



# FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD

---

CARRERA DE PSICOLOGÍA

“AFRONTAMIENTO Y ANSIEDAD EN ESTUDIANTES  
DE SECUNDARIA DE UNA INSTITUCIÓN EDUCATIVA  
PRIVADA, COMAS-2018”

Tesis para optar el título profesional de:

**Licenciada en Psicología**

**Autora:**

Bach. Dominguez Martinez Yesareth Estefany

**Asesora:**

Dr. Mendoza Canicela Lady Sthefany

Lima – Perú  
2018

## APROBACIÓN DE LA TESIS

El (La) asesor(a) y los miembros del jurado evaluador asignados, **APRUEBAN** la tesis desarrollada por el (la) Bachiller Domínguez Martínez Yesareth Estefany, denominada:

**“AFRONTAMIENTO Y ANSIEDAD EN ESTUDIANTES  
DE SECUNDARIA DE UNA INSTITUCIÓN EDUCATIVA  
PRIVADA, COMAS - 2018”**

---

Lic. Mendoza Canicela Lady Sthefany  
**ASESOR**

---

Lic. Talledo Sánchez Karin Elisa  
**JURADO  
PRESIDENTE**

---

Lic. Salazar Farfán Maria del Rosario  
**JURADO**

---

Lic. Enciso Ríos Johnny Erick  
**JURADO**

## **DEDICATORIA**

A Dios por guiarme y protegerme durante este arduo y largo camino, gracias Señor por ayudarme a lograr mis objetivos profesionales.

A mi familia amada por darme su apoyo incondicional por su paciencia, y sobre todo por confiar en mí.

## **AGRADECIMIENTO**

A la Universidad Privada del Norte por sus enseñanzas y por los buenos maestros que formaron mis competencias profesionales y que dejaron huella en mí.

## ÍNDICE DE CONTENIDOS

Aprobación de la tesis	ii
Dedicatoria	iii
Agradecimiento	iv
Índice de contenidos	v
Índice de tablas	vii
Resumen	ix
<b>CAPÍTULO 1. INTRODUCCIÓN</b>	<b>10</b>
1.1 Realidad problemática	11
1.2. Formulación del problema	14
1.3. Justificación	15
1.4. Limitaciones	16
1.5. Objetivos	17
<b>CAPÍTULO 2. MARCO TEÓRICO</b>	<b>18</b>
2.1. Antecedentes	18
2.2. Bases teóricas	24
2.3. Hipótesis	39
<b>CAPÍTULO 3. METODOLOGÍA</b>	<b>40</b>
3.1. Diseño de investigación	42
3.2. Unidad de estudio	42
3.3. Población	42
3.4. Muestra	43
3.5. Métodos, instrumentos y procedimientos de análisis de datos	46

CAPÍTULO 4. RESULTADOS	50
4.1 Análisis e interpretación de resultados descriptivos del afrontamiento	50
4.2. Análisis e interpretación de resultados descriptivos de ansiedad	51
4.3 Análisis correlacional entre el afrontamiento y la ansiedad	53
CAPÍTULO 5. DISCUSIÓN	57
CONCLUSIONES	61
RECOMENDACIONES	62
REFERENCIAS	63
ANEXOS	67
Anexo 1	68
Matriz de consistencia	68
Anexo 2	69
Instrumentos	69
Anexo 3	74
Hoja de respuesta para escala de afrontamiento	74
Anexo 4	75
Criterios para evaluación del coeficiente de correlación	75
Anexo 5	76
Consentimiento informado	76
Anexo 6	77
Base de datos	77

## ÍNDICE DE TABLAS

Tabla 1	
Operacionalización de la variable afrontamiento	40
Tabla 2	
Operacionalización de la variable ansiedad	41
Tabla 3	
Distribución de la población de estudiantes de nivel secundario	43
Tabla 4	
Muestra estratificada de los estudiantes	45
Tabla 5	
Puntuación	47
Tabla 6	
Escala de puntuaciones por categorías en la E-R	49
Tabla 7	
Escala de puntuaciones por categorías en la E-E	49
Tabla 8	
Estilos de afrontamiento más utilizadas por los estudiantes	50
Tabla 9	
Ansiedad estado en estudiantes de una I.E.P	51
Tabla 10	
Ansiedad rasgo en estudiantes de una I.E.P	52
Tabla 11	
Prueba estadística de asociación Chi-cuadrado para hipótesis general	53
Tabla 12	
Prueba de correlación para hipótesis general	53

Tabla 13

Prueba estadística de asociación Chi-cuadrado para hipótesis Afrontamiento - Estado

54

Tabla 14

Prueba de correlación para hipótesis Afrontamiento - Estado

55

Tabla 15

Prueba estadística de asociación Chi-cuadrado para hipótesis Afrontamiento - Rasgo

Tabla 16

Prueba de correlación para hipótesis Afrontamiento - Rasgo

56



## RESUMEN

La presente investigación tuvo como objetivo principal determinar de qué manera se relaciona el afrontamiento con la ansiedad en estudiantes del nivel secundaria de una Institución Educativa Privada, Comas-2018. En cuanto a la metodología del estudio fue de diseño no experimental, de tipo básica, de alcance correlacional y transversal. Se realizó el estudio en una muestra de 240 estudiantes del nivel secundaria de los grados 3°, 4° y 5° del nivel secundaria seleccionados de manera probabilística. Se usaron como instrumentos de recolección de datos a una Escala de Afrontamiento y a una Escala de Ansiedad, con los cuales se recogieron los datos necesarios para realizar las mediciones estadísticas. Los resultados señalaron que existe una relación inversa entre el afrontamiento y la ansiedad estado en los estudiantes del nivel secundaria de una Institución Educativa Privada, Comas-2018. Con un valor de correlación de Spearman de  $-0,323$  y una significancia  $<0,005$  y una relación inversa entre el afrontamiento y la ansiedad rasgo en los estudiantes del nivel secundaria de una Institución Educativa Privada, Comas-2018. Con un valor de correlación de Spearman de  $-0,134$  y una significancia  $<0,005$

Palabras clave: afrontamiento, ansiedad y adolescencia.

