



FACULTAD DE HUMANIDADES
ESCUELA ACADÉMICA PROFESIONAL DE PSICOLOGÍA

TESIS
RESILIENCIA Y AFRONTAMIENTO DEL ESTRÉS
EN ESTUDIANTES DE UNA INSTITUCIÓN
EDUCATIVA SECUNDARIA. CHICLAYO - 2016

PARA OPTAR EL TÍTULO PROFESIONAL DE
LICENCIADA EN PSICOLOGÍA Autor:

Bach. Rojas Castro Yasari Yarumi

Pimentel 22 de Junio del 2016

*RESILIENCIA Y AFRONTAMIENTO DEL ESTRÉS EN ESTUDIANTES DE UNA
INSTITUCIÓN EDUCATIVA SECUNDARIA. CHICLAYO*

Aprobación de la tesis

Mg. Merino Hidalgo Darwin Richard

Asesor metodológico

Mg. Yolanda Rosa Castro Yoshida

Asesor especialista

Blanca Rojas Jiménez

Presidente del jurado de tesis

Rosemary Guerrero
Carranza

Vocal del jurado de tesis

Betsy Pamela Arrunátegui Huamán

Secretario del jurado de tesis

Dedicatoria

A mis padres Elva Castro y Carlos Rojas junto a mis hermanos Pierre y Alexis que han sido durante todo este proceso mi

motivación para seguir adelante,

acompañándome en mi día a día a mis

cuatro abuelos que gracias a Dios aún

están junto, a mi lado.

Dedico este trabajo de investigación en primer lugar a Dios todo poderoso, por ser él quien nos ha impulsado a seguir a lo largo de nuestra vida afrontando los retos que cada día se nos han presentado.

Yasari Yarumi Rojas Castro

Agradecimiento

Le agradezco a Dios por haberme acompañado y guiado a lo largo de mi carrera, por ser mi fortaleza en los momentos de debilidad y por brindarme una vida llena de aprendizajes y experiencias.

Le doy gracias a mis padres por apoyarme en todo momento tanto moral y económicamente y por haberme dado la oportunidad de tener una buena educación en el transcurso de mi vida.

Yasari Yarumi Rojas Castro

Índice

Dedicatoria	3
Agradecimiento	
4	Índice
.....	5
Abstract	
7	INTRODUCCIÓN
.....	8
CAPÍTULO I: PROBLEMA DE INVESTIGACIÓN	12
1.1. Situación Problemática	13
1.2. Formulación del Problema	15 1.3.
Delimitación de la Investigación	15
1.4. Justificación e Importancia de la Investigación	15
1.5. Limitaciones de la Investigación	16
1.6. Objetivos de la Investigación	17
CAPÍTULO II: MARCO TEÓRICO	19
2.1. Antecedentes de Estudios	20
2.2. Base teórica científicas.....	24
2.3. Definición de la terminología	40
CAPÍTULO III: MARCO METODOLÓGICO	41
3.1. Tipo y Diseño de Investigación	42
3.2. Población y Muestra	43
3.3. Hipótesis General:	44
Hipotesis Especifica.....	44
3.4. Variables	46

3.5. Operacionalización	47
3.6. Métodos, técnicas e instrumentos de recolección de datos	48
3.7. Procedimiento para la recolección de datos	59
3.8. Análisis Estadístico e Interpretación de los Datos	60
3.9. Criterios éticos	60
CAPÍTULO IV: ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN DE LOS RESULTADOS	62
4.1. Resultados en tablas y gráficos	63
4.2. Discusión de resultados.....	73
CAPITULO V: CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES	79
5.1. Conclusiones	80
5.2. Recomendaciones	83
REFERENCIAS BIBLIORGRAFICAS.....	91
ANEXOS	90

Resumen

El presente trabajo tuvo como objetivo determinar la relación entre la Resiliencia y el afrontamiento del estrés en estudiantes de una Institución Educativa Nacional en Chiclayo. El método de esta investigación fue de carácter no experimental, y el estudio fue apoyado por las teorías de Sandín, Chorot, Prado y Del Aguila. El diseño de investigación es descriptivo correlacional, pues se describió la incidencia de las variables, para luego relacionarlas por medio de la prueba estadística de análisis de correlación. (Hernández, Fernández y Baptista, 2006). Cuya población muestral fue 120 estudiantes. Haciendo uso de dos instrumentos Cuestionario de Afrontamiento del Estrés (CAE) y la Escala de Resiliencia (ERA) para adolescentes. Los resultados se obtuvieron a partir de un software estadístico Coeficiente de Correlación de Pearson. La conclusión fue que existe una relación significativa entre Resiliencia y el Afrontamiento del estrés.

Palabras clave: Afrontamiento del Estrés, resiliencia, adolescentes.

Abstract

This study aimed to determine the relationship between resilience and coping with stress in students of a National Educational Institution in Chiclayo. The method of this research was non experimental, and the study was supported by the theories of Sandín, Chorot, Prado and Del Aguila. The research design is descriptive correlational, because the incidence of variables, then relate them through statistical correlation analysis test described. (Hernández, Fernández and Baptista, 2006). Whose sample population was 120 students. Using two Stress Coping Questionnaire (CAE) and the Resilience Scale instruments (ERA) for teenagers. The results were obtained from a statistical software Pearson Correlation Coefficient. The conclusion was that there is a significant relationship between resilience and coping with stress.

Keywords: stress coping, resilience, adolescents.

INTRODUCCIÓN

La presente investigación permitirá evaluar a los adolescentes pertenecientes a una institución educativa secundaria como objeto de estudio, recalcando así que la adolescencia es una etapa vulnerable por los cambios que presentan a nivel biológico, psicológico y social. Durante este periodo se genera una crisis comportamental que implica la búsqueda y el logro de la identidad, por otro lado, la familia constituye una de las principales redes de apoyo para los adolescentes, por ello es fundamental que, en la dinámica de su funcionamiento se adquieran valores, actitudes y habilidades para adaptarse, enfrentar y solucionar conflictos (Guillén, 2005).

Los progenitores, y en general la familia forma un elemento esencial en la tarea de facilitar apoyo y orientación a los adolescentes. Así mismo, las escuelas, desempeñan una función primordial, ya que son consideradas como espacios idóneos para desarrollar habilidades, conocimientos y actitudes, para aprender a vivir y convivir con los demás. Numerosos estudios han demostrado que la forma en que los adolescentes se conectan con su mundo social influye tanto en su salud como en su desarrollo, pues son factores de protección frente a conductas de alto riesgo. Así tenemos que, cuando establecen lazos emocionales positivos y estables con adultos responsables, los adolescentes pueden sentirse protegidos, y demostrar actitudes de fortaleza y resistencia para afrontar y resolver los problemas de forma más constructiva. Sin embargo, cuando los adolescentes se desarrollan en un ambiente familiar o social donde la dinámica familiar es conflictiva y los lazos familiares débiles, tienden a percibirse como incapaces de resolver o enfrentar problemas de forma eficaz y su comportamiento puede tener efectos negativos no

solo en su propia vida, sino también en el funcionamiento de sus familias y de la sociedad. (Ortigosa, Quiles y Méndez, 2003).

Se entiende como Resiliencia, la capacidad para transformar situaciones difíciles en oportunidades para crecer; contrarrestando de algún modo la vulnerabilidad a la que está predispuesto el adolescente por los cambios que suceden en esta etapa de su vida, más aún en la actualidad, donde esta situación se agrava, por las múltiples ocupaciones que poseen los padres, y la escasa calidad de tiempo que dedican a sus hijos, además de los inadecuados modelos sociales que muestran los medios de comunicación. (Galarza, 2012)

En la población de estudio, se ha podido identificar por referencia de algunos docentes; un inadecuado clima social familiar que vivencian los adolescentes en sus hogares; y que a su vez se manifiestan como problemas en la comunicación familiar, de igual manera el escaso apoyo para resolver conflictos, la ausencia de los padres ante la toma de decisiones importantes, así como pocos momentos para compartir experiencias lúdicas y religiosas. Frente a estas dificultades por las que atraviesa la familia, es importante que se promuevan en los adolescentes capacidades que ayuden a desarrollarse, a pesar de las situaciones contrarias. De tal forma la resiliencia es una de estas capacidades que permitirá el crecimiento personal en los adolescentes que enfrentan este tipo de problemas. Asimismo, Amezcua, Pichardo y Fernández (2002) refiere que al ubicar a la familia, en su función protectora, se puede incentivar el desarrollo de factores resilientes que les ayuden al logro de sus objetivos.

Debido a la problemática descrita se plantea investigar la afirmando que “Si existe Relación entre la variable Resiliencia y Afrontamiento del Estrés en estudiantes de una institución educativa secundaria de Chiclayo 2016”

En el Capítulo I, el propósito es presentar el Problema de Investigación, donde se da a conocer la situación problemática, además la formulación del problema, las limitaciones de la investigación que se han presentado en el transcurso, la justificación e importancia de la misma, los objetivos generales y específicos de la investigación que sirvió de orientación para desarrollar esta investigación.

En el Capítulo II, se expone el marco teórico que fundamenta el trabajo de investigación, señalando las teorías de Resiliencia y afrontamiento de estrés las mismas que son sustentadas por diversos autores. También se presenta una síntesis de las investigaciones realizadas sobre el problema de estudio.

En el Capítulo III, se detalla el marco metodológico en donde se conoce el tipo y diseño de investigación, la población y muestra, la hipótesis y su Operacionalización de las variables independiente y dependiente; describiendo cada uno de las dimensiones de las variables de la resiliencia y el afrontamiento de estrés.

En el capítulo IV, se presenta el análisis y resultado de la investigación, en el cual se utilizó el programa MS EXCEL en donde los datos fueron representados en tablas y gráficos estadísticos, de esta manera facilito realizar la discusión de los resultados basándose en las teorías de las variables.

En el capítulo V, se detalla las Conclusiones y Recomendaciones de la presente investigación planteando una solución a la problemática. Las conclusiones son los

análisis de la interpretación de los resultados y objetivos. Las recomendaciones han sido planteadas de acuerdo a las conclusiones.

CAPÍTULO I: PROBLEMA DE INVESTIGACIÓN

1.1. Situación Problemática

En la actualidad Kotliarenco y Cáceres (2011) definen a la Resiliencia como un proceso dinámico, constructivo, de origen interactivo, sociocultural que conduce a la optimización de los recursos humanos y permite sobreponerse a las situaciones adversas. Se manifiesta en distintos niveles del desarrollo biológico, neurofisiológico y endocrino en respuesta a los estímulos ambientales.

En Madrid, Ortigosa, Quiles & Méndez, (2003). Considera que la adolescencia es una etapa del ciclo vital, en donde el individuo aprende a interactuar en la sociedad, y adquiere competencias necesarias para poder crear, establecer y desarrollar un plan de vida, que le permitirá alcanzar sus metas o proyectos trazados pese a las circunstancias que se puedan presentar, trayendo como consecuencia un bienestar psicológico y una mejor calidad de vida.

Así mismo en Buenos Aires, Asenjo, Esquivel, De la Rosa, Morales, Stover, Bellido y De la Iglesia (2012) llevaron a cabo una investigación acerca de los estilos de Afrontamiento del Estrés, concluyendo que las mujeres presentan un uso mayor de afrontamiento por aproximación conductual, así como mayor sintomatología psicológica.

Por otro lado en Lima, Prado y Del Águila (2000). En su investigación con respecto a la Diferencia en la Resiliencia según género, nivel socioeconómico en adolescentes, concluyen que Que la cultura peruana provee a los adolescentes modelos familiares y culturales conflictivos y confusos en algunos casos caóticos como mecanismos e insípida torios encontrando en esta

investigación que los adolescentes buscan modelos fuera del contexto familiar pero que la cultura no ayuda a brindar modelos integrados para seguir muy por el contrario ofrece modelos pseudomutuales y escindidos que perjudican los aspectos resilientes.

Sin embargo, Polo (2009) en un estudio realizado sobre resiliencia en base a los factores protectores en adolescentes de 14 a 16 años; encontró que la familia es el factor protector más importante como elemento central en la vida de estos adolescentes, el cual favorece la capacidad de resiliencia de los mismos; por lo tanto, al funcionar inadecuadamente, puede conllevar a sus miembros a adoptar diversas conductas de riesgo.

En nuestra localidad, se encontraron estudios referentes sobre Resiliencia, en los que se concluyó que no existe relación significativa entre clima social familiar y Resiliencia en adolescentes; por otro lado con respecto afrontamiento se llegó a la conclusión que son aquellas predisposiciones personales para hacer frente a diversas situaciones y son los que determinarán el uso de ciertas estrategias de afrontamiento, así como su estabilidad temporal y situacional.

Así mismo, en la población de estudio, se ha podido identificar por referencia de algunos docentes: un inadecuado entorno familiar que vivencian los adolescentes en sus hogares; manifestándose como problemas en la comunicación familiar, escaso apoyo para resolver conflictos, ausencia de los padres ante la toma de decisiones importantes, así como pocos momentos para compartir experiencias lúdicas y religiosas. Frente a estas dificultades por las que atraviesa la familia actualmente, es importante que se fomenten en los adolescentes capacidades que ayuden a desarrollarse, a pesar de las

situaciones contrarias. De tal forma, la resiliencia es una de estas capacidades que permitirá el crecimiento personal en los adolescentes que enfrentan este tipo de problemas y a su vez siendo un respaldo.

Conocer sobre Resiliencia se hace necesario en la etapa de la adolescencia ya que es una etapa de cambios en la cual experimentan diversas situaciones en las que deben aprender a afrontar las dificultades.

1.2. Formulación del Problema

¿Cuál es la relación entre Resiliencia y el Afrontamiento del estrés en estudiantes de una institución educativa secundaria. Chiclayo?

1.3. Delimitación de la Investigación

La investigación se ha realizado en la provincia de Chiclayo, departamento de Lambayeque, en una institución Educativa “Federico Villarreal”, dentro del periodo 2015 – 2016.

1.4. Justificación e Importancia de la Investigación

El presente trabajo de investigación es diseñado con la finalidad de relacionar la Resiliencia con el Afrontamiento de estrés en estudiantes de una institución educativa secundaria, que permita explicar los diversos factores de riesgos en su entorno social, para conocer si poseen la capacidad de transformar estas situaciones en estímulos resilientes para poder salir adelante, y tener un futuro provechoso.

Además servirá como pauta de estudios posteriores en el país y ayudará a indicar el momento adecuado para recibir atención psicológica, como parte de la atención integral de los adolescentes y sus padres.

Desde el punto de vista teórico, la presente investigación obtendrá conocimientos que servirán para ampliar teorías existentes en base a la Resiliencia y afrontamiento de estrés.

Por otro lado, en el aspecto metodológico, se utilizará estrategias para generar conocimiento válido y confiable por lo que la investigación servirá de antecedente para futuras investigaciones relacionadas al tema estudiado.

