.3: Sentirse bien solo D.4:Confianza en sí mismo D.5: Perseverancia</p>	<p><b>Técnica e instrumentos:</b> <b>Técnica:</b> La encuesta</p> <p><b>Instrumentos:</b> Inventario de afrontamiento al estrés de Brief COPE-28</p>

<p>afrontamiento al estrés centrado en la emoción y la resiliencia en los trabajadores de la municipalidad del distrito de Ite, Tacna – 2023?</p> <p><b>P.E.3</b> ¿Existe relación entre la dimensión estrategias de afrontamiento al estrés centrado en la evitación del problema y la resiliencia en los trabajadores de la municipalidad del distrito de Ite, Tacna – 2023?</p>	<p>estrategias de afrontamiento al estrés centrado en la emoción y la resiliencia en los trabajadores de la municipalidad del distrito de Ite, Tacna – 2023.</p> <p><b>O.E.3</b> Determinar si existe relación entre la dimensión estrategias de afrontamiento al estrés centrado en la evitación del problema y la resiliencia en los trabajadores de la municipalidad del distrito de Ite, Tacna – 2023.</p>	<p>Existe relación entre la dimensión estrategias de afrontamiento al estrés centrado en la emoción y la resiliencia en los trabajadores de la municipalidad del distrito de Ite, Tacna – 2023.</p> <p><b>H.E.3</b> Existe relación entre la dimensión estrategias de afrontamiento al estrés centrado en la evitación del problema y la resiliencia en los trabajadores de la municipalidad del distrito de Ite, Tacna – 2023.</p>		<p>Escala de Resiliencia (ER)</p> <p><b>Métodos de análisis de datos</b> Excel y SPSS versión 26.</p>
--	--	---	--	---

## ANEXO 2: INSTRUMENTO DE RECOLECCIÓN DE DATOS

### Inventario de afrontamiento al estrés – Brief “COPE 28”

Edad: \_\_\_\_\_ Sexo: \_\_\_\_\_ Fecha: \_\_\_\_\_

Es de interés conocer la forma cómo responden las personas cuando se enfrentan a diferentes tipos de problemas, dificultades o situaciones estresantes en sus vidas. Hay muchas maneras de manejar esas situaciones. Este cuestionario te pide indicar qué es lo que tú generalmente haces o sientes cuando experimentas este tipo de situaciones. Naturalmente, en diferentes situaciones reaccionas en forma diferente, pero piensa qué es lo que habitualmente haces tú.

A continuación, encontrarás una serie de afirmaciones sobre cómo actuar o sentir en esas situaciones. Señala en cada una de ellas si coinciden o no con tu propia forma de actuar o sentir, marcando con “X” donde corresponda según la frecuencia que realiza cada ítem de estrategia de afrontamiento.

Nº	Estrategias de afrontamiento	Nunca lo hago	Hago esto un poco	Hago bastante esto	Siempre lo hago
1.-	Intento conseguir que alguien me ayude o aconseje sobre qué hacer	0	1	2	3
2.-	Concentro mis esfuerzos en hacer algo sobre la situación en la que estoy	0	1	2	3
3.-	Acepto la realidad de lo que ha sucedido	0	1	2	3
4.-	Recurso al trabajo o a otras actividades para apartar las cosas de mi mente	0	1	2	3
5.-	Me digo a mí mismo “esto no es real”	0	1	2	3
6.-	Intento proponer una estrategia sobre qué hacer	0	1	2	3
7.-	Hago bromas sobre el problema	0	1	2	3
8.-	Me critico a mí mismo	0	1	2	3
9.-	Consigo apoyo emocional de otros	0	1	2	3
10.-	Tomo medidas para intentar que la situación mejore	0	1	2	3
11.-	Renuncio a intentar ocuparme de los problemas	0	1	2	3
12.-	Digo cosas para dar rienda suelta a mis sentimientos desagradables	0	1	2	3

13.-	Me niego a creer que haya sucedido	0	1	2	3
14.-	Intento ver con otros ojos los problemas, para hacer que parezca más positivo	0	1	2	3
15.-	Utilizo alcohol u otras drogas para sentirme mejor	0	1	2	3
16.-	Intento hallar consuelo en mi religión o creencias espirituales	0	1	2	3
17.-	Consigo el consuelo y la comprensión de alguien	0	1	2	3
18.-	Busco algo bueno en lo que está sucediendo	0	1	2	3
19.-	Me río de la situación	0	1	2	3
20.-	Rezo o medito	0	1	2	3
21.-	Aprendo a vivir con los problemas	0	1	2	3
22.-	Hago algo para pensar menos en los problemas, tal como ir al cine o ver la televisión	0	1	2	3
23.-	Expreso mis sentimientos negativos	0	1	2	3
24.-	Consumo alcohol u otras drogas que me ayudan a superarlo	0	1	2	3
25.-	Renuncio al intento de hacer frente al problema	0	1	2	3
26.-	Pienso detenidamente sobre los pasos a seguir	0	1	2	3
27.-	Me echo la culpa de lo que ha sucedido	0	1	2	3
28.-	Consigo que otras personas me ayuden o aconsejen	0	1	2	3

## Escala de Resiliencia

**Edad:**

**Sexo:**

**Ocupación:**

Por favor lea las siguientes indicaciones.

Usted encontrará 7 números que van desde "1" (Totalmente desacuerdo) a 7 (Totalmente de acuerdo). Marque el número que mejor indica sus sentimientos sobre la declaración. Por ejemplo, si usted está totalmente en desacuerdo con una declaración marque "1"; si usted es neutral o indiferente a la situación, marque "4"; y si usted está totalmente de acuerdo con el enunciado, marque "7".