## ABSTRACT

The main objective of this research was to determine how coping is related to anxiety in high school students of a Private Educational Institution, Comas-2018. Regarding the methodology of the study, it was a non-experimental design, of a basic type, with a correlational and transversal scope. The study was carried out on a sample of 240 students of the secondary level of grades 3, 4 and 5 of the secondary level selected in a probabilistic manner. They were used as data collection instruments for a Coping Scale and an Anxiety Scale, with which the necessary data for statistical measurements were collected. The results indicated that there is an inverse relationship between coping and state anxiety in secondary school students of a Private Educational Institution, Comas-2018. With a correlation value of  $-0.323$  and a significance  $<0.005$  and an inverse relationship between coping and trait anxiety in secondary school students of a Private Educational Institution, Comas-2018. With a correlation value of  $-0.134$  and a significance  $<0.005$

Keywords: coping, anxiety and adolescence.

## CAPÍTULO 1. INTRODUCCIÓN

### 1.1 Realidad problemática

Un informe realizado por Daly (2017) en los Estados Unidos hizo referencia a la ansiedad de los adolescentes señalando que:

Los años de adolescencia se caracterizan por ser duros, marcados por cambios físicos y emocionales, con nuevas opciones y responsabilidades, juntamente con la evolución de las relaciones interpersonales con personas que les rodean. Son cada vez más incapaces de identificar su angustia y dolor. Se ha recogido una muestra de más de 830,000 llamadas, mensajes de texto, correos electrónicos y chats recibidos por el servicio telefónico de Boys Town indicando una clara propensión: los adolescentes están luchando, más fuerte que nunca, contra la ansiedad, la depresión y los pensamientos de suicidio. La angustia mental se encuentra presente en los adolescentes que contactaron esa línea directa y ha ido aumentando en un 12% en los últimos cinco años. (p. 1)

De acuerdo a lo señalado, la adolescencia es una etapa extraordinaria de la vida, sin embargo, ello trae consigo cambios significativos en la personalidad; y en la realidad de la vida de las personas. Sin embargo, muchos de estos jóvenes no logran consolidar las emociones, las actitudes y los comportamientos para responder a todo tipo de situaciones, generando diversos comportamientos menos adaptativos y un mayor o menor incremento de vulnerabilidad, afectando de esa forma su desarrollo psicológico, emocional y comportamental de su vida.

Por otro lado, uno de los casos actuales con mayor incremento de esta problemática es el país de España (2018) al respecto se informó que:

La depresión es uno de los problemas mentales más frecuentes en España. Se estima que afecta al 3,4-5% de los adolescentes de ese país. La falta de atención de la depresión en la infancia y adolescencia y una falta de comunicación franca y sincera sobre el tema, hace que muchos jóvenes requieran con urgencia un tratamiento junto a sus familias. (p. 22)

No obstante, cabe precisar que en el ámbito escolar los adolescentes afrontan ciertas circunstancias de tipo familiar, social y propiamente escolar e incluso de tipo biológico, por tanto, ello, contribuye a un calificativo hacia el estudiante que se encuentra mal portado o tiene otra mentalidad discordante con lo que se espera para él (a). Por otro lado, en algunos casos los jóvenes son víctimas de situaciones o influencias que exceden su capacidad de autocontrol y de juicio crítico. Sin embargo, ello no quiere decir que estos estudiantes con problemas de disciplina, no tengan ningún tipo de conciencia de sus comportamientos. Esto hace referencia, al hecho de que muchos jóvenes en la actualidad se sientan deprimidos y ansiosos, y no sepan qué hacer al respecto.

En vista de ello, es necesario que los jóvenes conozcan diferentes modos de afrontamiento de manera que ellos logren por sí mismos entenderse e interpretar de la manera más objetiva sus sentimientos, ideas y conductas.

Otro ejemplo a nivel internacional es el país de Jordania; país que ha venido creciendo económicamente y demográficamente, no obstante, todavía presenta problemas fundamentales como las altas tasas de desempleo. Al respecto Unicef (2015) señaló “Casi el 60 % de quienes buscan empleo en Jordania son menores de 25 años y la tasa de desempleo entre los jóvenes es de casi el 32%” (p. 13)

Por otro lado, la Organización Mundial de la Salud (2017) señaló “el trastorno por ansiedad es un problema muy frecuente asociado a la salud mental, afectando la capacidad de trabajo y la productividad. Más de 260 millones de personas en el mundo sufren de este trastorno relacionado al bienestar general de las personas” (p. 1)

Según lo señalado estas dificultades implican la necesidad de desarrollar competencias psicosociales para afrontar el mundo exterior con todas sus implicancias, por ello el adolescente debe contar con estrategias de afrontamiento positivas para responder a todo tipo de situaciones, las mismas que deben ayudarlo a generar comportamientos más adaptativos que lo favorezcan en su desarrollo psicológico.

Otro aspecto por considerar es la ansiedad y la depresión adolescente, como problema de alcance mundial. Infobae (2018) señaló lo preocupante de este fenómeno:

La juventud de hoy transitan o transitaron durante su infancia, pubertad y adolescencia en caminos de incertidumbre social. Son ahora más frágiles que antes y menos resistentes a ciertas emociones. El horizonte que se avizora en el futuro se caracteriza por una continuidad de emociones angustiantes que muchos jóvenes atraviesan actualmente. La ansiedad y la depresión en niños y adolescentes han ido en aumento desde 2012, este fenómeno se encuentra afectando a toda una generación sin diferencia de edad, género o clase social. (p. 1)

Según lo señalado, es muy importante que los jóvenes y en general toda persona sea capaz de manejar adecuadamente sus emociones venciendo las dificultades o inconvenientes en las situaciones que plantea la vida cotidiana. Por ello, es muy importante saber afrontar la ansiedad sabiendo encaminar los comportamientos del entorno psicosocial.