En el aspecto social, la presente investigación permitirá brindar información a Instituciones Educativas y fomentar la prevención en dicha población donde se presenten situaciones similares a la que aquí se plantea, de tal manera que se puedan tomar las medidas necesarias para lograr la solución de problemas presentados en dicha institución educativa.

Finalmente esta investigación es importante porque pretende entender la problemática del adolescente y su capacidad de afronte para que posteriormente puedan alcanzar sus objetivos o sus metas trazadas superando los obstáculos que surjan en etapas tempranas.

1.5. Limitaciones de la Investigación

Limitaciones bibliográficas sobre los Antecedentes, especialmente con las variables de Resiliencia y Afrontamiento del Estrés a Nivel Internacional, Nacional y Local.

Limitaciones Metodológicas en cuanto a los baremos de los instrumentos utilizados.

1.6. Objetivos de la Investigación

Objetivo General:

- Determinar la relación entre la Resiliencia y el Afrontamiento del Estrés en estudiantes de una institución educativa en Chiclayo 2016.

Objetivos Específicos:

- Describir el nivel de Resiliencia en los estudiantes de una institución educativa en Chiclayo-2016.
- Describir el nivel de Afrontamiento del Estrés en los estudiantes de una institución educativa en Chiclayo-2016.
- Establecer la relación entre la dimensión Focalizado en la solución del problema y Resiliencia, en los estudiantes de una institución educativa en Chiclayo-2016.
- Establecer la relación entre la dimensión Auto focalización negativa y Resiliencia en los estudiantes de una institución educativa en Chiclayo-2016.
- Establecer la relación entre la dimensión Reevaluación positiva y Resiliencia en los estudiantes de una institución educativa en Chiclayo-2016.
- Establecer la relación entre la dimensión Expresión emocional abierta y Resiliencia en los estudiantes de una institución educativa en Chiclayo-2016.

- Establecer la relación entre la dimensión Evitación y Resiliencia en los estudiantes de una institución educativa en Chiclayo-2016.
- Establecer la relación entre la dimensión Búsqueda de Apoyo Social y Resiliencia en los estudiantes de una institución educativa en Chiclayo-2016.
- Establecer la relación entre la dimensión Religión y Resiliencia en los estudiantes de una institución educativa en Chiclayo-2016.
- Establecer la relación entre la dimensión Insight y Afrontamiento del Estrés en los estudiantes de una institución educativa en Chiclayo-2016.
- Establecer la relación entre la dimensión Independencia y Afrontamiento del Estrés en los estudiantes de una institución educativa en Chiclayo-2016.
- Establecer la relación entre la dimensión Interacción y Afrontamiento del Estrés en los estudiantes de una institución educativa en Chiclayo-2016.
- Establecer la relación entre la dimensión Iniciativa y Afrontamiento del estrés en los estudiantes de una institución educativa en Chiclayo-2016.
- Establecer la relación entre la dimensión Humor y Afrontamiento del estrés en los estudiantes de una institución educativa en Chiclayo-2016.
- Establecer la relación entre la dimensión Creatividad y Afrontamiento del Estrés en los estudiantes de una institución educativa en Chiclayo-2016.
- Establecer la relación entre la dimensión Moralidad y Afrontamiento del Estrés en los estudiantes de una institución educativa en Chiclayo-2016.

CAPÍTULO II: MARCO TEÓRICO

2.1. Antecedentes de Estudios

Internacionales:

En México, según Morales B. y Moysén A. (2015), en su investigación con respecto al Afrontamiento del estrés en adolescentes estudiantes de nivel medio superior menciona que el propósito de la investigación es describir las estrategias de afrontamiento que emplean los adolescentes, realizando comparaciones por género y edad en la cual la población tomada fue de 724 adolescentes, de los cuales fueron 413 mujeres y 311 hombres, con un rango de edad entre 14 y 17 años, del Valle de Toluca. Utilizando como instrumento la Escala de Afrontamiento del Estrés para adolescentes (ACS), mostrando como resultados de las estrategias que emplean los adolescentes ante situaciones estresantes: el esforzarse y tener éxito, buscar diversiones relajantes y preocuparse. Las mujeres emplean más estrategias centradas en resolver el problema e intervienen sus emociones, a diferencia de los hombres, que evaden el problema y son más reservados emocionalmente. Con respecto a la comparación por edad, se encontró que los de 16 años emplean estrategias de evasión del problema.

En Valencia, Mendoza, Correa, Sandoval y Santisteban (2013) se describe, analiza y caracteriza desde el enfoque de la Resiliencia de cómo el estudiante se enfrenta a la etapa de la Educación Secundaria, específicamente, al momento de evolución académica hacia la enseñanza considerada de alto riesgo de abandono. El aporte más revelador de la investigación es la perspectiva positiva o de centrar la investigación en los indicadores de éxito de dicha población, en oposición al focus de fracaso que ha dominado en la visión sobre esta temática. Por tal motivo, se centra en identificar y evaluar los mecanismos resilientes que pueden clarificar,

explicar y comprender cómo procesos, a priori cualificados como problemáticos o dificultosos para esta población que vive en una situación de mayor vulnerabilidad social y académica, se transforman en una red protectora que favorece satisfactoriamente el éxito escolar.

En México, según Gonzales, Valdivia y Zapata (2012). Con el objetivo de identificar el nivel de resiliencia y analizar los múltiples roles (víctima, victimario y observador) del acoso escolar o bullying, realizaron una investigación en la cual se tuvo como muestra a 122 adolescentes de ambos sexos de las edades de 12 a 15 años de edad, a quienes se les aplicó cuestionarios de resiliencia y de violencia escolar en educación básica, en los que se obtuvo como resultados que: los hombres son más propensos a cubrir el rol de observador y de victimario. Y se comprobó que los individuos resilientes demostraron bajo índice de acoso escolar así la resiliencia puede debilitar o disminuir el impacto del acoso escolar en los adolescentes.

En Buenos Aires según Asenjo, Esquivez, De la Rosa, Morales, Stover, Bellido y De La Iglesia (2012), llevaron a cabo una investigación acerca de los estilos de afrontamiento del estrés en una muestra de sujetos pertenecientes a una población en general, enfatizando en su relación a la presencia de sintomatología psicopatológica no específica y el apoyo social percibido. La muestra estuvo conformada por 108 sujetos (80,6% mujeres, 19,4% varones. La recolección de datos incluyó: una encuesta sociodemográfica, el Inventario de Afrontamiento para Adolescentes y Universitarios en lo que se obtuvo como resultados mostraron que las mujeres presentan un uso mayor de afrontamiento por aproximación conductual, así como mayor sintomatología psicológica. Asimismo, quienes no trabajaban

también presentaban más síntomas. No se encontraron diferencias en el apoyo social percibido según variables sociodemográficas. Finalmente, se hallaron asociaciones positivas y moderadas entre evitación cognitiva y la presencia de sintomatología, y entre aproximación conductual y apoyo social percibido.

Nacionales:

En Lima y Arequipa, según Teodoro H. (2014) Explica sobre los riesgos y Resiliencia procedentes del medio ambiente social en la versión de Bronfenbrenner tomando en cuenta que la Resiliencia no necesariamente tiene que proceder de aspectos individuales debidos a la personalidad o a los otros significantes, como enfatizan algunas teorías, sino que pueden ser también factores ambientales los que ejerzan ese papel incrementando o reduciendo los efectos. Dado que en una parte de la literatura especializada se utiliza el concepto de manera confusa identificando acoso escolar solo con un comportamiento agresivo individual, es necesario apuntar que aquí se utiliza como un concepto multidimensional, es decir, como una única variable que incluye la agresión individual, la agresión colectiva, la victimización individual y la victimización colectiva. De tal manera se evita el uso holístico y omnicompreensivo no siempre diferenciado, lo que puede provocar confusión. Tomando en cuenta además que tanto el que ejerce como el que lo padece, aunque en diferente grado, se enfrentan a riesgos, protección y Resiliencia.

Becerra (2013), en su investigación Rol de estrés percibido y su afrontamiento en las conductas de salud de estudiantes universitarios de Lima, teniendo como población a 155 estudiantes en sus primeros años de estudio de una universidad privada de Lima, se aplicó el Cuestionario de Estimación del Afrontamiento-COPE lo cual obtuvo como resultados que la presente investigación

pueden servir para ayudar a diseñar estrategias de promoción y prevención con el fin de fomentar la adopción de conductas saludables en los estudiantes.

Silva (2012) en su investigación sobre Resiliencia en estudiantes del V ciclo de educación primaria de una institución educativa del Callao, utilizando como instrumento el test de Resiliencia para adolescentes (ERA), en el cual se obtuvo como resultados la predominancia del nivel medio con respecto a la Resiliencia en los estudiantes, es decir, que se encuentran en proceso de sobreponerse por experiencias de adversidad. En los factores personales de la Resiliencia, los estudiantes obtienen con mayor frecuencia el nivel medio a excepción del factor autoestima y empatía, donde el mayor porcentaje se encuentra en el nivel alto.

Astudillo y Leiva (2010) "Análisis comparativo de los niveles de Resiliencia entre adolescentes del INABIF de San Juan de Miraflores y los del centro Cima de Cieneguilla de la ciudad de Lima", donde la población estuvo conformada por 60 adolescentes pertenecientes del INABIF y 30 del centro Cima, cuyas edades oscilan de 12 a 17 años; el instrumento utilizado fue la escala de Resiliencia para adolescentes (ERA) obteniendo los siguientes resultados que: no existe diferencias significativas entre los adolescentes del INABIF y del centro Cima; ubicando a ambos grupos en un nivel no resiliente, sin embargo en relación a las 7 áreas estudiadas se encontró diferencias significativas en introspección, iniciativa y moralidad a favor de los adolescentes pertenecientes al INABIF.

Locales:

Castro y Morales (2014) realizaron una investigación realizada en una población de 173 adolescentes de cuarto año de secundaria de una institución

educativa estatal en Chiclayo-2013, tuvo como objetivo determinar la relación entre el clima social familiar y la resiliencia, para ello se utilizó la Escala de Clima Social Familiar (FES), y la Escala de Resiliencia para adolescentes (ERA), hallándose una relación no significativa de 0.1615, según el Coeficiente de Correlación de Pearson.

Por otro lado Reyes M. (2012) en su investigación realizada en adolescentes de un centro juvenil de Chiclayo y de Piura, de tipo descriptiva comparativa. En la cual para su realización se evaluó a 246 adolescentes de ambos centros a quienes se les aplicó instrumentos: Escala de Resiliencia de Prado y Del Aguila, donde se obtuvo como conclusión que no existen diferencias significativas en la escala de resiliencia, ni en sus áreas, indica que es posible que ambas poblaciones actúen de manera similar cuando se encuentren en situaciones adversas, sin embargo se halló que el nivel alto de resiliencia es el que predomina en los adolescentes de Piura y el nivel medio en los de Chiclayo, lo que significa que los adolescentes tienen una óptima capacidad para resistir, mantenerse y salir adelante en situaciones difíciles de su vida.

2.2. Base teórica científicas

2.2.1. Resiliencia

2.2.1.1. Definiciones de Resiliencia

Para Mauricio (2010) El término resiliencia tiene su origen en el término latín “resilio”, que significa volver en un salto y rebotar.

Claramente este término fue adecuado para caracterizar a las personas que a pesar de vivir en situaciones de adversidad, se desarrollan psicológicamente sanos y exitosos.

Rutter (2005) expresa que la resiliencia es un “fenómeno multifacético que abarca factores ambientales y personales, caracterizado como un conjunto de procesos sociales e intrapsíquicos que posibilitan tener una vida sana en un medio insano”.

Aguirre (2004) refiere que la resiliencia es la habilidad para resurgir de la adversidad, adaptarse, recuperarse y acceder a una vida tanto significativa como productiva. Además señala que puede darse en dos situaciones: la resiliencia frente a la destrucción, es decir protegiendo la integridad, y por otra parte, la resiliencia más allá de la resistencia, forjando un comportamiento vital positivo, pese a situaciones difíciles.

Por otro lado Smith (1992) la define como una historia de adaptaciones exitosas, en donde el individuo se ha visto expuesto a factores biológicos de riesgo o eventos de vida estresantes. Según este autor, el concepto incluye, la capacidad de una persona de enfrentar adecuadamente las dificultades, de una forma socialmente aceptable.

Wagnild y Young (1993) definen a la resiliencia como una característica de la personalidad que modera el efecto negativo del estrés y fomenta la adaptación. Ello connota vigor o fibra emocional que se ha utilizado para describir a personas que muestran valentía y adaptabilidad ante los infortunios de la vida.

Para el estudio, se asumirá la definición de Wolin y Wolin (1993), quienes refieren que la resiliencia es la capacidad de sobreponerse, soportar las penas y enmendarse uno mismo. Sostienen que el

desarrollo de la resiliencia depende de la etapa de evolución, haciéndose más fuerte y consistente a medida que se desarrolla el individuo.

2.2.1.2. Modelos Teóricos

La resiliencia es un término que se ha podido abordar desde diversos enfoques psicológicos, basándose en características de personas, que supieron enfrentar con éxitos eventos traumáticos de su vida, al igual que lograron explicar los factores que influyeron para el desarrollo de esta capacidad.

Modelo del Desarrollo Psicosocial de Grotberg.

Esta teoría está relacionada con la teoría del desarrollo de Erikson, el cual afirma que la resiliencia es una respuesta ante la adversidad que se mantiene a lo largo de la vida o en un momento determinado y puede ser promovida durante el desarrollo del niño. Así mismo, el autor refiere que la resiliencia es efectiva, no sólo para enfrentar adversidades, sino también para la promoción de la salud mental y emocional de las personas. (Grotberg, 1996).

Modelo de Resiliencia de Richardson.

Richardson (2011) explica en su modelo de resiliencia, el proceso por el que una persona puede hacer frente a la adversidad, es decir que al enfrentarse ante una situación problemática, no hay una única respuesta posible, ya que no todos reaccionamos de la misma manera.

Modelo del Desafío de Wolin y Wolin.

En la presente investigación se asume este modelo, en el cual Wolin y Wolin (1993) manifiestan que implica ir desde el enfoque de riesgo hasta el enfoque del desafío, donde cada desgracia o adversidad que representa un daño o una pérdida puede significar una capacidad de afronte o un escudo de resiliencia, que no permitirá a estos factores adversos dañar a la persona, sino por el contrario, beneficiarla, para luego transformarla positivamente, lo cual constituye un factor de superación, y apoyo para los adolescentes.

Modelo Psicoanalítico.