N°	ITEM	En desacuerdo				De acuerdo		
		1	2	3	4	5	6	7
01	Cuando planeo algo lo llevo a cabo	1	2	3	4	5	6	7
02	Por lo general consigo lo que deseo por uno u otro modo	1	2	3	4	5	6	7
03	Me siento capaz de mí mismo(a) más que nadie	1	2	3	4	5	6	7
04	Para mí, es importante mantener interesado(a) en las cosas	1	2	3	4	5	6	7
05	En caso que sea necesario, puedo estar solo (a)	1	2	3	4	5	6	7
06	Me siento orgulloso(a) de haber conseguido algunas cosas en mi vida	1	2	3	4	5	6	7
07	Tomo las cosas sin mucha importancia	1	2	3	4	5	6	7
08	Soy amigo(a) de mí mismo(a)	1	2	3	4	5	6	7
09	Me siento capaz de llevar varias cosas a la vez	1	2	3	4	5	6	7



10	Soy decidido(a)	1	2	3	4	5	6	7
11	Rara vez me pregunto de que se trata algo	1	2	3	4	5	6	7
12	Tomo las cosas día por día	1	2	3	4	5	6	7
13	Puedo sobrellevar tiempos difíciles, porque ya he experimentado lo que es la dificultad	1	2	3	4	5	6	7
14	Tengo auto disciplina	1	2	3	4	5	6	7
15	Me mantengo interesado(a) en las cosas	1	2	3	4	5	6	7
16	Por lo general encuentro de qué reírme	1	2	3	4	5	6	7
17	Puedo sobrellevar el mal tiempo por mi autoestima	1	2	3	4	5	6	7
18	Las personas pueden confiar en mí en una emergencia	1	2	3	4	5	6	7
19	Puedo ver una situación desde diferentes puntos de vista	1	2	3	4	5	6	7
20	Algunas veces me obligo a hacer cosas aunque no lo deseo	1	2	3	4	5	6	7
21	Mi vida tiene un sentido	1	2	3	4	5	6	7
22	No me lamento de cosas por las que no puedo hacer nada	1	2	3	4	5	6	7
23	Puedo salir airoso(a) de situaciones difíciles	1	2	3	4	5	6	7
24	Tengo la energía suficiente para llevar a cabo lo que tengo que hacer	1	2	3	4	5	6	7
25	Acepto el que existan personas a las que no les agrado	1	2	3	4	5	6	7

## ANEXO 3: BASE DE DATOS

Base de datos resiliencia y afrontamiento FIN.sav [ConjuntoDatos1] - IBM SPSS Statistics Editor de datos

Archivo Editar Ver Datos Transformar Analizar Gráficos Utilidades Ampliaciones Ventana Ayuda

Visible: 63 de 63 variables

	sexo	P1	P2	P3	P4	P5	P6	P7	P8	P9	P10	P11	P12	P13	P14
1	1	1	2	1	1	1	2	1	1	0	2	1	1	0	1
2	1	3	2	3	2	2	3	3	3	3	2	2	2	2	2
3	1	3	2	2	2	2	1	3	0	1	2	1	0	1	1
4	2	1	2	2	0	3	3	2	2	1	2	1	2	1	2
5	2	1	3	2	2	1	2	1	1	2	2	0	2	1	3
6	2	2	3	3	3	2	0	2	3	3	2	0	0	1	2
7	1	3	2	3	0	2	3	3	2	0	2	0	0	1	1
8	1	1	3	3	1	2	2	2	1	2	2	1	1	1	2
9	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	3	3	1	2	2
10	2	1	3	3	2	1	2	1	2	1	2	0	1	1	2
11	1	1	1	1	1	1	1	3	1	1	1	1	2	2	2
12	2	3	2	2	3	3	3	3	2	0	3	1	0	1	1
13	2	1	3	2	0	0	2	2	2	1	2	0	2	0	2
14	2	1	3	3	2	0	2	2	2	1	2	0	2	1	2
15	1	1	2	2	1	2	3	1	2	1	3	1	1	1	1
16	1	1	2	0	2	2	2	2	2	1	2	1	1	1	2
17	2	1	2	2	2	0	2	2	2	1	2	1	1	1	2
18	2	1	1	2	1	2	2	1	1	1	2	1	0	2	2
19	2	1	3	3	3	0	2	2	3	3	3	2	0	0	1
20	2	3	3	2	2	3	2	3	2	3	2	3	3	2	3
21	2	1	2	2	2	1	2	0	1	1	1	1	1	1	1
22	2	1	1	1	1	0	2	2	2	2	2	1	0	1	1

Vista de datos Vista de variables

IBM SPSS Statistics Processor está listo Unicode:ON

Base de datos resiliencia y afrontamiento FIN.sav [ConjuntoDatos1] - IBM SPSS Statistics Editor de datos

Archivo Editar Ver Datos Transformar Analizar Gráficos Utilidades Ampliaciones Ventana Ayuda

Visible: 63 de 63 variables

	sexo	P1	P2	P3	P4	P5	P6	P7	P8	P9	P10	P11	P12	P13	P14
22	2	1	1	1	1	0	2	2	2	2	2	1	0	1	1
23	1	2	2	2	2	3	2	2	2	2	3	3	3	2	2
24	2	3	3	3	2	1	2	2	1	2	2	0	1	1	2
25	1	1	2	2	1	1	2	1	2	1	2	1	1	1	2
26	2	1	3	2	3	1	3	1	1	1	1	1	1	0	2
27	2	3	3	3	1	0	3	3	1	0	3	0	0	0	1
28	2	1	1	1	0	0	1	1	1	2	1	0	0	1	1
29	2	0	2	2	3	0	2	3	1	1	2	0	1	0	2
30	2	0	3	3	3	0	0	1	1	0	1	0	0	0	0
31	2	0	2	3	3	3	3	1	3	0	3	1	2	1	2
32	1	1	2	3	3	1	2	0	1	1	2	1	0	0	2
33	1	1	3	2	2	1	2	1	1	1	2	2	1	1	2
34	2	3	2	2	3	0	3	2	2	3	2	0	1	0	2
35	1	2	3	3	3	2	3	3	3	1	3	1	1	2	3
36	1	2	3	2	2	3	2	3	2	3	2	3	3	2	3
37	1	1	2	2	3	2	2	3	1	1	3	2	1	2	1
38	1	1	2	2	2	1	2	1	1	1	2	1	1	2	0
39	1	2	1	3	2	0	3	2	2	2	1	1	1	1	2
40	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
41	1	1	1	3	1	3	2	1	3	1	3	1	0	1	1
42	2	3	2	3	2	0	2	1	2	1	2	0	0	0	0
43	1	2	3	3	3	3	2	2	2	1	2	0	0	0	2

Vista de datos Vista de variables

IBM SPSS Statistics Processor está listo Unicode:ON

Base de datos resiliencia y afrontamiento FIN.sav [ConjuntoDatos1] - IBM SPSS Statistics Editor de datos

Archivo Editar Ver Datos Transformar Analizar Gráficos Utilidades Ampliaciones Ventana Ayuda