En este aspecto, el constructo afrontamiento se ve claramente reflejado en los estudiantes del nivel secundaria quienes enfrentan muchas dificultades y situaciones estresantes de ansiedad durante su preparación escolar; cabe señalar que la Institución Educativa Privada ubicada en el distrito de Comas, tiene un nivel de formación de carácter preuniversitario, y como resultado su nivel de exigencia es muy fuerte en la preparación y exigencia formativa de los escolares postreros a terminar el nivel secundaria. En este

contexto muchos estudiantes experimentan ansiedad que en un sentido equilibrado sería muy útil y beneficioso para el estudiante, motivándolo a realizar un mayor esfuerzo para producir resultados satisfactorios y convenientes, sin embargo esto se ha tornado debilitante observándose una inhibición en su confianza y serenidad en el cumplimiento de sus exámenes, su reacción también evidencia temor y nerviosismo, sumando pensamientos negativos y autodestructivos, los cuales impiden controlar la situación creando un problema con ellos mismos y con sus aspiraciones personales. La investigación en este sentido se enmarca en un contexto asociado a las acciones de apoyo al estudiante ya que con la implementación de planes de trabajo, relacionados a asesorías, talleres, charlas por parte del departamento de psicología en conjunto con el departamento de tutoría pueden lograr mayores mecanismos de control y afrontamiento que solucionen problemas, además de aprender a manejar las situaciones internas y externas que se han desbordado del control ejercido por el estudiante. Ante esta problemática se ha formulado la siguiente pregunta de investigación: ¿Qué relación existe entre el afrontamiento y la ansiedad en estudiantes de una Institución Educativa Privada, Comas, 2018?

## **1.2. Formulación del problema**

### **1.2.1. Problema general**

¿Existe relación entre el afrontamiento y la ansiedad en los estudiantes del nivel secundaria de una Institución Educativa Privada, Comas-2018?

### **1.2.2. Problemas específicos**

#### **Problema específico 1**

¿Existe relación entre el afrontamiento y la ansiedad estado en los estudiantes del nivel secundaria de una Institución Educativa Privada, Comas-2018?

#### **Problema específico 2**

¿Existe relación entre el afrontamiento y la ansiedad rasgo en los estudiantes del nivel secundaria de una Institución Educativa Privada, Comas-2018?

### **1.3. Justificación**

El presente estudio se enfoca en el nivel de educación secundaria donde los jóvenes colegiales se encuentran en una etapa muy compleja llamada adolescencia, la cual implica una serie de cambios de tipo emocional, conductual y social. Asimismo, estos jóvenes se encuentran muy propensos a problemas de diversa índole, creándose así manifestaciones o actuaciones que destacan la construcción de espacios interactivos de vínculos en forma de amistad, apoyo, participación y empatía que ocurren en la actividad diaria del sujeto y en general en sus relaciones humanas.

Si bien es cierto, este tipo de relaciones de tipo escolar, amical, familiar y entre otros, crean diversos significados que interactúan con sus estados de ansiedad, los cuales también pueden ser de tipo escolar, y entre otros, generando así en el joven un miedo a desaprobación un examen, cometer un error, y otros tal vez de carácter moral o religiosa, y etc. Ante estas, distintas connotaciones en sus condiciones social e históricas y en los

contextos concretos en que se mueven la vertiente cognoscente de los estados de ansiedad hace que el sujeto perciba la realidad desde una perspectiva muchas veces amenazante o intrigante interpretándola como algo tal vez permanentemente peligroso. En tal sentido, estos eventos se traducen en ánimo deprimido y en sentimientos de tristeza perjudicando su desarrollo personal y rendimiento escolar.

Por ello, el análisis descriptivo e inferencial permitió alcanzar alternativas de solución al problema trazado; del mismo modo se consiguieron alcanzar sugerencias oportunas para los estudiantes que formaron parte del estudio, para luego finalmente, brindar aportes teóricos y prácticos a toda la comunidad educativa con el propósito de educar y fortalecer las capacidades psicológicas de los estudiantes en mención.

#### **1.4. Limitaciones**

Las limitaciones que se presentaron durante el desarrollo del estudio se determinaron en los siguientes aspectos:

- a) Los directores de las instituciones educativas, en la mayoría de los casos cuando fueron consultados para solicitarles el permiso no dieron apertura para llevar a cabo la investigación, debido a la tendencia a no ofrecer información y por temor a la opinión o crítica que generen los resultados de la investigación.
- b) Realizar investigaciones en el Perú es una tarea muy compleja; los recursos económicos que permiten el financiamiento del estudio son bastante escasos; por ello, la investigación fue autofinanciada; por consiguiente, la investigación se llevó adelante con la economía de la tesista y con eventuales apoyos familiares.



- c) El presente trabajo de investigación superó considerablemente las limitaciones que se describen.

## **1.5. Objetivos**

### **1.5.1. Objetivo general**

Determinar la relación que existe entre el afrontamiento y la ansiedad en los estudiantes del nivel secundaria de una Institución Educativa Privada, Comas-2018.

### **1.5.2. Objetivos específicos**

#### **Objetivo específico 1**

Determinar la relación entre el afrontamiento y la ansiedad estado en los estudiantes del nivel secundaria de una Institución Educativa Privada, Comas-2018.

#### **Objetivo específico 2**

Determinar la relación entre el afrontamiento y la ansiedad rasgo en los estudiantes del nivel secundaria de una Institución Educativa Privada, Comas-2018.