Dubreui (2015) quien cuenta con formación como psicoanalista y es autora del libro Resiliencia: más allá del dolor, manifiesta que Con relación a resiliencia, el Psicoanálisis puede bordear una definición de la misma, pero el término es resistido porque proviene de las Ciencias Físicas y alude a algunos materiales que después de estar sometidos a grandes presiones logran recuperar su forma natural, lo que, en definitiva, se contrapondría con el proceso de metamorfosis, cuyo resultado ya no implica una vuelta al estado apriorístico del sujeto resiliente. Eso que señala la Física, trasladándolo al campo psicoanalítico, dificultaría la posibilidad de dar lugar a la metamorfosis subjetiva que se vivencia tras un efecto potencialmente traumático, ya que luego de él nada es lo mismo y el sujeto debe tejer su malla capturando y procesando el efecto traumático para poder darle lugar a una subjetividad distinta.

De todas formas, desde algunas perspectivas psicoanalíticas la resiliencia trae condiciones psíquicas nuevas movidas por un proceso terciario de potencial heurístico, lo que deriva en adaptarse, transformarse activamente, modificando las condiciones adversas. El proceso terciario (o tercera tópica) produce la figura del resorte, que hace rebotar la vulnerabilidad y la convierte en fuerza transformadora de nuevos espacios psíquicos y, por ende, nuevas dimensiones vinculares del yo y de la construcción de subjetividad.

2.2.1.3. Factores de la resiliencia

Prado y del Águila (2000) asumen siete factores para elaborar la escala de resiliencia en adolescentes, estos componentes están basados en la teoría de Wolin y Wolin, denominándose “la mandala de Resiliencia”; estos elementos son nombramos a continuación:

Insight.

Es la habilidad para saber y entender las situaciones, verse diferentes de sus padres tanto en fortalezas como en oportunidades y no sentirse culpables por problemas del pasado.

Se considera al Insight como un acto propiamente cognitivo, pues implica un proceso de conocimiento y resolución de problemas, que se desarrolla mediante la confianza en las virtudes y la aceptación de las debilidades, logrando liberarse de suposiciones erradas, permitiendo

un desarrollo personal, equilibrado y sano. (Bowden & Jung-Beeman, 2007).

Independencia.

Se define, como el saber fijar límites entre uno mismo y el medio con problemas; es la capacidad de mantener distancia emocional y física sin caer en el aislamiento.

Así mismo es considerada como la capacidad de distanciarse de las situaciones adversas, estableciendo para ello límites físicos o emocionales que permitan hacer la distinción sobre qué es la situación y la persona, se manifiesta durante la adolescencia, mediante el hecho de emplear estrategias de afrontamiento frente a las situaciones desagradables. (Kroger, 1993).

Además, Toledo (1998) refiere que las relaciones personales, los amigos y el grupo, son un medio de socialización prioritario después de la familia, donde se aprende con los pares a forjar la independencia, a tomar y poner en marcha tanto las pequeñas como grandes decisiones.

Interacción.

Es la habilidad para establecer lazos e intimidad con otras personas, para balancear la propia necesidad de afecto con la actitud de brindarse a otros. Una autoestima baja o exageradamente alta producen aislamiento; si es baja, se suele dar por autoexclusión vergonzante y si es demasiado alta puede generar rechazo por la soberbia.

Iniciativa.

Es el gusto de exigirse, ponerse a prueba en tareas progresivamente más exigentes y ejercer control sobre los problemas.

Mitchell (2010) menciona que la iniciativa se desarrolla durante la adolescencia a través de experiencias de dominio y del establecimiento de relaciones de apoyo con sus iguales y el mundo adulto, asimismo depende de la motivación intrínseca y extrínseca, para lograr los objetivos a medio y largo plazo.

Humor.

Es encontrar lo cómico en la propia tragedia, permitirse ahorrar sentimientos negativos, aunque sea transitoriamente y soportar situaciones adversas. Así mismo, el humor ayuda a una aceptación madura de la desgracia común y facilita cierta distancia con el problema, favoreciendo la toma de decisiones para resolverlo. (Suárez, 2002).

Creatividad.

Es la capacidad para imponer orden y belleza al caos de las experiencias adversas, así como moldearse en el esfuerzo y disciplina para convertir el caos en arte.

Serrano (2005) afirma que es sumamente importante la capacidad de creatividad en los adolescentes activando defensas protectoras como mecanismos personales a través de las organizaciones extra familiares.

Moralidad.

Entendida como la consecuencia para extender el deseo personal de bienestar a todos los semejantes y la capacidad de comprometerse con valores.

Munist, et al (1998) refiere que la resiliencia es una capacidad que exige un cuadro de referencia moral. Esto implica que un individuo debe superar la situación de adversidad dentro de las normas culturales en las que él se desenvuelve. Además, Cordini (2005) refiere que la participación en grupos sociales, sean de carácter religioso, de estudio o de entretenimiento, es importante en el desarrollo de la identidad resiliente del adolescente.

Dentro de las investigaciones adelantadas, se ha establecido que estos atributos o factores se conforman al operar integradamente un sistema de protección, que fortalece el análisis y la toma de decisiones (en el sentir, pensar y actuar) pero que sobre todo crea una plataforma o un mapa para enfrentar la crisis que se enriquece permanentemente.

2.2.1.4. Importancia de la resiliencia.

Wolin y Wolin (1993) sostienen que la resiliencia es importante cuando se desarrolla dependiendo de la etapa de evolución de la persona, pues hace individuos más fuertes y consistentes a medida que atraviesan diferentes ciclos en su vida. Además no consideran el desarrollo de la resiliencia en singular, sino en plural, pues identifican siete factores

significativos para formar una persona resiliente, tales como Insight, independencia, interacción, iniciativa, humor, creatividad y moralidad.

Así mismo Wolin y Wolin (1993) señalan la importancia que tienen los factores de resiliencia en la adolescencia, por ejemplo; El vocablo insight designaría adecuadamente el objetivo del psicoanálisis de hacer consciente lo inconsciente, tomando este concepto el insight en los adolescentes, permite la autoevaluación o auto examinación de sus capacidades; la independencia, les ayuda a no involucrarse en situaciones conflictivas; la interacción, les favorece el establecimiento de redes sociales de apoyo, con el fin de encontrar nuevas formas de superar las adversidades; la iniciativa, aparece como un factor importante para proyectar los objetivos a través de la inclinación al estudio, práctica de deportes y actividades extraescolares como hobbies y trabajos voluntarios; además, la creatividad favorece el desarrollo de habilidades artísticas como escribir, pintar y bailar; la moralidad, que a través de los valores propios, busca que ellos establezcan juicios de forma independiente de los padres, igualmente desarrollan la lealtad y la compasión. Por último, el sentido del humor, que con la capacidad de reír, moldea los sentimientos negativos que pueden provocar un conflicto.

Además, Lazaru y Folkman (1986) afirman que el adolescente es un ser deseoso de independencia, es por ello que busca el camino para afrontar la adversidad teniendo como base sus relaciones interpersonales, por lo tanto no necesitan de la familia

indispensablemente para poder hacer frente a problemas, lo que podría deberse al aprendizaje social en otros entornos donde se desarrolle.

2.2.2. Afrontamiento del Estrés

En el transcurso de este segmento se desarrollará el afrontamiento, el cual hace referencia a los esfuerzos cognitivos y conductuales puestos en marcha para manejar situaciones estresantes, es por ello que se partirá de la idea de estrés definiéndolo y conceptualizándolo dentro de un marco contextual concreto.

Posteriormente, nos adentramos en la parte que realmente importa para la realización de este trabajo, el cual es el afrontamiento.

2.2.2.1. Afrontamiento

En términos generales, el concepto de «afrontamiento» del estrés hace referencia a los esfuerzos conductuales y cognitivos que lleva a cabo el individuo para hacer frente al estrés; es decir, para tratar tanto con las demandas externas o internas generadoras del estrés, como con el malestar psicológico que suele acompañar al estrés (Sandín, 1995). El afrontamiento del estrés es un concepto que posee un gran interés en el ámbito de la psicología clínica y la psicopatología, ya que el modo en que el individuo hace frente al estrés puede actuar como importante mediador entre las situaciones estresantes y la salud

(Pelechano, 1992; Pelechano, Matud y De Miguel, 1994; Galán, Pérez San Gregorio, y Blanco, 2000; Fernández y Díaz, 2001). El Afrontamiento del estrés, sin embargo, no constituye un concepto

unitario, pues, como hemos señalado en otros lugares (p.ej., Sandín, 1995), son diversas las acepciones que se han presentado en la literatura científica. Uno de los significados del afrontamiento que ha adquirido mayor desarrollo en los últimos años tiene que ver con el concepto del estrés como proceso (Lazarus, 1966; Lazarus y Folkman, 1984; Sandín, 1995). Partiendo de esta concepción del estrés, el afrontamiento es definido como los esfuerzos en curso cognitivos y conductuales dirigidos a «manejar» las demandas internas o internas que son evaluadas como algo que grava o excede los recursos de la persona.

En esta conceptualización del afrontamiento liderada por el grupo de Lazarus se asume que el individuo utiliza diversas estrategias para tratar con el estrés, las cuales pueden ser o no adaptativas (el afrontamiento se emplea indistintamente de que el proceso del estrés sea adaptativo o des adaptativo).

Si bien la consideración del afrontamiento como proceso implica asumir la dependencia contextual el propio Lazarus (1993a, b; Lazarus y Folkman, 1984) ha defendido que las estrategias de afrontamiento pueden ser estables a través de diferentes situaciones estresantes. Este concepto del afrontamiento, por otra parte, es coherente con la idea que tenemos en psicología sobre las diferentes disposiciones personales, en el sentido que las respuestas del individuo suelen estar determinadas por una interacción entre las situaciones externas y las disposiciones personales. En este sentido, como han enfatizado

Torestad, Magnuson y Oláh (1990), el afrontamiento está determinado tanto por la situación como por la persona (rasgo), lo cual sería consistente con la evidencia sobre la estabilidad del afrontamiento.

2.2.2.2. Estrés

Para hablar de afrontamiento, resulta imprescindible hablar antes de estrés. La conceptualización del estrés y sus efectos se basa en la asunción del cuerpo como una máquina que posee formas de protegerse cuando las condiciones cambian de manera indeseable, es en ese momento cuando se activan los sistemas de control de los que se valen los individuos para dar respuesta a las demandas del entorno actuando para mantener o conseguir la homeostasis. De este modo, los mecanismos homeostáticos son adaptativos y sirven para conservar la vida frente a los posibles peligros que nos rodean; no obstante, cuando se mantiene un tipo de situación estresante a lo largo del tiempo, ésta exige una gran cantidad de demandas y esfuerzos por parte del sujeto, lo que puede producir cambios en los mecanismos, pudiendo ser dañados y reduciendo su eficacia.

El término estrés fue empleado a partir del siglo XIV para referirse a experiencias negativas como adversidades, dificultades, sufrimiento, etc.; sin embargo, en el siglo XVIII la influencia del físico Hooke asoció el concepto de estrés con fenómenos físicos como la presión, fuerza o distorsión. A partir de este autor, los físicos e ingenieros empezaron a

utilizar tres conceptos relacionados basados en las características físicas de los cuerpos sólidos denominados carga (load), distorsión (strain) y estrés (stress) (Feuerstein, Labbé y Kuczmierczyk, 1986; Lazarus, 1993). La carga significaba el peso ejercido sobre una estructura mediante una fuerza externa. El estrés era la fuerza interna presente en un área sobre la que actúa una fuerza externa, cuando una estructura sólida es distorsionada. Finalmente *strain*, la distorsión, era la deformación en tamaño o forma de la estructura respecto a su estado original, debido a la acción conjunta de la carga y el estrés.

De este modo, el estrés ha sido definido desde un punto de vista físico, como una fuerza interna generada dentro de un cuerpo por la acción de otra fuerza que tiende a distorsionar dicho cuerpo.

2.2.2.3. Modelos Teóricos

La mayoría de los teóricos del afrontamiento (Carver, Scheier y Weintraub, 1989; Lazarus y Folkman, 1984; Moos, 1988; Moos y Billing, 1982), concuerdan en clasificar tres dominios generales de las estrategias según cómo éstas estén dirigidas a: la valoración (afrontamiento cognitivo), un intento de encontrar significado al suceso y valorarlo de tal forma que resulte menos desagradable; el problema (afrontamiento conductual), la conducta dirigida a confrontar la realidad, manejando sus consecuencias; y la emoción (afrontamiento emocional), la regulación de los aspectos emocionales y el intento de mantener el equilibrio afectivo. Teniendo en cuenta este tipo de dominios, se han realizado diferentes conceptualizaciones de las

dimensiones que conforman el afrontamiento (Skinner, Edge, Altman y Sherwood, 2003).

En primer lugar, existe la conceptualización que distingue entre el compromiso y la separación (Carver y Connor-Smith, 2010; Moos y Schaefer, 1993; Roth y Cohen, 1986; Skinner et al., 2003). El compromiso busca manejar el estresor y/o las emociones asociadas mediante estrategias centradas en el problema, y con algunas de las centradas en las emociones como la búsqueda de apoyo, la regulación emocional y la reestructuración cognitiva. En cambio en la separación, la persona se centra en la emoción y busca escapar de los sentimientos de angustia, incluyendo respuestas de afrontamiento como la evitación, la negación y los pensamientos irracionales.

En segundo lugar, un enfoque que se centra en los tipos de acción y comportamiento, pero que también requiere la consideración simultánea de las emociones, la atención, y las metas y objetivos, es el señalado por autores como Brandstädter y Renner (1990), Morling y Evered (2006) o Skinner et al. (2003), distinguiendo entre control primario o asimilación, y control secundario o acomodación. El control primario, hace referencia a los ajustes que se producen para la adaptabilidad a una situación estresante en función de las limitaciones percibidas, lo cual implica cómo hacer frente e influir en los acontecimientos o condiciones objetivas (Rudolph, Dennig y Weisz, 1995). En el control secundario, se desarrollan conductas destinadas a maximizar un ajuste a las condiciones actuales, adaptando o

acomodando metas, deseos y creencias para ajustarse a la situación presente.

Finalmente, la distinción entre el afrontamiento centrado en el problema y centrado en las emociones (Lazarus y Folkman, 1984) es una de las clasificaciones más clásica dentro del estudio del estrés en psicología y es en ella en la que se fundamentará parte de este trabajo. El afrontamiento centrado en el problema tiene como objeto manejar o alterar el problema que está causando el malestar, mientras que aquel que se centra en las emociones implica métodos dirigidos a regular la respuesta emocional ante el problema.

2.2.2.4. Factores de Afrontamiento del Estrés

Con respecto a los factores, esta investigación se basa en las 7 dimensiones determinadas según, Sandin y Chorot (2002).