Visible: 63 de 63 variables

	sexo	P1	P2	P3	P4	P5	P6	P7	P8	P9	P10	P11	P12	P13	P14
43	1	2	3	3	3	3	2	2	2	1	2	0	0	0	2
44	1	1	2	2	3	1	2	2	2	3	3	1	1	1	3
45	2	1	3	3	1	1	2	2	2	1	3	0	0	1	1
46	2	1	3	3	1	1	2	1	1	0	3	0	0	0	2
47	1	1	3	1	3	1	1	0	0	0	1	0	1	1	0
48	2	1	2	3	2	1	2	1	2	1	3	0	0	0	0
49	2	1	2	3	2	2	2	2	1	2	2	0	0	0	1
50	1	1	2	3	0	0	1	2	3	0	2	2	2	0	0
51	1	2	1	2	1	1	2	2	1	1	2	1	1	0	2
52	2	2	1	2	1	1	3	2	2	1	3	2	0	1	2
53	1	2	2	2	1	0	2	2	1	1	2	1	1	0	2
54	1	2	1	2	1	1	2	2	1	1	2	1	1	0	2
55	2	1	1	2	0	1	2	2	1	1	2	1	1	0	2
56	1	2	2	2	0	1	2	2	1	1	2	1	1	0	2
57	2	2	1	2	1	0	1	2	1	1	2	1	0	1	2
58	2	1	2	1	0	1	2	1	1	2	2	2	1	1	2
59	1	1	1	2	1	0	2	1	1	1	2	2	1	0	2
60	1	1	1	2	1	0	2	3	1	1	2	1	0	1	2
61	1	2	2	1	1	0	2	2	1	0	1	1	1	0	2
62	1	2	2	3	1	3	3	1	1	1	2	2	1	1	2
63	1	3	2	2	2	1	1	0	1	1	1	2	2	1	1
64	2	3	2	1	1	1	2	2	2	2	1	1	1	1	2

Vista de datos Vista de variables

IBM SPSS Statistics Processor está listo Unicode:ON

Base de datos resiliencia y afrontamiento FIN.sav [ConjuntoDatos1] - IBM SPSS Statistics Editor de datos

Archivo Editar Ver Datos Transformar Analizar Gráficos Utilidades Ampliaciones Ventana Ayuda

Visible: 63 de 63 variables

	sexo	P1	P2	P3	P4	P5	P6	P7	P8	P9	P10	P11	P12	P13	P14
64	2	3	2	1	1	1	2	2	2	2	1	1	1	1	2
65	1	3	2	2	1	1	2	1	1	1	2	1	1	1	2
66	2	3	0	2	0	1	3	3	1	2	2	1	2	1	3
67	2	3	1	2	0	0	3	3	1	1	2	2	1	0	2
68	1	3	2	2	0	1	2	3	2	1	3	0	1	1	3
69	1	3	2	2	1	0	2	2	1	1	2	1	2	1	2
70	1	3	2	2	1	1	2	2	1	1	2	1	2	1	2
71	2	1	3	3	1	1	2	1	0	0	3	0	0	0	2
72	1	3	3	3	3	3	2	1	2	2	2	0	0	1	2
73	2	1	2	2	2	3	2	1	2	2	2	1	0	1	2
74	2	2	2	3	3	3	2	1	2	3	2	1	0	1	2
75	2	3	3	3	3	3	2	0	2	3	2	0	1	1	2
76	2	2	3	2	3	3	2	1	2	3	2	0	0	1	1
77	2	3	3	3	3	3	2	0	2	3	2	0	0	1	2
78	2	3	3	3	3	3	2	1	2	3	2	1	0	1	2
79	2	3	3	3	2	2	1	2	0	2	2	1	0	1	1
80	2	3	3	2	3	2	1	3	1	2	2	1	1	1	1
81	2	3	3	3	2	2	1	3	0	2	2	1	0	0	0
82	2	3	3	2	2	2	1	3	1	2	1	1	0	1	1
83	2	3	2	2	2	2	2	3	1	2	2	1	0	1	1
84	2	2	1	2	1	1	1	1	1	1	2	1	1	1	1
85	2	3	3	3	3	2	0	2	3	2	0	2	1	1	0

Vista de datos Vista de variables

IBM SPSS Statistics Processor está listo Unicode:ON

Base de datos resiliencia y afrontamiento FIN.sav [ConjuntoDatos1] - IBM SPSS Statistics Editor de datos

Archivo Editar Ver Datos Transformar Analizar Gráficos Utilidades Ampliaciones Ventana Ayuda

Visible: 63 de 63 variables

	sexo	P1	P2	P3	P4	P5	P6	P7	P8	P9	P10	P11	P12	P13	P14
85	2	3	3	3	3	2	0	2	3	2	0	2	1	1	0
86	1	3	3	3	2	1	2	3	3	0	1	0	0	1	1
87	1	3	2	2	2	0	2	3	2	0	2	0	1	1	1
88	1	3	3	3	2	1	2	2	2	1	2	0	1	1	1
89	1	3	2	3	2	0	2	2	2	0	2	0	1	1	1
90	1	1	2	3	3	1	2	2	2	1	2	1	2	1	2
91	1	3	3	3	2	0	2	2	0	1	1	0	1	1	0
92	1	2	1	2	0	0	2	2	1	1	2	1	1	0	2
93	1	1	2	1	2	0	2	1	1	1	2	0	0	1	2
94	2	1	2	3	1	0	2	2	1	1	2	1	0	2	2
95	1	0	0	2	3	0	0	2	2	2	2	2	1	1	1
96	2	2	2	3	1	0	2	2	1	1	1	1	1	1	2
97	1	2	2	2	1	1	2	2	1	1	1	2	1	2	1
98	2	1	2	3	1	0	2	2	1	1	2	2	1	1	2
99	1	1	2	3	1	1	2	3	1	1	2	1	1	1	3
100	2	2	2	3	1	1	2	2	1	1	2	1	1	1	2
101	2	0	0	3	2	0	1	0	0	1	3	1	0	3	0
102	1	2	2	2	1	1	2	2	1	1	2	1	2	1	1
103	1	1	2	3	1	0	2	2	1	1	2	1	1	1	2
104	1	0	2	3	0	0	2	2	1	1	2	1	0	1	2
105	1	0	3	3	0	1	2	2	1	1	2	1	1	1	2
106	1	2	2	2	0	1	2	2	1	2	2	2	1	1	2

Vista de datos Vista de variables

IBM SPSS Statistics Processor está listo Unicode:ON

Base de datos resiliencia y afrontamiento FIN.sav [ConjuntoDatos1] - IBM SPSS Statistics Editor de datos

Archivo Editar Ver Datos Transformar Analizar Gráficos Utilidades Ampliaciones Ventana Ayuda