## CAPÍTULO 2. MARCO TEÓRICO

### 2.1. Antecedentes

#### Antecedentes nacionales

Cáceres (2017) realizó la investigación titulada *Agresión y estilos de afrontamiento en adolescentes de dos instituciones educativas estatales de la Provincia Constitucional del Callao*. La investigación tuvo como objetivo determinar la relación entre la agresión y los estilos de afrontamiento en adolescentes pertenecientes a dos instituciones educativas estatales de la Provincia Constitucional del Callao. Es un estudio cuantitativo, de diseño no experimental, nivel correlacional y de tipo básica. La muestra estuvo conformada por 569 estudiantes de ambos sexos en edades que fluctúan entre los 14 y 18 años. Para la medición de las variables se utilizó el Cuestionario de Agresión de Buss y Perry (AQ) y el test Escalas de Afrontamiento para adolescentes de Frydenberg y Lewis (ACS). Los resultados concluyeron que existe asociación estadísticamente significativa entre los niveles de baja y alta agresión con el grado de uso de las estrategias del estilo de afrontamiento de resolver el problema. En relación con las estrategias de afrontamiento al estrés, se han encontrado diferencias significativas según sexo para ciertas estrategias, siendo mayor en mujeres las de concentrarse en resolver el problema, esforzarse y tener éxito, fijarse en lo positivo, buscar soporte espiritual, inquietarse, falta de afrontamiento y disminución de la tensión; y para los varones, buscar diversiones relajantes, distracción física, acción social e ignorar el problema.

Manihuari (2017) realizó la investigación titulada *Ansiedad y afrontamiento en estudiantes de un conservatorio de música*. El estudio tuvo como objetivo analizar la relación entre ansiedad rasgo-estado y las estrategias de afrontamiento en estudiantes de música. Los objetivos específicos comparan las variables sexo y migración. Se utilizó el Inventario de Ansiedad rasgo-estado IDARE y el Inventario de Estimación de Afrontamiento COPE en su versión COPE 60. La muestra fue de 95 estudiantes de ambos sexos pertenecientes al conservatorio de música de Lima, en edades que fluctúan entre los 17 y 37 años. Los resultados concluyen que la estrategia enfocar y liberar emociones se correlacionó significativamente de manera moderada con la ansiedad rasgo y estado. Las estrategias afrontamiento activo y planificación se correlacionaron significativamente con la ansiedad rasgo y estado de manera inversa pero pequeña. También, se encontraron diferencias significativas en las variables ansiedad estado según sexo y lugar de procedencia. Las mujeres, así como los estudiantes migrantes presentaron mayores niveles de ansiedad estado. Respecto al afrontamiento, los hombres lograron un mayor uso de las estrategias supresión de actividades en competencia y uso del humor. El estudio concluye que son similares a estudios previos en estudiantes universitarios.

Velazco (2017) realizó la investigación titulada *Los niveles de ansiedad en estudiantes de un centro preuniversitario del cercado de Lima, 2017*. El diseño metodológico describe una investigación de diseño no experimental y de tipo descriptivo ejecutado en una muestra de 102 estudiantes de secundaria que asisten a un centro preuniversitario del Cercado de Lima., seleccionados de manera probabilística. Se utilizó como herramienta de recolección de datos a un inventario de ansiedad estado-rasgo (IDARE) que evalúa los niveles de ansiedad-estado y ansiedad-rasgo. Los resultados alcanzados señalaron que el 25,49% de los estudiantes presenta un nivel medio de ansiedad-estado y el 7,84% un nivel

de ansiedad alta; así mismo. Por otro lado, en la ansiedad rasgo el 32,35% presentan un nivel medio y el 15,16% tienen un nivel alto. Sobre los resultados logrados, se recomendó elaborar un Programa de Intervención Psicológica con el propósito de reducir los niveles elevados de ansiedad en los estudiantes.

Alvarado (2015) realizó una investigación titulada *Estrategias de afrontamiento y ansiedad en adolescentes de una institución educativa estatal de Trujillo*. La metodología corresponde a un estudio de enfoque cuantitativo, de tipo básica, de nivel correlacional y transversal, realizado en 181 estudiantes del 3° a 5° año de secundaria seleccionados de forma probabilística. Para la recolección de los datos se utilizó la escala de afrontamiento de Frydenberg y un inventario de ansiedad de Spielberger con el propósito de analizar la vinculación entre las variables de estudio. En cuanto a los resultados se identificó un nivel bajo de ansiedad rasgo, también se comprobó una correlación directa entre ansiedad estado y rasgo con la reducción de la tensión y así como con la ansiedad y autoinculparse. Se halló una correlación débil entre ansiedad estado y las estrategias de falta de afrontamiento, y en las dimensiones ignorar el problema y reservarlo para sí, ansiedad rasgo y falta de afrontamiento, ignorara el problema y reservarlo para sí presentaron una correlación débil. En conclusión, en algunas escalas de afrontamiento con los tipos de ansiedad estado y rasgo se demostró distintos grados de relaciones.

Bauducco (2014) realizó una investigación titulada *Ansiedad estado-rasgo y el clima social familiar en estudiantes del Centro Adventista de Vida Sana 2013*. La metodología fue de enfoque cuantitativo, de tipo básica, de nivel correlacional y transversal. La muestra de estudio estuvo conformada por 130 integrantes de la institución seleccionados de forma probabilística. Para la recolección de datos se utilizó el test STAI de ansiedad

estado-rasgo de Spielberg y un cuestionario de Clima Social Familiar de Moos. La validación del instrumento se realizó a través de la validación de contenido a través de la técnica de juicio de expertos. En la prueba de confiabilidad se utilizó el estadístico Alfa de Cronbach determinándose que ambos instrumentos son altamente confiables. Se analizaron los datos utilizando el estadístico Rho de Spearman y Chi cuadrado concluyendo que existe una relación inversa y significativa entre el clima social familiar y la ansiedad estado, seguido de las dimensiones ansiedad estado y la dimensión desarrollo y en la dimensión estabilidad con el clima social familiar se comprobó que no existe relación inversa y significativa.