Focalizado en la solución del problema

Estrategias cognitivas y conductuales encaminadas a el estrés modificando la situación que lo produce (“Pensar detenidamente los pasos a seguir para enfrentarme al problema”);

Auto focalización negativa

Estrategias basadas en la autoinculpación y la autocrítica por la ocurrencia de la situación estresante o su manejo inadecuado (“Me sentí indefenso/a e incapaz de hacer algo positivo para cambiar la situación”);

Reevaluación positiva

Estrategias cognitivas que modifican el significado de la situación estresante (“Intenté sacar algo positivo del problema”);

Expresión emocional abierta

Estrategias encaminadas a liberar emociones que acontecen el proceso de estrés (“Descargué mi mal humor con los demás”);

Evitación

Estrategias que incluyen la negación y evitación de pensamiento o conductas relacionadas con el acontecimiento estresante (“Cuando me venía a la cabeza el problema, trataba de concentrarme en otras cosas”);

Búsqueda de apoyo social

Apoyo en otros para modificar la situación estresante o sentir algo de consuelo (“Hablé con amigos o familiares para que me tranquilizaran cuando me encontraba mal”).

Religión

Recurrir a pensamientos religiosos, a la iglesia, a Dios para modificar la situación estresante o sentir algo de consuelo (“Acudí a la iglesia para rogar que se solucionase el problema”).

2.3. Definición de la terminología

Resiliencia: según E. Chávez y E. Yturralde (2006). La resiliencia es la capacidad que posee un individuo frente a las adversidades, para mantenerse en pie de lucha, con dosis de perseverancia, tenacidad, actitud positiva y acciones, que permiten avanzar en contra de la corriente y superarlas.

Afrontamiento: Mechanic (1978), considera que el afrontamiento comprende la capacidad y todas las conductas instrumentales, técnicas y los conocimientos que la persona ha adquirido para la resolución de problemas

Afrontamiento del Estrés: El estrés es un hecho normal en la vida diaria actual, pero existen algunas estrategias que reducen sus efectos negativos y éstos reciben el nombre de “afrontamiento”.

CAPÍTULO III: MARCO METODOLÓGICO

3.1. Tipo y Diseño de Investigación Tipo

de Investigación

Descriptiva:

Hernández (2010), Menciona que los estudios descriptivos buscan especificar las propiedades, las características y los perfiles de personas, grupos, comunidades, procesos, objetos o cualquier otro fenómeno que se someta a un análisis. Es decir, únicamente pretenden medir o recoger información de manera independiente o conjunta sobre los conceptos o las variables a las que se refieren, esto es, su objetivo no es indicar cómo se relacionan éstas

Correlacional:

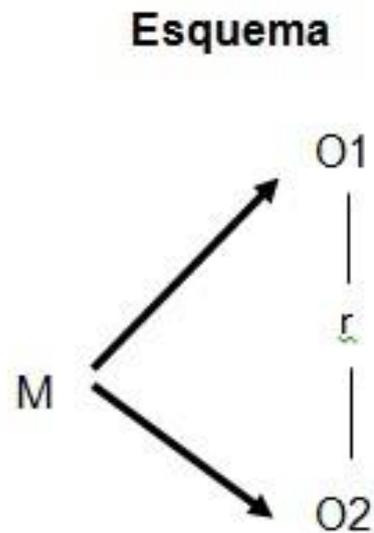
Hernández (2010) hace referencia que este tipo de estudios tiene como finalidad conocer la relación o grado de asociación que exista entre dos o más conceptos, categorías o variables en un contexto en particular.

Diseño de Investigación

El diseño de investigación del cual se ha hecho uso es el diseño de carácter no experimental. Según Hernández (2010) lo define como estudios que se realizan sin la manipulación deliberada de variables y en los que solo se observan los fenómenos en su ambiente natural para después analizarlos. Ya que no se someterá a ningún sistema de prueba.

Además transaccional tiene como finalidad conocer la relación o grado de asociación que exista entre dos o más conceptos, categorías o variables en un contexto en particular.

El esquema de la investigación, de acuerdo a lo descrito, fue el siguiente:



Dónde:

M = Estudiantes de la I.E “Federico Villareal”

O1 = Resiliencia

O2 = Afrontamiento de estrés

r = Relación

3.2. Población y Muestra

Población Muestral:

En la presente investigación se determinó como población el total de 120 estudiantes contando con 2 aulas de 3er grado, 3 aulas de 4to grado y 3 aulas de 5to grado de secundaria del 3er, 4to y 5to de secundaria pertenecientes a la Institución educativa nacional “Federico Villareal” – Chiclayo.

Criterios de selección

Criterios de inclusión

Alumnos que se encuentren en el tercer, cuarto y quinto año de secundaria.

Alumnos que tengan edades entre 15, 16 y 17 años.

Criterios de exclusión

Alumnos que hayan omitido responder uno de los ítems planteados.

Alumnos que hayan respondido dos o más alternativas en un ítem.

Alumnos que sobrepasen el límite de edad establecido por los instrumentos.

3.3. Hipótesis General:

Existe relación significativa entre Resiliencia y Afrontamiento De Estrés en estudiantes de una institución educativa secundaria, Chiclayo - 2016.

Hipótesis específicas:

- Existe relación significativa entre la dimensión Focalizado en la solución del problema y Resiliencia en los estudiantes de una institución educativa secundaria, Chiclayo - 2016.
- Existe relación significativa entre la dimensión Auto focalización negativa y Resiliencia en los estudiantes de una institución educativa secundaria, Chiclayo - 2016.
- Existe relación significativa entre la dimensión Reevaluación positiva y Resiliencia en los estudiantes de una institución educativa secundaria, Chiclayo - 2016.
- Existe relación significativa entre la dimensión Expresión emocional abierta y Resiliencia en los estudiantes de una institución educativa secundaria, Chiclayo - 2016.

- Existe relación significativa entre la dimensión Evitación y Resiliencia en los estudiantes de una institución educativa secundaria, Chiclayo - 2016.
- Existe relación significativa entre la dimensión Búsqueda de apoyo social y Resiliencia en los estudiantes de una institución educativa secundaria, Chiclayo - 2016.
- Existe relación significativa entre la dimensión Religión y Resiliencia en los estudiantes de una institución educativa secundaria, Chiclayo - 2016.
- Existe relación significativa entre la dimensión Insight y Afrontamiento del Estrés en los estudiantes de una institución educativa secundaria, Chiclayo – 2016.
- Existe relación significativa entre la dimensión Independencia y Afrontamiento del Estrés en los estudiantes de una institución educativa secundaria, Chiclayo - 2016.
- Existe relación significativa entre la dimensión Interacción y Afrontamiento Del Estrés en los estudiantes de una institución educativa secundaria, Chiclayo - 2016.
- Existe relación significativa entre la dimensión Iniciativa y Afrontamiento Del Estrés en los estudiantes de una institución educativa secundaria, Chiclayo - 2016.
- Existe relación significativa entre la dimensión Humor y Afrontamiento Del Estrés en los estudiantes de una institución educativa secundaria, Chiclayo - 2016.

- Existe relación significativa entre la dimensión creatividad y Afrontamiento Del Estrés en los estudiantes de una institución educativa secundaria, Chiclayo - 2016.
- Existe relación significativa entre la dimensión Moralidad y Afrontamiento Del Estrés en los estudiantes de una institución educativa secundaria, Chiclayo - 2016.

3.4. Variables

Variable 1: Resiliencia

Variable 2: Afrontamiento de Estrés

3.5. Operacionalización

VARIABLE	DIMENSIÓN	INDICADOR	NIVELES	Instrumento
V1: Resiliencia	Insight	1, 3, 9, 15, 30	ALTO MEDIO BAJO	Escala de resiliencia para adolescente. (ERA) Prado y Del Águila (2000)
	Independencia	22, 29, 32, 33		
	Interacción	19, 20, 21, 24, 26		
	Iniciativa	6, 10, 23, 25, 27		
	Humor	8, 11, 12, 13, 34		
	Creatividad	2, 4, 5, 7, 21		
	Moralidad	14, 16, 17, 18,28		
V2 : Afrontamiento de Estrés	Focalizado en la solución del problema	1, 8, 15, 22, 29, 36	ALTO MEDIO BAJO	Cuestionario de afrontamiento Del estrés (CAE) Sandín y Chorot (2002).
	Auto focalización negativa	2, 9, 16, 23, 30, 37		
	Reevaluación positiva	3, 10, 17, 24, 31, 38		
	. Expresión emocional abierta	4, 11, 18, 25, 32, 39		
	Evitación	5, 12, 19, 26, 33, 40		
	Búsqueda de apoyo social	6, 13, 20, 27, 34, 41		
	Religión	7, 14, 21, 28, 35, 42		

3.6. Métodos, técnicas e instrumentos de recolección de datos

Métodos:

Análisis: para poder analizar detalladamente los datos e información relacionada con la investigación.

Inductivo – deductivo: para poder llegar a las conclusiones.

Técnicas de recolección de datos

La técnica que se utilizó fue la evaluación psicológica: es una medida objetiva y estandarizada de una muestra de conducta.

(Anastasi, Urbina; 1998)

Instrumento:

El instrumento que se utilizará es el cuestionario Cuestionario de afrontamiento Del estrés (CAE) Sandín y Chorot (2003) y la Escala de resiliencia para adolescente. (ERA) de Prado y Del Aguila (2002) el que está compuesto por un conjunto de preguntas diseñadas para generar los datos necesarios para alcanzar los objetivos del estudio; se utilizará para recabar información de cada unidad de análisis objeto de estudio y que constituye el centro del problema de investigación.

Ficha Técnica

Nombre Original: Escala de Resiliencia para Adolescentes (ERA)

Autores: Rodolfo Prado Álvarez y Mónica del Águila Chávez

Procedencia: Universidad Nacional Federico Villareal de la Facultad de Psicología – Lima

Administración: Individual y Colectiva.

Ámbito de Aplicación: Púberes y Adolescentes de 11 a 17 años de edad.

Tiempo de duración: No hay tiempo límite, sin embargo, se espera que termine aproximadamente entre 30 a 40 minutos.

Propósito: Evaluar la conducta Resiliente.

Significación: Compuesta por 7 áreas.

Tipificación: Baremos Peruanos.

Materiales: Manual y Hoja de respuesta.

Estandarización: Isolina Fonseca y Tatiana Siesquen Fernández, en una muestra de 100 adolescentes de la provincia de Chiclayo en el año 2010.

Descripción del Instrumento Utilizado

La prueba fue construida en el año 2000, por Prado y Del Águila, teniendo como finalidad evaluar la conducta resiliente en adolescentes de 14 a 17 años, la escala fue construida con el enfoque de Wolin y Wolin, evaluando siete áreas: Insigth, Independencia, Interfaccion, Moralidad, Humor, Iniciativa y Creatividad. El instrumento consta de 34 ítem, con una consistencia interna de Pearson de 0.31 a 0.5 y una confiabilidad

de Alpha de Crombach de 0.86, lo cual indica que es instrumento es válido y Confiable.

Normas de Calificación

Cada ítem equivale a una determinada puntuación: Rara vez (1pto). A veces (2ptos). A menudo (3ptos). Siempre (4ptos). Una vez establecidos los puntajes directos, según la respuesta del sujeto, se procederá a estimar las respuestas por cada ítem, según el indicador que pertenezcan: Insight (1,3,9,15,30), Independencia (22,29,32,33), Interacción (19,20,21,24,26), Moralidad (14,16,17,18,28), Humor (8,11,12,13,34), Iniciativa (6,10,23,25,27), Creatividad (2,4,5,7,21); Obteniendo una puntuación, directa por las siete áreas y otra del total, luego según el puntaje obtenido se ubica los niveles en los baremos, para poder realizar la interpretación.

Interpretación:

Los resultados obtenidos en los baremos permiten proceder al análisis cualitativo según el nivel que alcancen.

Alto: Óptima capacidad del sujeto para resistir, mantenerse y construir o salir adelante en situaciones difíciles.

Medio: Moderada capacidad del sujeto para resistir, mantenerse y construir o salir adelante en situaciones difíciles.

Baja: Dificultad respecto a la capacidad del sujeto para resistir, mantenerse y construir o salir adelante en situaciones difíciles.

Áreas:

Insight: Es el darse cuenta de lo que pasa consigo mismo y con el entorno, de preguntarse a si mismo y darse una respuesta honesta.

Independencia: Es el establecer límites entre uno mismo y el ambiente, es la capacidad de mantener distancia emocional y física, sin llegar a aislarse.

Interacción: Habilidad para establecer vínculos satisfactorios con otras personas y así balancear la propia necesidad de simpatía y aptitud para brindarse a otros.

Moralidad: es el deseo de una vida personal satisfactoria, amplia y con riqueza interior, es la conciencia moral y la capacidad de comprometerse con valores y de discriminar entre lo bueno y lo malo.

Humor: Alude a la capacidad de encontrar lo cómico en la tragedia, se mezcla lo absurdo y el humor en lo visible de esta combinación.

Iniciativa: placer de exigirse y ponerse a prueba en tareas progresivamente más exigente. Se refiere a la capacidad de hacerse cargo, de los problemas y de ejercer control sobre ellos.

Creatividad: Capacidad de crear orden, belleza y finalidad a partir del caos y el desorden. Puede ser expresada en la creación de lo

novedoso y actividades fuera de lo común que llevan a revertir la sociedad, el miedo, la rabia y la desesperanza.

Validez y Confiabilidad del instrumento:

Validez

Este instrumento consta de 34 ítems que presentaron una validez en la recolección de Pearson con una consistencia interna de .031 a 0.5 y una confiabilidad por consistencia interna de Alpha de Cronbach de 0.86, lo cual indica que es un instrumento válido y confiable. En primer lugar, se realizó un análisis de correlación ítem-test para verificar la discriminación de los ítems, para lo cual se empleó el coeficiente de Pearson (r). Los datos alcanzados por los autores de la prueba indican que todos 0.2014 ($p < .05$) y el máximo 0.5083 ($p < .001$), lo que indica que todos los ítems presentan coeficientes superiores a 0.20, siendo el menor de todos 0.2014 ($p < .05$) y el máximo 0.5083 ($p < .001$), lo que indica que todos los ítems contribuyen a la medición de la resiliencia y por lo tanto aportan a la validez del instrumento.

Confiabilidad

Se procedió a calcular el coeficiente de confiabilidad con el método de consistencia interna de Alpha de Crombach, cuyos resultados indican que el coeficiente más bajo se obtuvo en la escala interacción ($r=0.5225$), mientras el coeficiente más alto fue obtenido en la escala de moralidad ($r=0.6734$). La prueba en general obtuvo un coeficiente de 0.8629 ($p < .001$), el cual es

altamente significativo, lo cual indica que el instrumento es consistente.

Ficha Técnica

Nombre Original: Cuestionario del Afrontamiento del Estrés (CAE)

Autores: Bonifacio Sandín & Paloma Chorot.