Visible: 63 de 63 variables

	sexo	P1	P2	P3	P4	P5	P6	P7	P8	P9	P10	P11	P12	P13	P14
106	1	2	2	2	0	1	2	2	1	2	2	2	1	1	2
107	1	2	2	2	1	0	2	2	2	2	1	1	1	1	2
108	1	2	2	3	1	0	2	3	1	1	2	1	1	1	2
109	2	0	2	1	3	1	0	2	2	2	1	1	1	1	2
110	1	0	2	1	3	1	0	2	2	1	1	1	1	1	2
111	1	2	2	3	1	0	2	2	1	1	2	1	0	2	2
112	1	1	2	3	1	0	2	2	1	1	2	1	0	2	2
113	1	3	2	2	0	0	2	2	1	1	2	1	2	1	2
114	2	3	2	2	0	0	2	2	1	1	1	1	2	1	2
115	2	2	1	2	0	0	2	2	1	1	2	1	1	0	2
116	1	2	1	2	0	0	2	2	1	1	2	1	1	0	2
117	1	1	2	3	0	0	2	2	1	2	2	1	1	1	2
118	1	2	2	3	1	1	2	2	1	2	2	2	1	1	2
119	2	1	2	3	1	1	2	2	1	2	2	2	1	1	2
120	2	2	2	2	1	1	2	2	1	1	2	1	0	1	2
121	1	1	2	2	1	1	2	2	1	1	2	1	0	1	2
122	2	2	2	3	1	0	2	2	1	1	2	1	1	1	2
123	1	2	2	3	1	0	2	2	1	1	2	1	1	1	2
124	2	2	2	3	1	1	2	2	1	1	2	2	1	2	2
125	2	2	2	3	0	0	2	2	1	1	2	1	1	1	2
126	1	2	2	3	0	0	2	2	1	1	2	2	1	1	2
127	2	2	2	2	0	1	2	2	1	1	2	1	1	1	2

Vista de datos Vista de variables

IBM SPSS Statistics Processor está listo Unicode:ON

Base de datos resiliencia y afrontamiento FIN.sav [ConjuntoDatos1] - IBM SPSS Statistics Editor de datos

Archivo Editar Ver Datos Transformar Analizar Gráficos Utilidades Ampliaciones Ventana Ayuda

Visible: 63 de 63 variables

	sexo	P1	P2	P3	P4	P5	P6	P7	P8	P9	P10	P11	P12	P13	P14
127	2	2	2	2	0	1	2	2	1	1	2	1	1	1	2
128	1	1	2	3	0	1	2	2	1	1	2	1	1	1	2
129	2	2	2	3	1	1	2	2	1	2	2	1	1	2	2
130	1	2	2	3	1	1	2	2	1	2	2	1	1	2	2
131	2	1	3	3	2	1	2	2	2	1	2	1	1	1	2
132	1	1	3	3	2	1	2	2	1	1	2	1	1	1	2
133	2	1	2	3	1	1	2	2	2	2	2	1	1	1	1
134	2	2	2	3	1	0	2	2	1	1	2	1	1	1	3
135	2	1	2	3	1	0	3	1	1	2	2	1	0	1	2
136	1	1	2	3	1	0	2	1	1	2	2	1	0	1	2
137	1	1	2	2	0	0	2	2	2	2	2	1	1	1	2
138	1	1	2	3	1	0	3	1	1	2	1	1	0	1	2
139	1	0	3	3	0	0	3	2	1	1	2	0	0	1	2
140	2	1	1	2	3	0	1	0	2	1	1	0	1	2	0
141	1	1	2	2	0	0	2	2	2	2	2	2	1	1	2
142	1	1	2	3	1	0	2	1	1	2	1	1	1	1	3
143	2	0	3	3	0	0	3	2	1	1	2	0	0	1	2
144	1	2	2	2	0	0	2	2	2	2	2	1	2	0	2
145	2	1	2	2	0	0	2	2	2	2	2	1	0	2	2
146	2	2	2	3	1	0	2	2	1	2	2	1	0	1	2
147	1	1	2	3	1	0	2	2	1	2	2	1	0	1	2
148	2	2	1	2	0	0	2	2	1	1	2	1	1	0	2

Vista de datos Vista de variables

IBM SPSS Statistics Processor está listo Unicode:ON



Base de datos resiliencia y afrontamiento FIN.sav [ConjuntoDatos1] - IBM SPSS Statistics Editor de datos

Archivo Editar Ver Datos Transformar Analizar Gráficos Utilidades Ampliaciones Ventana Ayuda

Visible: 63 de 63 variables

	sexo	P1	P2	P3	P4	P5	P6	P7	P8	P9	P10	P11	P12	P13	P14
148	2	2	1	2	0	0	2	2	1	1	2	1	1	0	2
149	1	1	2	2	0	0	2	2	2	2	2	1	0	2	2
150	2	2	2	2	0	0	2	2	2	2	2	1	0	2	2
151	1	2	2	2	0	0	1	1	1	2	2	1	1	0	1
152	2	2	2	1	0	1	1	1	1	1	2	1	1	1	1
153	2	0	1	1	1	1	1	1	2	1	2	1	1	1	1
154	1	2	2	1	0	0	1	2	2	2	2	1	1	0	1
155	2	1	2	1	0	1	1	2	1	2	1	2	1	1	1
156	1	1	2	2	0	1	1	1	1	2	2	2	1	1	2
157	2	1	2	2	0	1	2	2	2	2	2	2	1	1	1
158	1	0	2	1	1	1	2	2	2	2	2	1	1	1	1
159	2	1	1	1	0	0	1	1	1	1	2	1	1	0	1
160	1	1	2	3	1	0	2	1	1	2	2	1	0	1	2
161	2	1	2	3	1	0	3	1	1	2	2	1	0	1	2
162	2	2	2	3	1	0	2	2	1	1	2	1	1	1	3
163	1	2	2	3	1	1	2	2	1	1	2	1	1	2	2
164	2	2	2	3	1	1	2	2	1	1	2	1	1	1	2
165	1	2	2	3	1	0	2	2	1	1	1	1	1	1	2
166	2	2	2	2	1	1	2	2	1	1	2	2	1	1	2
167	1	0	2	3	0	0	2	2	2	2	2	2	1	1	2
168	2	1	2	2	1	1	2	3	1	1	2	1	1	1	3
169	2	0	3	2	0	1	0	0	1	3	1	0	3	0	0