### **Antecedentes internacionales**

De la Rosa, Chang, Delgado, Oliveros, Murillo, Ortiz, Vela y Yhuri (2017) realizaron una investigación titulada *Niveles de estrés y formas de afrontamiento en estudiantes de Medicina en comparación con estudiantes de otras escuelas*. La metodología fue de enfoque cuantitativo, de tipo básica, de nivel correlacional y transversal. Fue un estudio transversal analítico que involucró a estudiantes de tres carreras universitarias. Se utilizó el inventario SISCO de estrés académico y el cuestionario de afrontamiento del estrés (CAE). Los resultados de las pruebas estadísticas de Kruskal Wallis, el test de Dunn (comparaciones múltiples post hoc) y el coeficiente de correlación por rangos de Spearman señalaron que la edad media fue  $19.5 \pm 2.5$  años, el 33.9% realizaba la carrera de Medicina y el 92.4% del total presentó preocupación o nerviosismo como manifestaciones de estrés. Las formas de afrontamiento más habituales fueron la focalización en la solución del problema, la reevaluación positiva y la búsqueda de apoyo social. La forma de afrontamiento menos frecuente fue la religión. La conclusión fue que los estudiantes de Medicina presentan mayores niveles de estrés. Las formas de

afrontamiento más comunes son las denominadas activas: focalización en la solución del problema, reevaluación positiva y búsqueda de apoyo social.

Rocha (2017) realizó una investigación titulada *Estrategias de afrontamiento del estrés en estudiantes universitarios brasileños: su relación con autoeficacia y satisfacción con los estudios*. Como objetivo principal consideró verificar qué estrategias de afrontamiento son las más predilectas por los estudiantes universitarios para ir superando aquellas condiciones de estrés que se les van presentando, en lo personal por sus estudios. En cuanto a la metodología es un estudio cuantitativo de nivel correlacional. Las hipótesis buscan demostrar cómo dichas estrategias se asocian con las características de la personalidad, la autovaloración y con las expectativas de control, en especial la autoeficacia. Para medir las variables en particular para las estrategias de afrontamiento se utilizó el Cuestionario COPE-28 (versión portuguesa). Y para la evaluación de la personalidad se aplicó el Inventario NEO-PI-R. ambos instrumentos fueron aplicados a una muestra de 400 estudiantes. Los resultados señalaron que ambos sexos tienen gran equilibrio para enfrentarse a los problemas, pero son las mujeres las que tienen mayor inclinación para buscar apoyo. Se concluye que el afrontamiento activo se correlaciona positivamente con la autoeficacia y autovaloración ( $r=.44$ ). Y el afrontamiento de evitación se correlaciona significativamente, pero de forma negativa.

Furlan, Sánchez; Heredia, Piemontesi, Illbele, y Martínez (2013) realizaron una investigación titulada *Estrategias de aprendizaje y afrontamiento en estudiantes con elevada ansiedad frente a los exámenes*. En cuanto a la metodología el estudio fue cuantitativo de nivel correlacional. La muestra de estudio fue de 816 estudiantes seleccionados de manera no probabilística. Los resultados señalaron que los estudiantes

de mayor AE tienden con más frecuencia a la repetición y utilizan menos estrategias reflexivas que los menos ansiosos. En cuanto al afrontamiento existe una mayor tendencia a la autoculpabilización y la rumiación autofocalizada. Cada dimensión de la AE se relaciona de manera particular con las estrategias de aprendizaje y los estilos de afrontamiento, con valores de correlación entre 0,72 y 0,79 mientras que la falta de confianza y la interferencia se relacionan negativamente con estrategias de aprendizaje reflexivo y crítico y positivamente con los estilos menos eficaces para afrontar el estrés.

López y Lozano (2016) realizaron una investigación titulada *Niveles de Ansiedad y Estrategias de Afrontamiento de un Grupo de Estudiantes Universitarios en el Valle de Aburrá*. En cuanto a la metodología el estudio fue cuantitativo de nivel descriptivo y transversal. La muestra de estudio fue de 88 estudiantes (63 mujeres y 25 hombres). Se utilizó el Inventario de Ansiedad Estado-Rasgo (STAI) y la Escala de Estrategias de Coping-Modificada (EEC-M). Los resultados señalaron que existen niveles medio-alto en un 57% y alto de ansiedad estado-rasgo en un 22% en ambos sexos, y el uso de estrategias de afrontamiento se encuentran dentro de los rangos normativos. El estudio concluye que hay similitud y diferencia con los hallazgos de otras investigaciones.

Rosas, Siliceo, Tello, Temores, Martínez (2016) realizaron una investigación titulada *Ansiedad, Depresión y Modos de Afrontamiento en Estudiantes Pre Universitarios*. La investigación se basó en un problema que presentan muchos jóvenes de sintomatología ansiosa y depresiva asociado al modo de afrontamiento de esta población juvenil. En cuanto a la metodología el estudio fue cuantitativo de nivel correlacional y transaccional. La muestra fue de 539 estudiantes seleccionados de forma no probabilística. Se utilizó un cuestionario de autoadministración para cada una de las variables de estudio. Los

resultados señalaron que el afrontamiento activo se asocia con menor incidencia e intensidad de síntomas ansiosos y depresivos, contrario al afrontamiento pasivo. Con un  $r$  de Pearson de 0,34. Se propone en el estudio realizar estrategias para el desarrollo de afrontamiento activo en los estudiantes.

## **2.2. Bases teóricas**

### **2.2.1. Afrontamiento**

El afrontamiento es un proceso relacionado con las estrategias o habilidades de una persona para responder o afrontar sus preocupaciones. Este proceso abarca dos procesos el primero la conducta respondiente, que implica la percepción del problema o del conflicto, sino también de la reacción y alteración emocional que origina en la persona.