Procedencia: Universidad Nacional de Educación a Distancia

Administración: Individual y Colectiva

Ámbito de Aplicación: Púberes y Adolescentes de 15 a 25 años de edad.

Tiempo de duración: No hay tiempo límite, sin embargo, se espera que dure aproximadamente entre 30 a 40 minutos.

Propósito: Evaluar la conducta de Afrontamiento del Estrés.

Significación: Compuesta por 7 áreas.

Tipificación: Baremos Peruanos.

Materiales: Manual y Hoja de respuesta.

Estandarización: Isolina Fonseca y Tatiana Siesquen Fernández, en una muestra de 100 adolescentes de la provincia de Chiclayo en el año 2010.

Descripción del Instrumento Utilizado

El CAE, es una medida de afrontamiento generalizado de autoinforme de 42 ítems con respuesta tipo Likert graduada entre

nunca (0) y casi siempre (4), desarrollada y validada en España, que a partir de estudios exploratorios mostró una adecuada estructura factorial obteniéndose siete dimensiones

Normas de Calificación

Cada ítem equivale a una determinada puntuación: Rara vez (1pto). A veces (2ptos). A menudo (3ptos). Siempre (4ptos). Una vez establecidos los puntajes directos, según la respuesta del sujeto, se procederá a estimar las respuestas por cada ítem, según el indicador que pertenezcan:

Focalizado en la solución del problema (FSP): 1, 8, 15, 22, 29, 36.

Auto focalización negativa (AFN): 2, 9, 16, 23, 30, 37.

Reevaluación positiva (REP): 3, 10, 17, 24, 31, 38.

Expresión emocional abierta (EEA): 4, 11, 18, 25, 32, 39.

Evitación (EVT): 5, 12, 19, 26, 33, 40.

Búsqueda de apoyo social (BAS): 6, 13, 20, 27, 34, 41.

Religión (RLG): 7, 14, 21, 28, 35, 42.

Obteniendo una puntuación, directa por las siete áreas y otra del total, luego según el puntaje obtenido se ubica los niveles en los baremos, para poder realizar la interpretación.

Interpretación:

Los resultados obtenidos en los baremos permiten proceder al análisis cualitativo según el nivel que alcancen.

Alto: Óptima capacidad del sujeto para resistir, mantenerse y construir o salir adelante en situaciones difíciles.

Medio: Moderada capacidad del sujeto para resistir, mantenerse y construir o salir adelante en situaciones difíciles.

Baja: Dificultad respecto a la capacidad del sujeto para resistir, mantenerse y construir o salir adelante en situaciones difíciles.

1. Focalizado en la solución del problema, estrategias cognitivas y conductuales encaminadas a el estrés modificando la situación que lo produce (“Pensar detenidamente los pasos a seguir para enfrentarme al problema”);
2. Auto focalización negativa, estrategias basadas en la autoinculpación y la autocrítica por la ocurrencia de la situación estresante o su manejo inadecuado (“Me sentí indefenso/a e incapaz de hacer algo positivo para cambiar la situación”);
3. Reevaluación positiva, estrategias cognitivas que modifican el significado de la situación estresante (“Intenté sacar algo positivo del problema”);
4. Expresión emocional abierta, estrategias encaminadas a liberar emociones que acontecen el proceso de estrés (“Descargué mi mal humor con los demás”);
5. Evitación, estrategias que incluyen la negación y evitación de pensamiento o conductas relacionadas con el acontecimiento estresante (“Cuando me venía a la cabeza el problema, trataba de concentrarme en otras cosas”);

6. Búsqueda de apoyo social, apoyo en otros para modificar la situación estresante o sentir algo de consuelo (“Hablé con amigos o familiares para que me tranquilizaran cuando me encontraba mal”);
7. Religión, recurrir a pensamientos religiosos, a la iglesia, a Dios para modificar la situación estresante o sentir algo de consuelo (“Acudí a la iglesia para rogar que se solucionase el problema”).

Confiabilidad

es una prueba que puede aplicarse en forma individual o colectiva y tiene una duración aproximada de 15 minutos surgió a partir de la revisión de la escala de estrategias de Coppyng revisada, construida por Sandy y Chorot (1995) el cuestionario cae está integrado por 42 preguntas desarrollo y validación preliminar el cuestionario de afrontamiento del estrés es una medida de autoinforme diseñada para evaluar 7 estilos básicos de afrontamiento focalizado en una solución del problema auto focalización negativa en sí mismo Revolución positiva expresión emocional abierta evitación búsqueda de apoyo social y religión se suman los valores marcados en cada ítem según la siguiente su escala focalizar en la solución del problema FSP 18, 15, 22, 29, 36. Auto focalización negativa en sí mismo a FN 29, 16, 23, 30, 37. Revaluación positiva RP 3, 10, 17,24, 31,38. Expresión emocional abierta de agresividad e irritabilidad 4,11, 18,25, 32,39. Evitación VT 5, 12, 19, 26, 33, 40. Búsqueda de apoyo social D.F 6,13, 20, 27, 34, 41. Religión RLG 7, 14, 21, 28, 35, 42.

Contiene 5 opciones de respuestas que van de 0 nunca hasta 4 casi siempre según Rodríguez (2009) Define los intervalos de interpretación están determinados en puntuaciones de la escala en 30 a 6 reflejan un ejemplo de la estrategia de baja frecuencia entre 7 y 18 de frecuencia intermedia entre 19 y 24 de alta frecuencia esos valores de interpretación y las medidas de las escalas se juzgan se juzga de una si una estrategia es dominante alta frecuencia o no baja frecuencia el instrumento a mostrado adecuadas propiedades psicométricas y obtuvo un Alfa de cronbach fiabilidad promedio de 0,79 para las 7 subescalas.

Validez

la validez referida al criterio se estableció mediante la correlación de la escala de afrontamiento y las medidas o dimensiones consideradas como teóricamente vinculados a estar en la literatura en concreto el afrontamiento se ha encontrado en múltiples ocasiones relacionado con el constructo de resistencia recibimiento y más en concreto con el afrontamiento resistente caracterizado sobre todo por el afrontamiento activo además se ha encontrado que el uso de estrategias de afrontamiento activas se encuentran muy relacionado con el bienestar psicológico especialmente en población mayor este la razón por la que se han empleado este constructo y sus dimensiones según la escala de Ryff, para evaluar la validez de criterio de las invenciones del CAE.

3.7. Procedimiento para la recolección de datos

Se realizaron las coordinaciones correspondientes con la directora, profesores y tutores de educación secundaria de la Institución educativa, la que forma parte de nuestra investigación; las coordinaciones se hicieron mediante una entrevista previa con la directora. Esta Institución educativa cuenta con 2 aulas de 3er grado, 3 aulas de 4to grado y 3 aulas de 5to grado de secundaria con un total de 120 estudiantes. El cuestionario de Resiliencia (ERA) y cuestionario de Afrontamiento de estrés se aplicará de manera individual, teniendo una duración de 20 a 30 minutos, se les explicará a los estudiantes en forma clara y sencilla la manera correcta de responder, sin borrones y errores, teniendo ellos la posibilidad de preguntar si no entendían. Al finalizar la aplicación se revisaron los instrumentos para eliminar los que no fueron respondidos totalmente; posteriormente fueron foliados y codificados para su captura.

3.8. Análisis Estadístico e Interpretación de los Datos

Se diseñó y llenó la base de datos con la información recabada de cada estudiante. Para analizar la información de los cuestionarios se organizó toda la información recogida en una base de datos en Microsoft Excel, procediendo a generar tablas de frecuencias y porcentajes, con sus respectivos gráficos que componen los resultados de la presente investigación. Los resultados que se presentaran son de carácter descriptivo Correlacional, utilizando como base el coeficiente de correlación de Pearson.

3.9. Criterios éticos

Los principios que se tomaron en cuenta en la investigación; son la voluntariedad, el bienestar y el respeto a la persona, teniendo en cuenta estos aspectos importantes, se explicó a los adolescentes de manera clara el proceso de la investigación, posteriormente se les otorgará el consentimiento informado para los padres o apoderados y el consentimiento informado para los adolescentes, documentos en los que se garantizará la participación voluntaria, privacidad, anonimato y confidencialidad de los resultados.

3.10. Criterios de rigor científico

En cuanto a los criterios de rigor científico de este estudio se ha considerado los siguientes:

- Consentimiento informado, porque los estudiantes (muestra y director del centro de estudios) están de acuerdo con ser informantes y conocer sus derechos y responsabilidades de la realización de esta investigación.
- Confidencialidad, porque se asegurará la protección de la identidad de las personas que participan como informantes de la investigación.

CAPÍTULO IV: ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN DE LOS RESULTADOS

4.1. Resultados en tablas y gráficos

Tabla N°1

Relación entre la Resiliencia y el afrontamiento del estrés en estudiantes de una institución educativa en Chiclayo.

Resiliencia	Afrontamiento del Estrés
Grado de Relación	0.12

Fuente: Instrumento aplicado a estudiantes de una institución educativa en Chiclayo.

- R < 0,10 = No existe relación.
- R = 0,10 – 0,24 = Relación positiva muy débil.
- R > 0,90 = Relación positiva muy fuerte. R = 1.00 = Relación positiva perfecta.

En la Tabla N°1, se observa que existe una relación positiva muy débil entre la variable Resiliencia y Afrontamiento del estrés.

Tabla N°02

Nivel de Resiliencia en los estudiantes de una institución educativa en Chiclayo.

RESILIENCIA	%
ALTA	41.16
MEDIA	33.91
BAJA	24.93
TOTAL	100.00

Fuente: Instrumento aplicado a estudiantes de una institución educativa en Chiclayo.

Grafico N°01



El análisis realizado en los estudiantes de una institución educativa en Chiclayo arrojó que el 41% presentan un alto nivel de resiliencia, mientras que el 34% se muestra en nivel medio y finalmente un 25% bajo.

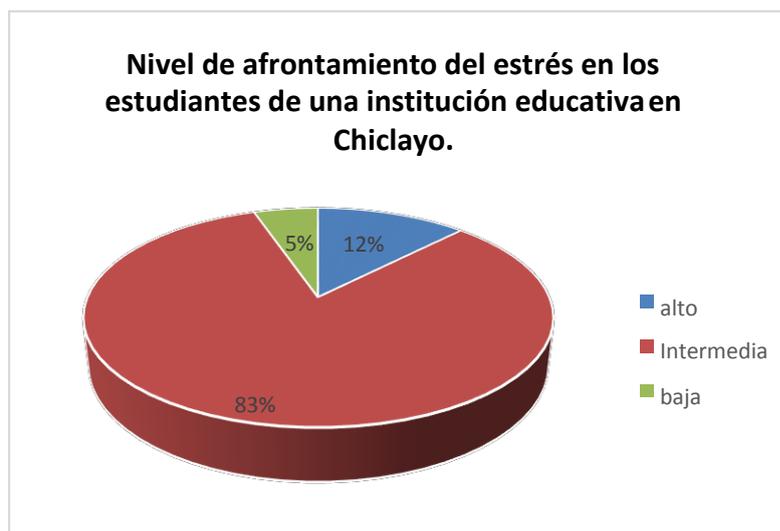
Tabla N°03

Nivel de afrontamiento del estrés en los estudiantes de una institución educativa en Chiclayo.

AFRONTAMIENTO DE ESTRÉS	%
alto	12.35
Intermedia	82.38
baja	5.28
total	100.00

Fuente: Instrumento aplicado a estudiantes de una institución educativa en Chiclayo.

Grafico N°02



El análisis realizado en los estudiantes de una institución educativa en Chiclayo arrojó que el 83% presenta un alto nivel de afrontamiento del estrés, mientras que el 12% presenta un nivel intermedio y finalmente un 5% un nivel bajo.

Tabla N°04:

Relación entre la dimensión Focalizado en la solución del problema y Resiliencia, en los estudiantes de una institución educativa en Chiclayo.

Dimensión de Afrontamiento del Estrés	Resiliencia
Focalizado en la solución del problema	0.08

Fuente: Instrumento aplicado a estudiantes de una institución educativa en Chiclayo.

- R < 0,10 = No existe relación.
- R = 0,10 – 0,24 = Relación positiva muy débil.
- R > 0,90 = Relación positiva muy fuerte. R = 1.00 = Relación positiva perfecta.

En la Tabla N° 04, se observa que no existe relación entre el modo Focalizado en la Solución del Problema y Resiliencia.

Tabla N°05

Relación entre la dimensión Auto focalización negativa y Resiliencia en los estudiantes de una institución educativa en Chiclayo.

Dimensión de Afrontamiento del Estrés	Resiliencia
Auto focalización negativa	0.06

Fuente: Instrumento aplicado a estudiantes de una institución educativa en Chiclayo.

- R < 0,10 = No existe relación.
- R = 0,10 – 0,24 = Relación positiva muy débil.
- R > 0,90 = Relación positiva muy fuerte. R = 1.00 = Relación positiva perfecta.

En la Tabla N°05, se observa que no existe relación entre Auto focalización negativa y Resiliencia.

Tabla N°06

Relación entre la dimensión Reevaluación positiva y resiliencia en los estudiantes de una institución educativa en Chiclayo.

Dimensión de Afrontamiento del Estrés	Resiliencia
Reevaluación positiva	0.15

Fuente: Instrumento aplicado a estudiantes de una institución educativa en Chiclayo.

- R < 0,10 = No existe relación.
- R = 0,10 – 0,24 = Relación positiva muy débil.
- R > 0,90 = Relación positiva muy fuerte. R = 1.00 = Relación positiva perfecta.

En la Tabla N°06, se observa que existe relación positiva muy débil entre Reevaluación positiva y Resiliencia.

Tabla N°07

Relación entre la dimensión Expresión emocional abierta y resiliencia en los estudiantes de una institución educativa en Chiclayo.

Dimensión de Afrontamiento del Estrés	Resiliencia
--	--------------------

Expresión emocional abierta

0.13

Fuente: Instrumento aplicado a estudiantes de una institución educativa en Chiclayo.

R < 0,10 = No existe relación.
R = 0,10 – 0,24 = Relación positiva muy débil.
R > 0,90 = Relación positiva muy fuerte. R
= 1.00 = Relación positiva perfecta.

En la Tabla N°07, se observa que existe relación positiva muy débil entre Expresión emocional abierta y Resiliencia.

Tabla N°08

Relación entre la dimensión evitación y resiliencia en los estudiantes de una institución educativa en Chiclayo.

Dimensión de Afrontamiento del Estrés	Resiliencia
Evitación	0.07

Fuente: Instrumento aplicado a estudiantes de una institución educativa en Chiclayo.

R < 0,10 = No existe relación.
R = 0,10 – 0,24 = Relación positiva muy débil.
R > 0,90 = Relación positiva muy fuerte. R
= 1.00 = Relación positiva perfecta.