Vista de datos Vista de variables

IBM SPSS Statistics Processor está listo Unicode:ON

Base de datos resiliencia y afrontamiento FIN.sav [ConjuntoDatos1] - IBM SPSS Statistics Editor de datos

Archivo Editar Ver Datos Transformar Analizar Gráficos Utilidades Ampliaciones Ventana Ayuda

Visible: 63 de 63 variables

	sexo	P1	P2	P3	P4	P5	P6	P7	P8	P9	P10	P11	P12	P13	P14
169	2	0	3	2	0	1	0	0	1	3	1	0	3	0	0
170	1	0	2	3	0	0	2	2	1	1	2	1	0	1	2
171	2	0	3	3	0	1	2	2	1	1	2	1	1	1	2
172	1	2	2	2	0	1	2	2	1	2	2	2	1	1	2
173	1	2	2	3	1	0	2	3	1	1	2	1	1	1	2
174	1	2	2	3	1	0	2	2	1	1	2	1	0	2	2
175	1	1	2	3	0	0	3	1	1	0	1	1	0	0	1
176	2	1	3	3	1	1	1	3	0	0	2	2	0	2	1
177	2	1	3	3	1	1	3	2	1	1	1	1	0	1	3
178	2	1	3	1	1	1	2	1	2	0	2	1	0	0	2
179	2	1	2	3	0	0	1	2	1	2	2	1	0	0	1
180	2	1	2	2	0	2	1	1	1	2	1	2	1	2	3
181	2	1	2	2	1	2	1	0	2	1	1	0	2	2	3
182	2	0	2	1	3	1	0	2	2	1	1	1	1	1	2
183	2	2	2	2	1	0	2	2	2	2	1	1	1	1	2
184	2	1	2	3	0	0	2	2	1	2	2	1	1	1	2
185	1	2	2	3	1	0	2	2	1	1	2	1	1	1	2
186	1	1	2	2	1	1	2	2	1	1	2	1	0	1	2
187	1	2	2	2	1	1	2	2	1	1	2	1	0	1	2
188	2	1	2	3	1	1	2	2	1	2	2	2	1	1	2
189	1	2	2	3	1	1	2	2	1	2	2	2	1	1	2
190	2	2	2	3	1	0	2	2	1	1	2	1	1	1	2

Vista de datos Vista de variables

IBM SPSS Statistics Processor está listo Unicode:ON

Base de datos resiliencia y afrontamiento FIN.sav [ConjuntoDatos1] - IBM SPSS Statistics Editor de datos

Archivo Editar Ver Datos Transformar Analizar Gráficos Utilidades Ampliaciones Ventana Ayuda

Visible: 63 de 63 variables

	sexo	P1	P2	P3	P4	P5	P6	P7	P8	P9	P10	P11	P12	P13	P14
190	2	2	2	3	1	0	2	2	1	1	2	1	1	1	2
191	2	2	2	3	1	1	2	2	1	1	2	2	1	2	2
192	2	2	2	3	0	2	2	1	1	2	1	1	1	2	1
193	1	2	2	3	0	0	2	2	1	1	2	2	1	1	2
194	1	2	2	3	0	1	2	2	1	1	2	1	1	1	2
195	2	1	2	3	0	1	2	2	1	1	2	1	1	1	2
196	2	1	2	3	0	0	2	2	1	2	2	1	1	1	2
197	1	2	2	3	1	0	2	2	1	1	2	1	1	1	2
198	2	1	2	2	1	1	2	2	1	1	2	1	0	1	2
199	1	2	2	2	1	1	2	2	1	1	2	1	0	1	2
200	2	1	2	3	1	1	2	2	1	2	2	2	1	1	2
201															
202															
203															
204															
205															
206															
207															
208															
209															
210															
211															

Vista de datos Vista de variables

IBM SPSS Statistics Processor está listo Unicode.ON

Base de datos resiliencia y afrontamiento FIN.sav [ConjuntoDatos1] - IBM SPSS Statistics Editor de datos

Archivo Editar Ver Datos Transformar Analizar Gráficos Utilidades Ampliaciones Ventana Ayuda

	Nombre	Tipo	Anchura	Decimales	Etiqueta	Valores	Perdidos	Columnas	Alineación	Medida	Rol
1	sexo	Nominal	8	0		{1, Masculin...	Ninguna	8	Derecha	Nominal	Entrada
2	P1	Número	8	0		Ninguna	Ninguna	8	Derecha	Nominal	Entrada
3	P2	Número	8	0		Ninguna	Ninguna	8	Derecha	Nominal	Entrada
4	P3	Número	8	0		Ninguna	Ninguna	8	Derecha	Nominal	Entrada
5	P4	Número	8	0		Ninguna	Ninguna	8	Derecha	Nominal	Entrada
6	P5	Número	8	0		Ninguna	Ninguna	8	Derecha	Nominal	Entrada
7	P6	Número	8	0		Ninguna	Ninguna	8	Derecha	Nominal	Entrada
8	P7	Número	8	0		Ninguna	Ninguna	8	Derecha	Nominal	Entrada
9	P8	Número	8	0		Ninguna	Ninguna	8	Derecha	Nominal	Entrada
10	P9	Número	8	0		Ninguna	Ninguna	8	Derecha	Nominal	Entrada
11	P10	Número	8	0		Ninguna	Ninguna	8	Derecha	Nominal	Entrada
12	P11	Número	8	0		Ninguna	Ninguna	8	Derecha	Nominal	Entrada
13	P12	Número	8	0		Ninguna	Ninguna	8	Derecha	Nominal	Entrada
14	P13	Número	8	0		Ninguna	Ninguna	8	Derecha	Nominal	Entrada
15	P14	Número	8	0		Ninguna	Ninguna	8	Derecha	Nominal	Entrada
16	P15	Número	8	0		Ninguna	Ninguna	8	Derecha	Nominal	Entrada
17	P16	Número	8	0		Ninguna	Ninguna	8	Derecha	Nominal	Entrada
18	P17	Número	8	0		Ninguna	Ninguna	8	Derecha	Nominal	Entrada
19	P18	Número	8	0		Ninguna	Ninguna	8	Derecha	Nominal	Entrada
20	P19	Número	8	0		Ninguna	Ninguna	8	Derecha	Nominal	Entrada
21	P20	Número	8	0		Ninguna	Ninguna	8	Derecha	Nominal	Entrada
22	P21	Número	8	0		Ninguna	Ninguna	8	Derecha	Nominal	Entrada
23	P22	Número	8	0		Ninguna	Ninguna	8	Derecha	Nominal	Entrada
24	P23	Número	8	0		Ninguna	Ninguna	8	Derecha	Nominal	Entrada