Es una capacidad observable en la conducta adaptativa concretamente a la reapreciación del daño, pérdida, amenaza, asimismo, por otra parte, tiene que ver con los propios recursos para hacer frente a cualquier problemática; que corresponde a una acción instrumental, de tipo operante, que impulsa intencionadamente a realizar cambios en el entorno.

Por ello, el afrontamiento es la respuesta adaptativa a cualquier situación de carácter estresor que en un término muy extenso abarca a cualquier conducta de adaptación ante cualesquiera circunstancias inusualmente angustiosa o molesta.



Manrique y Vidal (2016) definen estrategias de afrontamiento “como un proceso de afrontamiento por parte del sujeto para afrontar sus preocupaciones, angustias, inquietudes o ansiedades que amenacen su tranquilidad o bienestar personal” (p. 3)

Aunque las fuentes de perturbación pueden ser diversas, el estado emocional dependerá de la persona, en la manera como asimila o afronta el suceso generador de estrés, por ello se requerirá un esfuerzo denodado en lo cognitivo y conductual para minimizar, tolerar o afrontar el problema o dificultad que aqueja a una persona.

Silva y Zuleta (2015) definieron afrontamiento:

Como todo esfuerzo traducido en actos y procesos de tipo cognitivo y conductual de naturaleza cambiante, adaptativo y flexible para dirigir las demandas concretas externas o internas estimadas como excedentes o que exceden los recursos del individuo. En el afrontamiento no significa que siempre se atienden las peticiones, se solucione la amenaza, o evite el daño; es una negociación con la realidad que busca minimizar la amenaza hasta donde se pueda. El afrontamiento, entraña siempre la adquisición de un cierto control de la situación, con el fin de hacerse dueño de la situación, hasta donde se pueda, sobre el suceso estresor. El afrontamiento se puede entender cómo sacar fuerzas de flaqueza. La acción de afrontamiento encierra un mecanismo de tipo instrumental, operante hacia al problema objetivo, a la instancia, a la tarea que se trata de solucionar el problema, para modificar el modo de vivir o cambiar la situación. (p. 56)

Feldman (citado por Risso, 20116) definió estrategias de afrontamiento “como los esfuerzos cognitivos y comportamentales constantemente cambiantes que se desarrollan para dirigir las demandas externas o internas de los recursos del individuo” (p. 34)

En esta línea de ideas, las estrategias de afrontamiento son esenciales para la adaptación del joven a las diferentes situaciones estresantes que plantea la vida.

## **Teoría del afrontamiento**

Lo descrito para la variable afrontamiento denominada estrategias de afrontamiento inició su análisis hace más de dos décadas atrás con el propósito de analizar cómo las personas enfrentan los componentes estresantes de la vida que dan origen a diversas enfermedades de tipo crónicas y estresores habituales, Stone y cols (citados por Silva y Zuleta, 2015) refirieron que “el afrontamiento se refiere a una serie de pensamientos y acciones que facultan a las personas para manejar situaciones complicadas y dificultosas” (p. 44)

Por lo tanto, las estrategias de afrontamiento representan el esfuerzo cognitivo y conductual requerido para minimizar o reducir las situaciones estresores de la vida facultándolo para manejar la situación demandante.

Lazarus y Folkman (citados por Silva y Zuleta, 2015) refirieron que “las reacciones emocionales como la ira, o la depresión, también forman parte del proceso general de afrontamiento una situación de dificultad” (p. 45)

Asimismo, Lazarus y Folkman (citados por Silva y Zuleta, 2015) señalaron que “las estrategias de afrontamiento pueden ser una más activa que otra” (p. 46)

Por otro lado, algunas investigaciones según Cervantes (citados por Silva y Zuleta, 2015) señalaron que una cantidad considerables de jóvenes “expresan una tendencia de afrontamiento dirigido al problema; sin embargo, este tiende a ser

atenuante cuando se conciertan estrategias, tales como la evitación y hacerse ilusiones, ignorar el problema, entre otras” (p. 51)

La propuesta de Lazarus y Folkman (citados por Silva y Zuleta, 2015) indicaron:

Desde una perspectiva cognitivo-sociocultural en relación al contexto de interacción con el entorno, el afrontamiento hace referencia los esfuerzos cognitivos y conductuales que se encuentran en proceso de constante cambio para atender de mejor forma las necesidades externas y/o internas del individuo (p. 164).

Por otro lado, Frydenberg y Lewis (citados por Silva y Zuleta, 2015) definieron estrategias de afrontamiento como “los esfuerzos cognitivos y comportamentales constantemente cambiantes que se desarrollan para dirigir las demandas externas o internas de los recursos del individuo” (p. 34)

Al igual que Lazarus y Folkman, Frydenberg y Lewis (citados por Silva y Zuleta, 2015) manifestaron que:

El individuo realiza primero un proceso de apreciación sobre sí mismo, analizando de forma primaria los hechos o eventos que le acontecen, es decir, los analiza para declarándolos como positivos o negativos, y un segundo proceso, que tiene como objeto de análisis a las capacidades del individuo para afrontarlos, siendo estas facultades las que con más posibilidad causen reacciones estresoras, finalmente se inicia un proceso de transacción entre las presiones del ambiente y las estrategias que tiene como disponibles para afrontar los problemas o las necesidades que lo abruma. (p. 78)

## **Estrategias de afrontamiento**

Risso (2016) señaló que las estrategias de afrontamiento están asociadas a un estilo evitativo del problema, considerando:

Las estrategias de afrontamiento evitativas son eficientes cuando están asociadas a un estrés moderado y son menos eficaces cuando se relacionan con situaciones estresantes severas. Para suprimir cualquier dificultad o problema, se debe realizar un programa dirigido a la prevención de estos trastornos y al adiestramiento en reestructuración cognitiva, con el propósito y ánimo de que los adolescentes aprendan a relativizar su culpa, así como técnicas de autocontrol, para ayudarlos a manejar sus emociones.