En la Tabla N°08, se observa que no existe relación negativa muy débil entre Evitación y Resiliencia.

Tabla N°09

Relación entre la dimensión búsqueda de apoyo social y resiliencia en los estudiantes de una institución educativa en Chiclayo.

Dimensión de Afrontamiento del Estrés	Resiliencia
Búsqueda de apoyo social	0.10

Fuente: Instrumento aplicado a estudiantes de una institución educativa en Chiclayo.

R < 0,10 = No existe relación.
R = 0,10 – 0,24 = Relación positiva muy débil.

R > 0,90 = Relación positiva muy fuerte. R
= 1.00 = Relación positiva perfecta.

En la Tabla N°09, se observa que existe relación positiva muy débil entre Búsqueda de apoyo social y Resiliencia.

Tabla N°10

Relación entre la dimensión religión y resiliencia en los estudiantes de una institución educativa en Chiclayo.

Dimensión de Afrontamiento del Estrés	Resiliencia
Religión	-0.06

Fuente: Instrumento aplicado a estudiantes de una institución educativa en Chiclayo.

R < 0,10 = No existe relación.
R = 0,10 – 0,24 = Relación positiva muy débil.
R > 0,90 = Relación positiva muy fuerte. R
= 1.00 = Relación positiva perfecta.

En la Tabla N°10, se observa que no existe correlación entre Religión y Resiliencia.

Tabla N°11

Relación entre la dimensión Insight y afrontamiento de estrés en los estudiantes de una institución educativa en Chiclayo.

Dimensión de Resiliencia	Afrontamiento del Estrés
Insight	0.17

Fuente: Instrumento aplicado a estudiantes de una institución educativa en Chiclayo.

R < 0,10 = No existe relación.
R = 0,10 – 0,24 = Relación positiva muy débil.
R > 0,90 = Relación positiva muy fuerte. R
= 1.00 = Relación positiva perfecta.

En la Tabla N°11, se observa que existe relación positiva muy débil entre Insight y Afrontamiento del estrés.

Tabla N°12

Relación entre la dimensión independencia y afrontamiento de estrés en los estudiantes de una institución educativa en Chiclayo.

Dimensión de Resiliencia	Afrontamiento del Estrés
Independencia	0.07

Fuente: Instrumento aplicado a estudiantes de una institución educativa en Chiclayo.

- R < 0,10 = No existe relación.
- R = 0,10 – 0,24 = Relación positiva muy débil.
- R > 0,90 = Relación positiva muy fuerte. R = 1.00 = Relación positiva perfecta.

En la Tabla N°12, se observa que no existe relación entre la dimensión Independencia y Afrontamiento del estrés.

Tabla N°13

Relación entre la dimensión interacción y afrontamiento de estrés en los estudiantes de una institución educativa en Chiclayo.

Dimensión de Resiliencia	Afrontamiento del Estrés
Interacción	0.09

Fuente: Instrumento aplicado a estudiantes de una institución educativa en Chiclayo.

- R < 0,10 = No existe relación.
- R = 0,10 – 0,24 = Relación positiva muy débil.
- R > 0,90 = Relación positiva muy fuerte. R = 1.00 = Relación positiva perfecta.

En la Tabla N°13, se observa que no existe relación entre la dimensión Interacción y Afrontamiento del estrés.

Tabla N°14

Relación entre la dimensión iniciativa y afrontamiento de estrés en los estudiantes de una institución educativa en Chiclayo.

Dimensión de Resiliencia	Afrontamiento del Estrés
Iniciativa	0.06

Fuente: Instrumento aplicado a estudiantes de una institución educativa en Chiclayo.

- R < 0,10 = No existe relación.
- R = 0,10 – 0,24 = Relación positiva muy débil.
- R > 0,90 = Relación positiva muy fuerte. R = 1.00 = Relación positiva perfecta.

En la Tabla N°14, se observa que no existe relación entre la dimensión Iniciativa y la variable Afrontamiento del estrés.

Tabla N°15

Relación entre la dimensión humor y afrontamiento de estrés en los estudiantes de una institución educativa en Chiclayo.

Dimensión de Resiliencia	Afrontamiento del Estrés
Humor	0.12

Fuente: Instrumento aplicado a estudiantes de una institución educativa en Chiclayo.

- R < 0,10 = No existe relación.
- R = 0,10 – 0,24 = Relación positiva muy débil.
- R > 0,90 = Relación positiva muy fuerte. R = 1.00 = Relación positiva perfecta.

En la Tabla N°15, se observa que existe una relación positiva muy débil entre la dimensión Humor y la variable Afrontamiento del estrés.

Tabla N°16

Relación entre la dimensión creatividad y afrontamiento de estrés en los estudiantes de una institución educativa en Chiclayo.

Dimensión de Resiliencia	Afrontamiento del Estrés
Creatividad	0.12

Fuente: Instrumento aplicado a estudiantes de una institución educativa en Chiclayo.

$R < 0,10$ = No existe relación.

$R = 0,10 - 0,24$ = Relación positiva muy débil.

$R > 0,90$ = Relación positiva muy fuerte. R

= 1.00 = Relación positiva perfecta.

En la Tabla N°16, se observa que existe una relación positiva muy débil entre la dimensión Creatividad y la variable Afrontamiento del estrés.

Tabla N°17

Relación entre la dimensión Moralidad y afrontamiento de estrés en los estudiantes de una institución educativa en Chiclayo.

Dimensión de Resiliencia	Afrontamiento del Estrés
Moralidad	0.06

Fuente: Instrumento aplicado a estudiantes de una institución educativa en Chiclayo.

$R < 0,10$ = No existe relación.

$R = 0,10 - 0,24$ = Relación positiva muy débil.

$R > 0,90$ = Relación positiva muy fuerte. R

= 1.00 = Relación positiva perfecta.

En la Tabla N°17, se observa que no existe relación entre la dimensión Moralidad y la variable Afrontamiento del estrés.

4.2. Discusión de Resultados:

Después de analizar los resultados obtenidos (Tabla 1) en la presente investigación con una muestra de estudio 120 elementos

(Estudiantes de una institución educativa) – Chiclayo, se establece que respecto a las variables utilizadas Resiliencia y Afrontamiento del Estrés existe una relación positiva muy débil que se detallara a continuación:

En lo que respecta al nivel de Resiliencia (Tabla 2), podemos observar que el 41% presentan un alto nivel de Resiliencia, mientras que el 34% se muestra en nivel medio y finalmente un 25% bajo, lo que nos indica que la mayoría de los encuestados muestran una capacidad para sobrellevar las adversidades que puedan presentar en su vida diaria, lo que discrepa con Silva (2012) en su investigación sobre Resiliencia en estudiantes del V ciclo de educación primaria de una institución educativa del Callao, la cual se obtuvo como resultados la predominancia del nivel medio con respecto a la Resiliencia en los estudiantes, es decir, que se encuentran en proceso de sobreponerse por experiencias de adversidad. En los factores personales de la Resiliencia, los estudiantes obtienen con mayor frecuencia el nivel medio a excepción del factor autoestima y empatía, donde el mayor porcentaje se encuentra en el nivel alto.

En lo que respecta al nivel de Afrontamiento del Estrés (Tabla 3) podemos decir que El análisis realizado en los estudiantes de una institución educativa en Chiclayo arrojó que el 83% presenta un alto nivel de afrontamiento del estrés, mientras que el 12% presenta un nivel intermedio y finalmente un 5% un nivel bajo.

Por otro lado la relación entre la dimensión Focalizado en la solución del problema y Resiliencia en los estudiantes de una institución educativa

(Tabla 4), indica que no existe relación, puesto que la manera de superación que poseen los estudiantes no guarda relación con el modo de pensar y actuar encaminadas a el estrés, discrepando con la investigación de Valencia, Mendoza I., Correa J., Sandoval P. & Santisteban A. (2013) quien da su aporte más revelador, mencionando que al identificar y evaluar los mecanismos resilientes que pueden explicar y comprender cómo procesos, a priori cualificados como problemáticos o dificultosos para una población que vive en una situación de mayor vulnerabilidad social y académica, pueden transformarla en una red protectora que favorece satisfactoriamente el éxito escolar.

De igual manera la relación entre la dimensión autofocalización negativa y resiliencia en los estudiantes de una institución educativa (Tabla 5), se observa que no existe relación entre el modo de superación que poseen los estudiantes con estrategias basadas en la autoinculpción y la autocrítica por la ocurrencia de la situación estresante o su manejo inadecuado.

Así mismo, la relación entre la dimensión Reevaluación positiva y resiliencia en los estudiantes de una institución educativa (Tabla 6), se puede apreciar que existe relación positiva muy débil entre el modo de surgimiento de los estudiantes pese a las adversidades con las estrategias cognitivas que puedan modificar el significado de la situación estresante, viendo de una manera u otra la forma positiva del ambiente.

Respecto a la relación entre la dimensión Expresión emocional abierta y resiliencia en los estudiantes de una institución educativa (Tabla

7), Nos indica que existe una relación positiva muy débil entre el modo de salir adelante con estrategias encaminadas a liberar emociones y tensiones que acontecen el proceso de estrés.

Por otro lado, la relación entre la dimensión evitación y resiliencia en los estudiantes de una institución educativa (Tabla 8), Nos indica que no existe relación entre el modo de superación con estrategias que incluyen la negación y evitación de pensamiento o conductas relacionadas con el acontecimiento estresante.

Del mismo modo, la relación entre la dimensión búsqueda de apoyo social y resiliencia en los estudiantes de una institución educativa (Tabla 9), Nos indica que existe una relación positiva muy débil entre la manera de superación con el apoyo en otros para modificar la situación estresante o sentir algo de consuelo.

Sin embargo, la relación entre la dimensión religión y resiliencia en los estudiantes de una institución educativa (Tabla 10), nos indica que no existe relación entre la manera de superación con la actitud de recurrir a pensamientos religiosos, a la iglesia, a Dios para modificar la situación estresante o sentir algo de consuelo.

En lo que corresponde a la relación de las dimensiones del Afrontamiento del estrés y la Resiliencia definidas por Bonifacio Sandín & Paloma Chorot (2003) y en base al análisis correlacional de Pearson, se puede deducir que existe un grado de relación positiva muy débil entre ambos, con la excepción de la dimensión Religión que no guarda relación con la variable anteriormente mencionada (resiliencia).

En lo que corresponde a la relación entre la dimensión Insight y afrontamiento de estrés en los estudiantes de una institución educativa (Tabla 11), Nos indica que existe una relación positiva muy débil entre la manera de tolerancia a situaciones adversas con el darse cuenta de lo que pasa consigo mismo y con el entorno, de preguntarse a sí mismo y darse una respuesta honesta.

Continuando con la relación entre la dimensión independencia y afrontamiento de estrés en los estudiantes de una institución educativa (Tabla 12), en donde nos indica que no existe relación entre la manera de tolerancia a situaciones adversas con el establecer límites entre uno mismo y el ambiente, siendo esta la capacidad de mantener distancia emocional y física, sin llegar a aislarse. Lo que estaría discrepando la teoría de Lazaru y Folkman (1986) la que consiste en que el adolescente es un ser deseoso de independencia, es por ello que busca el camino para afrontar la adversidad teniendo como base sus relaciones interpersonales, por lo tanto no necesitan de la familia indispensablemente para poder hacer frente a problemas, lo que podría deberse al aprendizaje social en otros entornos donde se desarrolle.

Así mismo con la relación entre la dimensión interacción y afrontamiento de estrés en los estudiantes de una institución educativa (Tabla 13), nos indica que no existe relación entre la manera de tolerancia a situaciones adversas con la habilidad para establecer vínculos satisfactorios con otras personas y así balancear la propia necesidad de simpatía y aptitud para brindarse a otros.

Con respecto a la relación entre la dimensión iniciativa y afrontamiento de estrés en los estudiantes de una institución educativa (Tabla 14), nos indica que no existe relación entre la manera de tolerancia a situaciones adversas con la capacidad de hacerse cargo, de los problemas y de ejercer control sobre ellos.

Por otro lado la relación entre la dimensión humor y afrontamiento de estrés en los estudiantes de una institución educativa (Tabla 15), Nos muestra que existe relación positiva muy débil entre la manera de tolerancia a situaciones adversas con la capacidad de encontrar lo cómico en la tragedia, se mezcla lo absurdo y el humor en lo visible de esta combinación.

Del mismo modo la relación entre la dimensión creatividad y afrontamiento de estrés en los estudiantes de una institución educativa (Tabla 16), nos muestra que existe relación positiva muy débil entre la manera de tolerancia a situaciones adversas con la capacidad de crear orden, belleza y finalidad a partir del caos y el desorden.

Por ultimo en la relación entre la dimensión Moralidad y afrontamiento de estrés en los estudiantes de una institución educativa (Tabla 17), nos indica que no existe relación entre la manera de tolerancia a situaciones adversas con el deseo de una vida personal satisfactoria, amplia y con riqueza interior, es la conciencia moral y la capacidad de comprometerse con valores y de discriminar entre lo bueno y lo malo.

En lo que corresponde a la relación de las dimensiones Resiliencia y la Variable Afrontamiento del estrés definidas por Prado y Del Aguila (2000) y en base al análisis correlacional de Pearson, se puede deducir que el grado de relación que existe es positiva muy débil.

CAPITULO V: CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

5.1. Conclusiones

Del presente trabajo de investigación se concluye que existe relación positiva muy débil entre la resiliencia y afrontamiento del estrés en los estudiantes de una institución educativa secundaria, a su vez se ha podido determinar que:

Los estudiantes de la institución educativa secundaria obtuvieron un nivel **Alto** de Resiliencia.

Los estudiantes de la institución educativa secundaria obtuvieron un nivel **Promedio** de Afrontamiento del Estrés.

No existe relación entre la dimensión Focalizado en la Solución del Problema y Resiliencia de los estudiantes de la institución educativa secundaria en Chiclayo.

No existe relación significativa entre la dimensión Auto Focalización Negativa y Resiliencia de los estudiantes de la institución educativa secundaria en Chiclayo.

Existe relación positiva muy débil entre la dimensión Reevaluación positiva y Resiliencia de los estudiantes de la institución educativa secundaria en Chiclayo.

Existe relación positiva muy débil entre la dimensión Expresión emocional abierta y Resiliencia de los estudiantes de la institución educativa secundaria en Chiclayo.

No existe relación entre la dimensión Evitación y Resiliencia de los estudiantes de la institución educativa secundaria en Chiclayo.

Existe relación positiva muy débil entre la dimensión Búsqueda de Apoyo Social y Resiliencia de los estudiantes de la institución educativa secundaria en Chiclayo.

No Existe relación entre la dimensión Religión y Resiliencia de los estudiantes de la institución educativa secundaria en Chiclayo.