Vista de datos Vista de variables

IBM SPSS Statistics Processor está listo Unicode.ON

Base de datos resiliencia y afrontamiento FIN.sav [ConjuntoDatos1] - IBM SPSS Statistics Editor de datos

Archivo Editar Ver Datos Transformar Analizar Gráficos Utilidades Ampliaciones Ventana Ayuda

	Nombre	Tipo	Anchura	Decimales	Etiqueta	Valores	Perdidos	Columnas	Alineación	Medida	Rol
25	P24	Númérico	8	0		Ninguna	Ninguna	8	Derecha	Nominal	Entrada
26	P25	Númérico	8	0		Ninguna	Ninguna	8	Derecha	Nominal	Entrada
27	P26	Númérico	8	0		Ninguna	Ninguna	8	Derecha	Nominal	Entrada
28	P27	Númérico	8	0		Ninguna	Ninguna	8	Derecha	Nominal	Entrada
29	P28	Númérico	8	0		Ninguna	Ninguna	8	Derecha	Nominal	Entrada
30	SUMAAV1	Númérico	8	0		Ninguna	Ninguna	8	Derecha	Escala	Entrada
31	PP1	Númérico	8	0		Ninguna	Ninguna	8	Derecha	Nominal	Entrada
32	PP2	Númérico	8	0		Ninguna	Ninguna	8	Derecha	Nominal	Entrada
33	PP3	Númérico	8	0		Ninguna	Ninguna	8	Derecha	Nominal	Entrada
34	PP4	Númérico	8	0		Ninguna	Ninguna	8	Derecha	Nominal	Entrada
35	PP5	Númérico	8	0		Ninguna	Ninguna	8	Derecha	Nominal	Entrada
36	PP6	Númérico	8	0		Ninguna	Ninguna	8	Derecha	Nominal	Entrada
37	PP7	Númérico	8	0		Ninguna	Ninguna	8	Derecha	Nominal	Entrada
38	PP8	Númérico	8	0		Ninguna	Ninguna	8	Derecha	Nominal	Entrada
39	PP9	Númérico	8	0		Ninguna	Ninguna	8	Derecha	Nominal	Entrada
40	PP100	Númérico	8	0		Ninguna	Ninguna	8	Derecha	Nominal	Entrada
41	PP111	Númérico	8	0		Ninguna	Ninguna	8	Derecha	Nominal	Entrada
42	PP122	Númérico	8	0		Ninguna	Ninguna	8	Derecha	Nominal	Entrada
43	PP133	Númérico	8	0		Ninguna	Ninguna	8	Derecha	Nominal	Entrada
44	PP144	Númérico	8	0		Ninguna	Ninguna	8	Derecha	Nominal	Entrada
45	PP155	Númérico	8	0		Ninguna	Ninguna	8	Derecha	Nominal	Entrada
46	PP166	Númérico	8	0		Ninguna	Ninguna	8	Derecha	Nominal	Entrada
47	PP177	Númérico	8	0		Ninguna	Ninguna	8	Derecha	Nominal	Entrada
48	PP188	Númérico	8	0		Ninguna	Ninguna	8	Derecha	Nominal	Entrada

Vista de datos Vista de variables

IBM SPSS Statistics Processor está listo Unicode.ON

Base de datos resiliencia y afrontamiento FIN.sav [ConjuntoDatos1] - IBM SPSS Statistics Editor de datos

Archivo Editar Ver Datos Transformar Analizar Gráficos Utilidades Ampliaciones Ventana Ayuda

	Nombre	Tipo	Anchura	Decimales	Etiqueta	Valores	Perdidos	Columnas	Alineación	Medida	Rol
43	PP133	Númérico	8	0		Ninguna	Ninguna	8	Derecha	Nominal	Entrada
44	PP144	Númérico	8	0		Ninguna	Ninguna	8	Derecha	Nominal	Entrada
45	PP155	Númérico	8	0		Ninguna	Ninguna	8	Derecha	Nominal	Entrada
46	PP166	Númérico	8	0		Ninguna	Ninguna	8	Derecha	Nominal	Entrada
47	PP177	Númérico	8	0		Ninguna	Ninguna	8	Derecha	Nominal	Entrada
48	PP188	Númérico	8	0		Ninguna	Ninguna	8	Derecha	Nominal	Entrada
49	PP199	Númérico	8	0		Ninguna	Ninguna	8	Derecha	Nominal	Entrada
50	PP200	Númérico	8	0		Ninguna	Ninguna	8	Derecha	Nominal	Entrada
51	PP211	Númérico	8	0		Ninguna	Ninguna	8	Derecha	Nominal	Entrada
52	PP222	Númérico	8	0		Ninguna	Ninguna	8	Derecha	Nominal	Entrada
53	PP233	Númérico	8	0		Ninguna	Ninguna	8	Derecha	Nominal	Entrada
54	PP244	Númérico	8	0		Ninguna	Ninguna	8	Derecha	Nominal	Entrada
55	PP255	Númérico	8	0		Ninguna	Ninguna	8	Derecha	Nominal	Entrada
56	SUMAV2	Númérico	8	0		Ninguna	Ninguna	8	Derecha	Escala	Entrada
57	CENTRADO...	Númérico	8	0		Ninguna	Ninguna	18	Derecha	Escala	Entrada
58	CENTRADO...	Númérico	8	0		Ninguna	Ninguna	17	Derecha	Escala	Entrada
59	CENTRADO...	Númérico	8	0		Ninguna	Ninguna	19	Derecha	Escala	Entrada
60	DIMENSIO...	Númérico	8	0	Centrado en el ...	{1, Bajo}...	Ninguna	19	Derecha	Nominal	Entrada
61	Dcentradoe...	Númérico	8	0	Centrado en la ...	{1, Bajo}...	Ninguna	18	Derecha	Nominal	Entrada
62	Devitacion	Númérico	8	0	Centrado en la ...	{1, Bajo}...	Ninguna	12	Derecha	Nominal	Entrada
63	Categoriasresi	Númérico	8	0	resilienciateg...	{1, Bajo}...	Ninguna	16	Derecha	Nominal	Entrada
64											
65											
66											

Vista de datos Vista de variables

IBM SPSS Statistics Processor está listo Unicode.ON



## ANEXO 4: INFORME DE TURNITING AL 21% DE SIMILITUD

Reporte de similitud

NOMBRE DEL TRABAJO

INFORME DE TESIS terminada final21.docx

AUTOR

Revision Turnitin

RECUENTO DE PALABRAS

17978 Words

RECUENTO DE CARACTERES

103833 Characters

RECUENTO DE PÁGINAS

106 Pages

TAMAÑO DEL ARCHIVO

6.5MB

FECHA DE ENTREGA

Nov 11, 2024 10:59 PM GMT-5

FECHA DEL INFORME

Nov 11, 2024 11:01 PM GMT-5

### ● 18% de similitud general

El total combinado de todas las coincidencias, incluidas las fuentes superpuestas, para cada base de datos.