(p. 67)

## **Dimensiones del afrontamiento**

Frydenberg y Lewis (citados por Silva y Zuleta, 2015) distinguieron tres estilos de afrontamiento y 18 escalas que reflejen el constructo inherente en los ítems. (p. 43)

De esta forma se hace mención a la forma o manera que tiene cada persona para afrontar de forma específica los problemas o conflictos en las circunstancias de su vida. Es importante señalar que la manera como afronte el problema una persona, tendrá una consecuencia positiva o negativa en su desenvolvimiento en la sociedad. Existen múltiples factores de tipo personal, social, cultural y otros, que circunscriben el comportamiento de la persona; sin embargo, será su forma de respuesta a los efectos del contexto y a la carga con la que tenga que lidiar,

demonstrando así su forma adaptativa y positiva de afrontar los problemas de frente y con eficacia.

### **Afrontamiento 1: Resolver el problema**

Frydenberg y Lewis (citados por Silva y Zuleta, 2015) señaló:

Esta escala hace referencia a los esfuerzos por mantenerse alejado del problema, resolviéndolo con una actitud optimista relacionada a los acontecimientos que experimenta y a los cuales tiene que afrontar. Las escalas que considera este estilo son:

- Concentrarse en resolver el problema (Rp). Consiste en analizar el problema, y las diferencias alternativas de solución.
- Fijarse en lo positivo (Po). Tendencia a tener una visión optimista del problema.
- Distracción física (Fi): Realización de deporte y esfuerzo físico.
- Buscar diversiones relajantes (Dr). Recurrir a actividades de ocio y relajantes.
- Esforzarse y tener éxito (Es). Realizar conductas de compromiso, ambición y dedicación. (p. 56)

### **Afrontamiento 2: Relación con los demás**

Frydenberg y Lewis (citados por Silva y Zuleta, 2015) señaló:

Esta escala hace referencia al esfuerzo de la persona de resolver el problema buscando el apoyo y la cooperación de otras personas para cambiar de perspectiva y redirigir sus acciones y así elegir el mejor camino

que lo haga sentirse bien consigo mismo. Las escalas que considera este estilo son:

- Buscar apoyo social (As). Tendencia a compartir el problema con los demás y buscar apoyo.
- Invertir en amigos íntimos (Ai). Búsqueda de relaciones personales íntimas y esfuerzo por comprometerse en alguna.
- Buscar pertenencia (Pe). Interés por las relaciones con los otros y por lo que piensan.
- Buscar apoyo espiritual (Ae). Realización de acciones como rezar y aferrarse a la religión.
- Buscar ayuda profesional (Ap). Búsqueda de ayuda de profesionales para tratar de solucionar el problema.
- Acción social (So). Realización de peticiones y organización de actividades para conseguir ayuda. (p. 57)

### **Afrontamiento 3: Improductivo**

Frydenberg y Lewis (citados por Silva y Zuleta, 2015) señaló:

Esta escala hace referencia al poco o ningún esfuerzo de la persona por resolver el problema, no tiene ningún interés por resolver las cuestiones que lo afectan, por el contrario, lo ignora evitando algún tipo de acción social que lo pueda ayudar a superar el problema, esto significa que aunque la persona quiere de forma consciente eliminar el problema, esta contradicción se presenta cuando de manera no consciente fortalece sus pensamientos, creencias y opiniones de manera negativa evitando así, un cambio de perspectiva para elegir el mejor camino que lo haga sentirse

bien consigo mismo. Por lo tanto, este estilo sería improductivo, en vista de que la estrategia que utiliza no le permite alcanzar una solución a la problemática presentada en su vida. Las escalas que considera este estilo son:

- Preocuparse (Pr). Tendencia a experimentar miedo, preocupación por el futuro o por la felicidad futura.
- Hacerse ilusiones (Hi). Tendencia a esperar que todo se solucione de manera positiva.
- Falta de Afrontamiento (Na). Incapacidad de afrontar y desarrollo de síntomas psicosomáticos.
- Reducción de la tensión (Rt). Intento de sentirse mejor y de relajar la tensión.
- Ignorar el problema (Ir). Negación del problema.
- Autoinculparse (Cu). Sentirse responsable del problema o de las preocupaciones que se tiene.
- Reservarlo para sí (Re). Huida de los demás para que no conozcan los problemas. (p. 58)

Según lo señalado, los dos primeros estilos reflejan ser funcionales; ya que el problema o conflicto es definido y se identifica para llevar a cabo un conjunto de acciones para su solución y así cambiar la situación que está viviendo. No obstante, el estilo improductivo dificulta su capacidad de afrontamiento. Por el contrario, el afrontamiento improductivo resulta ser disfuncional dado que las estrategias no permiten encontrar una solución al problema en cuestión.

## **Adolescencia y afrontamiento**

La adolescencia es una etapa de diversas tareas y circunstancias que pueden convertirse en fuentes de estrés. Solís y Vidal (citado por Ávila, Montaña, Arenas y Burgos, 2014) señalaron:

Los adolescentes se encuentran en constantes cambios psicológicos, y conductuales que muchas veces interfiere en la calidad de sus interacciones y motivaciones provocando algunos problemas vinculados al colegio, inseguridad respecto al futuro, problemas familiares, influencia social, y otros problemas relacionados al uso del tiempo libre, amoríos y problemas de autoestima constituyen las diversas fuentes de estrés. (p. 23)

Estos problemas por lo general casi siempre giran alrededor de los adolescentes, estableciéndose así valoraciones, percepciones y actuaciones que pueden ser positivas o negativas, y que influyen en el logro de sus metas y sus procesos familiares y sociales con otros jóvenes; por ello las estrategias de afrontamiento y otras variables asociadas como el bienestar psicológico, el nivel de adaptación y las características propias de su personalidad interferirán en forma positiva o negativa sobre su estado físico o emocional y por ende en la ejecución de su proyecto de vida.