Existe relación positiva muy débil entre la dimensión Insight y Afrontamiento del Estrés de los estudiantes de la institución educativa secundaria en Chiclayo.

No existe relación entre la dimensión Independencia y Afrontamiento del Estrés de los estudiantes de la institución educativa secundaria en Chiclayo.

No existe relación entre la dimensión Interacción y Afrontamiento del Estrés de los estudiantes de la institución educativa secundaria en Chiclayo.

No existe relación entre la dimensión Iniciativa y Afrontamiento del Estrés de los estudiantes de la institución educativa secundaria en Chiclayo.

Existe relación positiva muy débil entre la dimensión Humor y Afrontamiento del Estrés de los estudiantes de la institución educativa secundaria en Chiclayo.

Existe relación positiva muy débil entre la dimensión Creatividad y Afrontamiento del Estrés de los estudiantes de la institución educativa secundaria en Chiclayo.

No existe relación entre la dimensión Moralidad y Afrontamiento del Estrés de los estudiantes de la institución educativa secundaria en Chiclayo.

En base a todo lo determinado se puede concluir que los factores que intervienen en su día a día pese a diferentes situaciones adversas que puedan vivir estos adolescentes, pueden servir como un estímulo para poder sobresalir y seguir adelante superando así cada circunstancia que pueda presentarse en su vida.

5.2. Recomendaciones

Proponer a la Institución educativa la realización de talleres que permitan implementar y poner en práctica la calidad de Resiliencia y Afrontamiento del Estrés con la finalidad de que los adolescentes tengan una perspectiva diferente de la vida y puedan enfrentarse a condiciones adversas, saliendo de ellas de manera exitosa, así mismo puedan reinsertarse a la sociedad siendo adolescentes que contribuyan con el bienestar, desarrollo y crecimiento personal.

Se requiere realizar actividades de desarrollo personal, liderazgo y socio educativa, implementando de esta manera su capacidad de trabajo en equipo que permita a los adolescentes adquirir conocimientos, habilidades y destrezas, para que al momento de la culminación de sus estudios, estas competencias les ayuden a insertarse en el mercado laboral con facilidad y puedan enfrentarse a su vida de manera óptima.

Se recomienda contar con el apoyo de más de un especialista en el área de Psicología, debido al tamaño de población de estudiantes, y la problemática que se vive día a día, cuya finalidad sea, la mejora del desarrollo de habilidades y competencias, que le permitan al beneficiado enfrentar y resolver los problemas que puedan presentarse en su entorno

y a su vez brindar un asesoramiento a la familia de los estudiantes, puesto que de esta manera se difundiría la mejora de las relaciones interpersonales e intrapersonales.

REFERENCIAS BIBLIOGRAFICAS:

Ascencio A., (2013). Resiliencia y Estilos de Afrontamiento en mujeres con cáncer de mama de un hospital estatal de Chiclayo 2013. Chiclayo. Recuperado de <http://54.165.197.99/jspui/handle/123456789/438>

Bowden, E. y Jung-Beeman, M. (2007). Métodos de investigación de los componentes neuronales del insight. *Métodos*, 42, 87-99

Bruno, Flavia E., De Rosa, Silvana M., Stover, Juliana B., Guadalupe (2012). AFRONTAMIENTO AL ESTRÉS, APOYO SOCIAL PERCIBIDO Y SINTOMATOLOGÍA PSICOPATOLÓGICA: ESTUDIO PRELIMINAR EN BUENOS AIRES. IV Congreso Internacional de Investigación y Práctica Profesional en Psicología XIX Jornadas de Investigación VIII Encuentro de Investigadores en Psicología del MERCOSUR. Facultad de Psicología - Universidad de Buenos Aires, Buenos Aires. Recuperado de

Castro G., & Morales A. (2014). Clima Social Familiar y Resiliencia en Adolescentes de Cuarto año de secundaria de una institución

educativa estatal en Chiclayo 2013. Recuperado de http://tesis.usat.edu.pe/jspui/bitstream/123456789/331/1/TL_CastroCruzadoGlory_MoralesRoncalAng%C3%A9lica.pdf

Chávez, E.; e Yturralde, E. (2006).

Feuerstein, M., Labbé, E.E. y Kuczmierczyk, A.R. (1986). Health psychology: A psychobiological perspective. Houston: Springer.

Garlaza, C (2012).Relación entre Habilidades Sociales y Clima Social Familiar de los adolescentes de la Institución Educativa Fe y Alegría. (Tesis de Licenciatura). Universidad de San Marcos, Lima, Perú. Recuperado de [http://www.resiliencia.cl/investig/Tesis\(Belloni-Villalobos\).pdf](http://www.resiliencia.cl/investig/Tesis(Belloni-Villalobos).pdf)

Gonzáles N., López A., & Valdez J. (2012). Resiliencia y Convivencia Escolar en Adolescentes Mexicanos. Recuperado de http://ojs.ucv.edu.pe/index.php/R_PSI/article/view/194/104

Gonzales, A; Valdera, R y Gonzáles, N (2013). Resiliencia y Maternidad adolescente: Lima: Intersalud.

Grotberg, E. (1996). Nuevas tendencias en resiliencia. Resiliencia: Descubriendo las propias fortalezas. Buenos Aires: Paidós. Recuperado de http://media.wix.com/ugd/62e7a6_7e46d8fc316645236e23d5b9fc0cda90.pdf

Hernández T. & del Olmo N. (2014). Factores de Riesgo y Protección/Resiliencia en el acoso Escolar Adolescente. Análisis Longitudinal. Recuperado de

<http://revintsociologia.revistas.csic.es/index.php/revintsociologia/article/viewArticle/597>

Kroger, J. (1993) (Ed). Las discusiones sobre Identidad del Yo. Hillsdale, NJ: Lawrence Erlbaum Associates.

Lazarus, R. y Folkman, S. (1986). Estrés y procesos cognitivos. Barcelona: Martínez Roca.

Mechanic, D. (1978). Students Under Stress: A Study in the social psychology of adaptation. Madison: University of Wisconsin Press

Mitchell, M (2010). Desarrollando la iniciativa y el autoconocimiento durante la adolescencia. Recuperado de http://www.escuela20.com/competencias-basicas-iniciativa-autonomia/actualidad/desarrollando-la-iniciativa-y-el-autoconocimiento-durante-la-adolescencia_2569_6_4063_0_1_in.html

Munist, M, Santos, M, Suárez, F, Infante, E. Grotberg (1998). Manual de identificación y promoción de la resiliencia en niños y adolescentes.

Ortigosa, J, Quiles, J y Méndez, F (2003). Manual de Psicología de la Salud con niños, adolescentes y familiares. Madrid: Pirámide.

Pelechano, V. (1992). Personalidad y estrategias de afrontamiento en pacientes crónicos. *Análisis y Modificación de Conducta*, 18. 167-202.

Pelechano, V., Matud, P., y De Miguel, A.(1994). Estrés, personalidad y salud: Un modelo no sexista del estrés. Valencia: Alfaplús.

Prado, R y del Águila, M (2000). Diferencia en la resiliencia según género y nivel socioeconómico en adolescentes. Lima: San José.

Reyes, P. (2012). Resiliencia en adolescentes de un centro juvenil de Chiclayo y de Piura. Chiclayo-Pimentel.

Richardson, T (2011). Modelo de Resiliencia de Richardson.

Recuperado de <http://miespacioresiliente.wordpress.com/2013/06/16/modelode-resiliencia-de-richardson/>

Rutter, M (2005). La resiliencia: consideraciones conceptuales. Lima.

Recuperado de <http://www.ts.ucr.ac.cr/binarios/docente/pd-000179.pdf>

Sandín, B. (1995). El estrés. En A. Belloch, B. Sandín y F. Ramos (Eds.). Manual de psicopatología, Vol. 2 (pp. 3-52). Madrid:McGraw-Hill.

Serrano, C (2005). La salud del adolescente y el joven. La salud integral de los adolescentes: su promoción y cuidado. Washington: Organización Panamericana de la Salud.

Ortigosa, J, Quiles, J y Méndez, F (2003). Manual de Psicología de la Salud con niños, adolescentes y familiares. Madrid: Pirámide.

Smith, E (1992). La experiencia traumática desde la psicología positiva: resiliencia y crecimiento postraumático. Argentina: Paidós.

Suárez, N. (2002). Desarrollo de la resiliencia en América Latina.

Actualizaciones en resiliencia (pp. 95– 109) Buenos Aires, Argentina: Ed. UNLA

Toledo, V (1998). Centro de medicina productiva y desarrollo integral del adolescente. Universidad de Chile: Editorial mediterráneo.

Wagnild y Young (1993). Escala de resiliencia de Wagnild y Young. Recuperado de <http://www.psico-system.com/2013/01/escalade-resiliencia-de-wagnild-y-young.html>

Wolin, A y Wolin, N (1993). Fuentes de resiliencia en estudiantes de Lima y Arequipa. Lima. Recuperado de http://www.scielo.org.pe/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S172948272009000100007.

LINKOGRAFÍA:

<http://resilnet.uiuc.edu/library/resilman/resilman.pdf>.

<http://www.aacademica.com/000-072/961>

<http://www.investigacionpsicopedagogica.org/revista/new/ContadorArticulo.php?978>

<http://www.psyciencia.com/2014/07/definicion-de-la-semanaafrentamiento/>

[http://www.researchgate.net/profile/Rocio_Cortes/publication/256474726_CALIDAD_RELACIONAL_DE_LAS_MUJERES_RURALES_EN_LAS_REDES_SOCIALES_ON_LINE_VALIDACION_DEL_CONSTRUCTO_CON_PLS_\(PARTIAL_LEAST_SQUARES\)/links/02e7e52f6577e90dae000000.pdf#page=74](http://www.researchgate.net/profile/Rocio_Cortes/publication/256474726_CALIDAD_RELACIONAL_DE_LAS_MUJERES_RURALES_EN_LAS_REDES_SOCIALES_ON_LINE_VALIDACION_DEL_CONSTRUCTO_CON_PLS_(PARTIAL_LEAST_SQUARES)/links/02e7e52f6577e90dae000000.pdf#page=74)

[https://es.wikipedia.org/wiki/Resiliencia_\(psicolog%C3%ADa\)](https://es.wikipedia.org/wiki/Resiliencia_(psicolog%C3%ADa))

<https://explorable.com/es/el-estres-y-la-evaluacion-cognitiva>

http://sifp1.psico.edu.uy/sites/default/files/Trabajos%20finales/%20Archivos/ultimodetodos_0.pdf.

http://repositorio.usil.edu.pe/wpcontent/uploads/2014/07/2012_Silva_Resiliencia-en-estudiantes-del-V-ciclo-de-educaci%C3%B3n-primaria-de-unainstituci%C3%B3n-educativo-del-Callao.pdf

<http://revistas.upc.edu.pe/index.php/docencia/article/view/380>

<http://megustavolar.iberia.com/2012/07/afrontamiento-del-estres-i/>

<http://www.medigraphic.com/pdfs/gaceta/gm-2015/gm154c.pdf>

http://tesis.pucp.edu.pe/repositorio/bitstream/handle/123456789/5013/BECERRA_HERAUD_SILVIA_ROL_LIMA.pdf?sequence=1

http://www.revistaakademeia.cl/wp/wpcontent/uploads/2013/12/articulo-3_Kotliarenco-y-Caceres.pdf

ANEXOS

Anexo 1: Cuestionario

Escala de resiliencia para adolescentes ERA (2000)

Marca con una aspa (x) en la respuesta que consideres la correcta: rara vez, a veces, a menudo, siempre.

N°	Ítems	Rara vez	A veces	A menudo	Siempre
1.	Quiero encontrar un lugar que me ayude a superar mis problemas.				
2.	Brindo mi ayuda y apoyo junto con otros a quienes lo necesitan.				
3.	Cuento con la ayuda de personas importantes para mí.				
4.	Quiero ser alguien importante en la vida.				
5.	Cuando no conozco algo, aclaro mis dudas preguntando.				
6.	Me gustan más las cosas graciosas que la serias.				
7.	Después de realizar una actividad artística, me siento mejor que antes.				
8.	Les cuento a otros lo que me sucede.				
9.	Creo que la vida debe estar guiada de principios y valores.				
10.	Trato de entender a mi manera lo que sucede en casa.				
11.	Creo que todos los problemas se pueden solucionar.				
12.	Lo que me trazo lo consigo.				
13.	Me doy cuenta de lo que sucede a mi alrededor.				
14.	Cuando hay problemas en casa trato de no meterme.				
15.	Busco solucionar algo que sucede inesperadamente.				
16.	Trato de hacer cosas para reírme cuando me siento mal.				
17.	Me gustaría ser un buen ejemplo para los demás.				
18.	Existen desacuerdos entre lo que mis padres y yo sentimos y pensamos.				
19.	Me gustaría ser artista para poder expresarme.				
20.	Cuando me sucede alguna cosa mala lo tomo divertidamente.				
21.	Desarrollo actividades fuera de casa y de colegio.				

22.	Prefiero estar con personas alegres.				
23.	Quiero conocer las razones por las cuales se molestan mis padres.				
24.	Realizo actividades artísticas para sacar mis temores.				
25.	Me gusta ser justo con los demás.				
26.	Cuando tengo muchas dificultades, me río y lo sé soportar.				
27.	Si mis padres molestan trato de permanecer tranquilo.				
28.	Realizo actividades que me ayudan a no pensar en los problemas que tengo.				
29.	Deseo poder independizarme de mi casa lo más pronto posible.				
30.	Tengo bien claro mis ideales y creencias.				
31.	Ante un problema invento cosas que me ayuden a solucionarlo.				
32.	Trato de saber cómo actúan mis padres ante algunas situaciones.				
33.	Soy amigo de mis vecinos y compañeros.				
34.	Termino haciendo lo que quiero aunque mis padres se opongan.				

Anexo 2: Baremos de la Escala de Resiliencia (ERA)

ESCALA GENERAL

NIVELES	PUNTAJE DIRECTO
ALTO	97 a 124 +
MEDIO	86 a 96
BAJO	85 a menos

AREA DE MORALIDAD

NIVELES	PUNTAJE DIRECTO
ALTO	13 a 20 +
MEDIO	12
BAJO	11 a menos

AREA DE INSIGHT

NIVELES	PUNTAJE DIRECTO
ALTO	15 a 20+
MEDIO	13 a 14
BAJO	12 a menos

AREA DE HUMOR

NIVELES	PUNTAJE DIRECTO
ALTO	13 a 20 +
MEDIO	12
BAJO	9 a menos

AREA DE INDEPENDENCIA

NIVELES	PUNTAJE DIRECTO
ALTO	12 a 16 +
MEDIO	10 a 11
BAJO	9 a menos

AREA DE INICIATIVA

NIVELES	PUNTAJE DIRECTO
ALTO	13 a 20+
MEDIO	12
BAJO	11 a menos

AREA DE INTERACCIÓN

NIVELES	PUNTAJE DIRECTO
ALTO	13 a 20 +
MEDIO	10 a 12
BAJO	9 a menos

AREA DE CREATIVIDAD

NIVELES	PUNTAJE DIRECTO
ALTO	15 a 20+
MEDIO	14
BAJO	13 a menos

Anexo 3: Cuestionario

CAE Cuestionario de Afrontamiento del Estrés

Edad _____ Sexo _____

Instrucciones: En las páginas que siguen se describen formas de pensar y comportarse que la gente suele emplear para afrontar los problemas o situaciones estresantes que ocurren en la vida. Las formas de afrontamiento descritas no son ni buenas ni malas, ni tampoco unas son mejores o peores que otras. Simplemente ciertas personas utilizan unas formas más que otras. Para contestar debe leer con detenimiento cada una de las formas de afrontamiento y recordar en qué medida Vd. la ha utilizado recientemente cuando ha tenido que hacer frente a situaciones de estrés.