- 17% Base de datos de Internet
- Base de datos de Crossref
- 8% Base de datos de trabajos entregados
- 2% Base de datos de publicaciones
- Base de datos de contenido publicado de Crossref

### ● Excluir del Reporte de Similitud

- Material bibliográfico
- Coincidencia baja (menos de 15 palabras)

## ANEXO 5: FICHA DE VALIDACIÓN DE INSTRUMENTOS

### INFORME DE VALIDACIÓN DEL INSTRUMENTO DE INVESTIGACIÓN

#### I. DATOS GENERALES

Título de la Investigación: "Estrategias De Afrontamiento Al Estrés Y Resiliencia En Trabajadores De La Municipalidad Del Distrito De Ite, Tacna-2023"

Nombre del Experto: Magister Elizabeth Daza Lozano

#### II. ASPECTOS A VALIDAR EN EL CUESTIONARIO

Aspectos a Evaluar	Descripción:	Evaluación Cumple/ No cumple	Preguntas a corregir
1. Claridad	Las preguntas están elaboradas usando un lenguaje apropiado	Cumple	
2. Objetividad	Las preguntas están expresadas en aspectos observables	Cumple	
3. Conveniencia	Las preguntas están adecuadas al tema a ser investigado	Cumple	
4. Organización	Existe una organización lógica y sintáctica en el cuestionario	Cumple	
5. Suficiencia	El cuestionario comprende todos los indicadores en cantidad y calidad	Cumple	
6. Intencionalidad	El cuestionario es adecuado para medir los indicadores de la investigación	Cumple	
7. Consistencia	Las preguntas están basadas en aspectos técnicos del tema investigado	Cumple	
8. Coherencia	Existe relación entre las preguntas e indicadores	Cumple	
9. Estructura	La estructura del cuestionario responde a las preguntas de la investigación	Cumple	

## INFORME DE VALIDACIÓN DEL INSTRUMENTO DE INVESTIGACIÓN

### I. DATOS GENERALES

Título de la Investigación: "Estrategias De Afrontamiento Al Estrés Y Resiliencia En Trabajadores De La Municipalidad Del Distrito De Ite, Tacna-2023"

Nombre del Experto: Mtr. Yessica Carolina Ilachura Chura

### II. ASPECTOS A VALIDAR EN EL CUESTIONARIO

Aspectos a Evaluar	Descripción:	Evaluación Cumple/ No cumple	Preguntas a corregir
1. Claridad	Las preguntas están elaboradas usando un lenguaje apropiado	cumple	
2. Objetividad	Las preguntas están expresadas en aspectos observables	No cumple	11
3. Conveniencia	Las preguntas están adecuadas al tema a ser investigado	Cumple	
4. Organización	Existe una organización lógica y sintáctica en el cuestionario	No Cumple	15 y 24 hay similitud
5. Suficiencia	El cuestionario comprende todos los indicadores en cantidad y calidad	Cumple	
6. Intencionalidad	El cuestionario es adecuado para medir los indicadores de la investigación	Cumple	
7. Consistencia	Las preguntas están basadas en aspectos teóricos del tema investigado	Cumple	
8. Coherencia	Existe relación entre las preguntas e indicadores	Cumple	
9. Estructura	La estructura del cuestionario responde a las preguntas de la investigación	Cumple	
10. Pertinencia	El cuestionario es útil y oportuno para la investigación	cumple	

### III. OBSERVACIONES GENERALES

Realizar modificación de los ítems en mención del inventario de afrontamiento al estrés

  
M<sup>te</sup>. Yessica C. Ilachura Chura  
PSICOLOGA  
C.P.S.P. 35679

## INFORME DE VALIDACIÓN DEL INSTRUMENTO DE INVESTIGACIÓN

### I. DATOS GENERALES

Título de la Investigación: "Estrategias De Afrontamiento Al Estrés Y Resiliencia En Trabajadores De La Municipalidad Del Distrito De Ite, Tacna-2023"

Nombre del Experto: Dr. Alex Alfredo Valenzuela Romero

### II. ASPECTOS A VALIDAR EN EL CUESTIONARIO

Aspectos a Evaluar	Descripción:	Evaluación Cumple/ No cumple	Preguntas a corregir
1. Claridad	Las preguntas están elaboradas usando un lenguaje apropiado	Cumple	
2. Objetividad	Las preguntas están expresadas en aspectos observables	Cumple	
3. Conveniencia	Las preguntas están adecuadas al tema a ser investigado	Cumple	
4. Organización	Existe una organización lógica y sintáctica en el cuestionario	Cumple	
5. Suficiencia	El cuestionario comprende todos los indicadores en cantidad y calidad	Cumple	
6. Intencionalidad	El cuestionario es adecuado para medir los indicadores de la investigación	Cumple	
7. Consistencia	Las preguntas están basadas en aspectos teóricos del tema investigado	Cumple	
8. Coherencia	Existe relación entre las preguntas e indicadores	Cumple	
9. Estructura	La estructura del cuestionario responde a las preguntas de la investigación	Cumple.	