Rodee con un círculo el número que mejor represente el grado en que empleó cada una de las formas de afrontamiento del estrés que se indican. Aunque este cuestionario a veces hace referencia a una situación o problema, tenga en cuenta que esto no quiere decir que Vd. piense en un único acontecimiento, sino más bien en las situaciones o problemas más estresantes vividos recientemente [aproximadamente durante el pasado año).

Nunca=0 Pocas veces= 1 A veces= 2 Frecuentemente= 3 Casi siempre=4

¿Cómo se ha comportado *habitualmente* ante situaciones de estrés?

Nº	Ítems	0	1	2	3	4
1.	Traté de analizar las causas del problema para poder hacerle frente.					
2.	Me convencí de que hiciese lo que hiciese las cosas siempre me saldrían mal.					
3.	Intenté centrarme en los aspectos positivos del problema.					
4.	Descargué mi mal humor con los demás.					
5.	Cuando me venía a la cabeza el problema, trataba de concentrarme en otras cosas.					

6.	Les conté a familiares o amigos cómo me sentía.					
7.	Asistí a la Iglesia.					
8.	Traté de solucionar el problema siguiendo unos pasos bien pensados.					
9.	No hice nada concreto puesto que las cosas suelen ser malas.					
10.	Intenté sacar algo positivo del problema.					
11.	Insulté a ciertas personas.					
12.	Me volqué en el trabajo o en otra actividad para olvidarme del problema.					
13.	Pedí consejo a algún pariente o amigo para afrontar mejor el problema.					
14.	Pedí ayuda espiritual a algún religioso (sacerdote, etc.).					
15.	Establecí un plan de actuación y procuré llevarlo a cabo.					
16.	Comprendí que yo fui el principal causante del problema.					
17.	Descubrí que en la vida hay cosas buenas y gente que se preocupa por los demás.					
18.	Me comporté de forma hostil con los demás.					
19.	Salí al cine, a cenar, a «dar una vuelta», etc., para olvidarme del problema.					
20.	Pedí a parientes o amigos que me ayudaran a pensar acerca del problema.					
21.	Acudí a la Iglesia para rogar que se solucionase el problema.					
22.	Hablé con las personas implicadas para encontrar una solución al problema.					
23.	Me sentí indefenso/a e incapaz de hacer algo positivo para cambiar la situación.					
24.	Comprendí que otras cosas, diferentes del problema, eran para mí más importantes.					
25.	Agredí a algunas personas.					
26.	Procuré no pensar en el problema.					

27.	Hablé con amigos o familiares para que me tranquilizaran cuando me encontraba mal.					
28.	Tuve fe en que Dios remediaría la situación.					
29.	Hice frente al problema poniendo en marcha varias soluciones concretas.					
30.	Me di cuenta de que por mí mismo no podía hacer nada para resolver el problema.					
31.	Experimenté personalmente eso de que «no hay mal que por bien no venga».					
32.	Me irrité con alguna gente.					
33.	Practiqué algún deporte para olvidarme del problema.					
34.	Pedí a algún amigo o familiar que me indicara cuál sería el mejor camino a seguir.					
35.	Recé.					
36.	Pensé detenidamente los pasos a seguir para enfrentarme al problema.					
37.	Me resigné a aceptar las cosas como eran.					
38.	Comprobé que, después de todo, las cosas podían haber ocurrido peor.					
39.	Luché y me desahogué expresando mis sentimientos.					
40.	Intenté olvidarme de todo.					
41.	Procuré que algún familiar o amigo me escuchase cuando necesité manifestar mis sentimientos.					
42.	Acudí a la Iglesia para poner velas o rezar.					

Anexo 04: Baremos de la Escala de Afrontamiento Del Estrés

(CAE)

Puntuación	Frecuencia de uso
0-6	Baja
7-18	Intermedia
19-24	Alta

Anexo N° 03: Matriz de Consistencia

TITULO DEL PROYECTO	FORMULACION DEL PROBLEMA	JUSTIFICACION	OBJETIVOS	HIPOTESIS	MARCO TEORICO	INDICADORES DE VARIABLES	NOMBRE DEL INSTRUMENTO
---------------------	--------------------------	---------------	-----------	-----------	---------------	--------------------------	------------------------

<p>Resiliencia y afrontamiento de estrés en estudiantes de una institución educativa secundaria. Chiclayo</p>	<p>¿Cuál es la relación entre Resiliencia con el Afrontamiento de estrés en estudiantes de una institución educativa secundaria. Chiclayo?</p>	<p>El presente trabajo de investigación no alcanza su justificación con la finalidad de conocer la realidad del día a día de estos adolescentes. Es por ello que el presente proyecto de investigación es diseñado con finalidad de relacionar la Resiliencia con el Afrontamiento de estrés en estudiantes de una institución educativa</p>	<p>Objetivo general</p> <p>Determinar la relación entre la Resiliencia y el afrontamiento de estrés en estudiantes de una institución educativa en Chiclayo. Objetivos específicos</p> <ul style="list-style-type: none"> • Describir el nivel de Resiliencia en los estudiantes de una institución educativa en Chiclayo. • Describir el nivel del variable afrontamiento de estrés en los estudiantes de una institución educativa en Chiclayo. • Establecer la relación entre la dimensión 	<p>Hipótesis General:</p> <p>Existe relación significativa entre resiliencia y afrontamiento de estrés en estudiantes de una institución educativa en Chiclayo.</p> <p>Hipótesis específicas:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Existe relación significativa entre la dimensión Focalizado en la solución del problema y resiliencia en los estudiantes de una institución educativa en Chiclayo. • Existe relación significativa entre la dimensión Auto 	<p>Antecedentes Internacionales:</p> <p>Ramírez (2004), citado por Monteza (2010). Conducta resilientes alumnos de 1ero de secundaria al 3er grado de secundaria.</p> <p>Nacionales:</p> <p>Gonzales, Valdera, y Gonzáles (2013) estudiaron la resiliencia en un grupo de adolescentes de</p>	<p>Resiliencia:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Insight • Independencia • Interacción • Moralidad • Humor • Iniciativa • Creatividad <p>Afrontamiento de estrés:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Auto focalización negativa • Reevaluación positiva • Expresión emocional abierta • Evitación 	<ul style="list-style-type: none"> • Cuestionario de afrontamiento o Del estrés (CAE) Sandín y Chorot (2003). • Escala de resiliencia para adolescentes. (ERA) Prado y Del Aguila (2000)
---	--	--	--	---	---	--	--

		<p>secundaria en Chiclayo, que permita explicar los diversos factores de riesgos en su entorno social, como pandillaje, alcoholismo, drogadicción entre otros sucesos estresantes, para conocer si poseen la capacidad de transformar estas situaciones en estímulos resilientes y poder salir adelante.</p> <p>Desde el punto de vista teórico, la presente investigación obtendrá</p>	<p>Focalizado en la solución del problema y Resiliencia en los estudiantes de una institución educativa en Chiclayo.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Establecer la relación entre la dimensión Auto focalización negativa y Resiliencia en los estudiantes de una institución educativa en Chiclayo. • Establecer la relación entre la dimensión Reevaluación positiva y resiliencia en los estudiantes de una institución educativa en Chiclayo. • Establecer la relación entre la dimensión Expresión emocional abierta y resiliencia en los estudiantes de una 	<p>focalización negativa y resiliencia en los estudiantes de una institución educativa en Chiclayo.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Existe relación significativa entre la dimensión Reevaluación positiva y resiliencia en los estudiantes de una institución educativa en Chiclayo. • Existe relación significativa entre la dimensión Expresión emocional abierta y resiliencia en los estudiantes de una institución educativa en Chiclayo. • Existe relación significativa entre la dimensión Evitación y resiliencia en los estudiantes de una 	<p>14 a 19 años en una institución educativa estatal de Chimbote Astudillo & Leiva (2010) "Análisis comparativo de los niveles de Resiliencia entre adolescentes del INABIF de San Juan de Miraflores y los del centro Cima de Cieneguilla de la ciudad de Lima"</p> <p>Locales:</p> <p>Blas (2011) realizó una investigación sobre la resiliencia y depresión en adolescentes</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Búsqueda de apoyo social • Religión 	
--	--	---	---	--	---	--	--

		<p>conocimientos que servirán para ampliar teorías existentes en base a la Resiliencia y afrontamiento de estrés.</p> <p>Por otro lado, en el aspecto metodológico, se utilizará estrategias para generar conocimiento válido y confiable por lo que la investigación servirá de antecedente para futuras investigaciones</p>	<p>institución educativa en Chiclayo.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Establecer la relación entre la dimensión evitación y resiliencia en los estudiantes de una institución educativa en Chiclayo. • Establecer la relación entre la dimensión búsqueda de apoyo social y resiliencia en los estudiantes de una institución educativa en Chiclayo. • Establecer la relación entre la dimensión religión y resiliencia en los estudiantes de una institución educativa en Chiclayo. • Establecer la relación entre la dimensión insight y afrontamiento de estrés en los estudiantes de una 	<p>institución educativa en Chiclayo.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Existe relación significativa entre la dimensión Búsqueda de apoyo social y resiliencia en los estudiantes de una institución educativa en Chiclayo. • Existe relación significativa entre la dimensión Religión y resiliencia en los estudiantes de una institución educativa en Chiclayo. • Existe relación significativa entre la dimensión Insight y afrontamiento de estrés en los estudiantes de una institución educativa en Chiclayo. • Existe relación significativa entre la 	<p>víctimas de violencia familiar de una aldea infantil de Chiclayo.</p> <p>Castro G. & Morales A. (2014)</p> <p>Se realizó una investigación científica realizada en una población de 173 adolescentes de cuarto año de secundaria de una institución educativa estatal en Chiclayo-2013.</p>		
--	--	---	---	---	--	--	--

		<p>relacionadas al tema estudiado.</p> <p>En el aspecto social, la presente investigación permitirá brindar información a Instituciones Educativas y fomentar la prevención en dicha población donde se presenten situaciones similares a la que aquí se plantea, de tal manera que se puedan tomar las medidas necesarias para lograr la solución de problemas</p>	<p>institución educativa en Chiclayo.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Establecer la relación entre la dimensión independencia y afrontamiento de estrés en los estudiantes de una institución educativa en Chiclayo. • Establecer la relación entre la dimensión interacción y afrontamiento de estrés en los estudiantes de una institución educativa en Chiclayo. • Establecer la relación entre la dimensión iniciativa y afrontamiento de estrés en los estudiantes de una institución educativa en Chiclayo. • Establecer la relación entre la dimensión humor y afrontamiento de estrés en los estudiantes de 	<p>dimensión Independencia y afrontamiento de estrés en los estudiantes de una institución educativa en Chiclayo.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Existe relación significativa entre la dimensión Interacción y afrontamiento de estrés en los estudiantes de una institución educativa en Chiclayo. • Existe relación significativa entre la dimensión Iniciativa y afrontamiento de estrés en los estudiantes de una institución educativa en Chiclayo. • Existe relación significativa entre la dimensión Humor y afrontamiento de estrés en los estudiantes de una 			
--	--	---	--	---	--	--	--

		<p>presentados en dicha institución educativa.</p> <p>Finalmente esta investigación es importante porque pretende entender la problemática del adolescente y su capacidad de afronte para que a priori pueda alcanzar sus objetivos o sus metas trazadas superando los obstáculos que surjan.</p>	<p>una institución educativa en Chiclayo.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Establecer la relación entre la dimensión creatividad y afrontamiento de estrés en los estudiantes de una institución educativa en Chiclayo. • Establecer la relación entre la dimensión Moralidad y afrontamiento de estrés en los estudiantes de una institución educativa en Chiclayo. 	<p>institución educativa en Chiclayo.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Existe relación significativa entre la dimensión creatividad y afrontamiento de estrés en los estudiantes de una institución educativa en Chiclayo. • Existe relación significativa entre la dimensión Moralidad y afrontamiento de estrés en los estudiantes de una institución educativa en Chiclayo. 			
--	--	---	--	--	--	--	--

Anexo 4: Permiso para la aplicación de los instrumentos



"Año de la Diversificación Productiva y del Fortalecimiento de la Educación"

Pimentel, 20 de Noviembre del 2015

Señor:
Jorge Luis Rualcaba Caro
Director de la I. E. "Federico Villarreal" – Chiclayo
Presente.

Asunto: Solicito autorización para aplicación de Instrumentos Psicológicos para el Desarrollo de su Tesis.

De mi especial consideración:

Es grato dirigirme a usted para expresarle mi cordial saludo a nombre de la Facultad de Humanidades - Escuela Profesional de Psicología de la Universidad Señor de Sipán, asimismo teniendo presente su alto espíritu de colaboración, le solicito gentilmente autorice el ingreso a los alumnos del X Ciclo, para que aplique Instrumentos Psicológicos para el desarrollo de su tesis denominada **"Resiliencia y afrontamiento de estrés en estudiantes de una Institución Educativa secundaria"** en horarios coordinados con su despacho.

Detalle alumna:

- Rojas Castro Yasari Yarumi

Por lo que pido a Ud. brinde las facilidades del caso a fin que nuestros alumnos no tengan inconvenientes y puedan ejecutar su desarrollo de tesis, aplicando instrumentos psicológicos a los estudiantes.

Agradezco por anticipado la atención que brinde al presente y sin otro particular, aprovecho la oportunidad para renovarle las muestras de mi especial consideración y estima.

Atentamente,


Mg. Zuzimé Bejarano Benites
Directora Escuela de Psicología
Universidad Señor de Sipán




CAMPUS UNIVERSITARIO
KM. 5 CARRETERA A PIMENTEL
TELÉFONO: (+51) (74) 481610 / FAX: 203861
WWW.USS.EDU.PE
CHICLAYO - PERÚ



**UNIVERSIDAD
SEÑOR DE SIPÁN**