10. Pertinencia	El cuestionario es útil y oportuno para la investigación	Cumple.	
-----------------	--	---------	--

III. OBSERVACIONES GENERALES

Nombre: Morales, Nancy  
 No. DNI: 41632620


 COLEGIO DE PSICÓLOGOS DEL PERÚ  
 INSTITUCIÓN DE FOMENTO PROFESIONAL Y TÉCNICO  
  
 Psic. Alicia Palenzuela Romero  
 DECANO REGIONAL  
 C. P. P. 11523 RNE 384-2023

## ANEXO 6: SOLICITUD DE AUTORIZACIÓN PARA APLICAR INSTRUMENTOS

"Año de la Unidad, la Paz y el Desarrollo"

SOLICITO: Permiso para realizar  
Trabajo de  
Investigación

Señora: **URBELINDA CHACÓN DÍAZ**

**ALCALDESA DE LA MUNICIPALIDAD DISTRITAL DE ITE**



Yo, **MELGAR TOVAR MARCO**, identificado con DNI 70783517 y **QUELOPANA SILVESTRE, FABIOLA POLET** con DNI 72856930 egresados de la Carrera de Psicología, respetuosamente nos presentamos exponemos;

Que habiendo culminado la carrera profesional de psicología en la Universidad Alas Peruanas - Filial Tacna, solicito a Ud. permiso para realizar mi investigación de Tesis en su Institución, cuyo título es "ESTRATEGIAS DE AFRONTAMIENTO AL ESTRÉS Y RESILIENCIA EN TRABAJADORES DE LA MUNICIPALIDAD DEL DISTRITO DE ITE, TACNA-2023", para lo cual requiero aplicar los siguientes instrumentos de evaluación:

- Inventario de afrontamiento al estrés - Brief "COPE 28"
- Escala de Resiliencia

Por lo que agradeceré brindarme las facilidades y colaboración necesaria para poder recabar información académica de la municipalidad Distrital de Ite que Ud. Dignamente dirige. Así mismo, de antemano agradezco su atención y pronta respuesta.

**Adjunto:**

- Carta de presentación por la Universidad Autónoma de Ica
- Constancia de egresados

Tacna, 02 de mayo del 2023

Atentamente,

\_\_\_\_\_  
**QUELOPANA SILVESTRE FABIOLA POLET**

DNI: 72856930

Nro. De celular: 930679369

\_\_\_\_\_  
**MELGAR TOVAR MARCO**

DNI: 70783517

Nro. De celular 943479028

Escaneado con CamScanner

Distrito Ite, 31 de Mayo del 2023.

**CARTA N°003-2023-UGRH-OA/GM/MDI- MDI-**

Señores:  
MELGAR TOVAR MARCO  
QUELOPANA SILVESTRE FABIOLA  
Servidor de la MDI.

**ASUNTO : INFORMO SOBRE SOLICITUD**  
**REFERENCIA : INFORME N°518-2023-OA/GM/MDI**  
**INFORME N°200-2023-UGRH-OA/MDI**  
**SOLICITUD S/N**

Por medio de la presente me dirijo a ustedes a fin de saludarlo en nombre de la Municipalidad Distrital de Ite, y a la vez comunicarle que, según informe N°518-2023-OA/GM/MDI emitido el 08 de mayo del presente año por el CPC. ERICK MANUEL SALAZAR PANTIGOSO Jefe de la Oficina de Administración SOBRE EL PERMISO PARA REALIZAR TRABAJO DE INVESTIGACION.

Que, visto los documentos y anexos presentados es que el Ing. Jose Alberto Cahuna Arias, Gerente Municipal AUTORIZA el permiso respectivo para la aplicación de instrumentos de investigación de tesis en la Municipalidad Distrital de Ite.

Sin otro particular hago propicia la oportunidad para renovarles los sentimientos y estima personal.

Atentamente,

MUNICIPALIDAD DISTRITAL DE ITE  
*[Firma]*  
ABOG. JESUS MANUEL CALIZAYA  
Jefe de Unidad de Gestión  
de Recursos Humanos

Archie  
JLC/entm

Sede principal: Pampa Alta S/N Tacna – Jorge Basadre – Ite – 23700 Perú  
Oficina de Administración – Unidad de Gestión de Recursos Humanos  
www.gob.pe/munite

*Recibi congoame.*  
*[Firma]*  
70703517.

Escaneado con CamScanner



**INFORME N°518-2023-OA/GM/MDI**

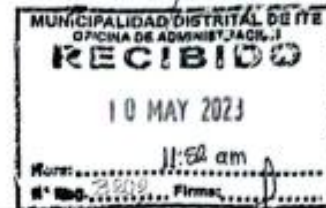
A : ING. JOSE A. CAHUANA ARIAS  
Gerente Municipal

DE : CPC. ERICK SALAZAR PANTIGOSO  
Oficina de Administración

ASUNTO : PARA CONOCIMIENTO Y AUTORIZACIÓN

REFERENCIA: Informe N°200-2023-UGRH-OA/MDI  
Solicitud S/N

FECHA : Ite, 08 de mayo del 2023.



Mediante el presente me dirijo a usted para saludarlo muy cordialmente y a la vez remitirle a su despacho la información en referencia:

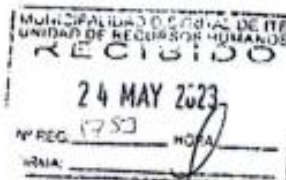
- El 02 de mayo del 2023, el Sr. Marco Melgar Tovar y la Srta. Fabiola Quelopana Silvestre, egresados de la Carrera de psicología de la Universidad Alas Peruanas, emiten la solicitud S/N, requiriendo permiso para realizar su investigación de tesis en nuestra entidad, para lo cual requiere aplicar los siguientes instrumentos de evaluación:
  - o Inventario de afrontamiento al estrés – Brief "Cope 28".
  - o Escala de Resiliencia.
- El 05 de mayo del 2023, ingresa a mi despacho el informe N°200-2023-UGRH-OA/MDI del Abg. José Lupaca Calizaya, jefe de la Unidad de Gestión de Recursos Humanos, informando sobre la solicitud de permiso requerido por el Sr. Marco Melgar Tovar y la Srta. Fabiola Quelopana Silvestre, para realizar su investigación de tesis, cuyo título es: "Estrategia de afrontamiento al estrés y resiliencia en trabajadores de la municipalidad del distrito de Ite, Tacna - 2023", para lo cual requiere aplicar distintos instrumentos de evaluación.

Visto los documentos y anexos presentados es que remito a su despacho el presente informe, para conocimiento y evaluación del permiso respectivo para la aplicación de instrumentos de investigación de tesis en la Municipalidad Distrital de Ite, a favor del Sr. Marco Melgar Tovar y la Srta. Fabiola Quelopana Silvestre, egresados de la Carrera de psicología de la Universidad Alas Peruanas.

Es todo cuanto informo a Usted, para conocimiento y trámite correspondiente.

Atentamente,

MUNICIPALIDAD DISTRITAL DE ITE  
*[Signature]*  
CPC ERICK MANUEL SALAZAR PANTIGOSO  
OFICINA DE ADMINISTRACIÓN



Aq: (5) folios  
CC: Archivo

Sede principal: Pampa Alta S/N Tacna – Jorge Basadre – Ite – 23700 Perú



## ANEXO 7: EVIDENCIA FOTOGRÁFICA