### **2.2.2 Ansiedad**

La vida en las personas plantea diversas formas de interpretación, planificación y afrontamiento ante situaciones específicas del contexto, lo que conlleva a que el individuo tenga un mejor manejo emocional de las situaciones que se presentan en la vida cotidiana; sin embargo, se afirma que como producto de estas condiciones e interacciones sociales se presentan niveles de ansiedad en el individuo en principio debe verlo como un reto, por lo tanto, sus niveles de ansiedad



permanecerán en un nivel óptimo, lo que le permitirá afrontar adecuadamente el problema.

### **Definiciones**

Para Spielberger (Citado por la Organización Médico Legal, 2014) definió “ansiedad como el proceso que empieza por la valoración por parte del individuo. Los estímulos son estimados no amenazantes y por tanto no se producirá reacciones de ansiedad. Si la apreciación es positiva manifestará un incremento de ansiedad” (p. 33)

Lazarus (Citado por la Organización Médico Legal, 2014) definió ansiedad como una relación dual entre el individuo y el ambiente siendo estimado como amenazante o desbordante de sus recursos y que pone en peligro su bienestar” (p. 45)

Beck, Emery y Grenberg (Citado por la Organización Médico Legal, 2014) definieron “ansiedad como un estado emocional subjetivo y desagradable distinguido por sentimientos fastidiosos tales como tensión o nerviosismo, y síntomas funcionales como palpitaciones cardíacas, temblor, náuseas y vértigo” (p. 33).

Para Videl y Tobal (Citado por la Organización Médico Legal, 2014) definieron “ansiedad como una respuesta emocional que implica aspectos cognitivos, desagradables, tensión y aprensión; con manifestaciones fisiológicas, sobre el sistema nervioso autónomo y motor, donde suelen relucir comportamientos desadaptativos” (p. 34)

Por otra parte, cabe señalar que la ansiedad puede ser desencadenada por estímulos internos del sujeto, tales como el pensamiento, imágenes, ideas y otros; y externos que vienen del contexto donde se relaciona considerados como amenazantes o peligrosos causándole ansiedad.

La ansiedad es un estado emocional desagradable que se acompaña a diversos cambios somáticos y psíquicos, que pueden presentarse como una reacción adaptativa, o como síntoma. Es necesario señalar que la ansiedad se diferencia de la angustia, al respecto Sierra, Ortega y Zubeidat (2013) señalaron:

El termino ansiedad es muy ambiguo y difícil de abordarlo metodológicamente, la ansiedad presenta síntomas de carácter psíquico, sensación de ahogo y su reacción más cercana es el sobresalto ante un riesgo de peligro, mientras que la angustia muestra un predominio de síntomas de carácter físico expresado en un sobrecogimiento y paralización ante un hecho, evento o fenómeno percibido; aunque hoy en la actualidad el concepto de ansiedad hace referencia tanto a síntomas psíquicos, físicos como conductuales. (p. 13)

La Organización mundial de la salud (2016) establecen que los trastornos de ansiedad son de los que más tempranamente inician, con una mediana de 15 años de edad y alcanzan la prevalencia más alta entre 25 y 45 años encontrándose más alta en mujeres que en hombres. (p. 3)

El DSM-IV (Manual de Clasificación de Trastornos Psicopatológicos) (s.f) es un manual que contiene un conjunto de características que ayudan al diagnóstico preciso y confiable del trastorno de ansiedad; al respecto definió ansiedad como “la aparición temporal y alejada del miedo o malestar intensos, acompañada de cuatro

o más de los siguientes síntomas, que se inician bruscamente y alcanzan su máxima expresión en los primeros 10 minutos” (p.1)

En relación a lo señalado, el DSM-IV (s.f) consideró los siguientes criterios para el diagnóstico de crisis de pánico o crisis de angustia (ansiedad):

- 1.Palpitaciones, sacudidas del corazón o elevación de la frecuencia cardíaca
- 2.Sudoración
3. Temblores o sacudidas
- 4.Sensación de ahogo o falta de aliento
5. Sensación de atragantarse
- 6.Opresión o malestar torácico
- 7.Náuseas o molestias abdominales
- 8.Inestabilidad, mareo o desmayo
- 9.Desrealización (sensación de irrealidad) o despersonalización (estar separado de uno mismo)
- 10.Miedo a perder el control o volverse loco
- 11.Miedo a morir
- 12.Parestesias (sensación de entumecimiento u hormigueo)
- 13.Escalofríos o sofocaciones (p. 403)

### **Enfoques teóricos de la ansiedad**

La ansiedad desde la teoría de Freud lo describe como un miedo sin objeto, puesto que el objeto que la provoca no se encuentra claro, ni se puede señalar su origen.

### **Teoría psicodinámica**

Freud (citado por Clark y Beck, 2012) denomina la ansiedad como “una angustia producida como resultado de un proceso biológico insatisfecho” (p. 45)

En ese sentido, Freud señaló que la angustia procede de una lucha al interior del individuo y de aquellos instintos indebidos que provienen del interior del sujeto donde los estímulos instintivos inadmisibles para el sujeto liberan un estado de ansiedad.

Para Freud la angustia es una forma de excitabilidad general, siendo un estado de tensión que se expresa en hiperestesia, principalmente auditiva y que refleja una acumulación de excitación o una incapacidad de resistirla. Además, es característica la espera angustiosa, que en situaciones exponencialmente graves corresponde a expectativas desastrosas respecto a peligros que puedan estar pasando los seres queridos del sujeto.

Para Freud, la espera angustiosa es caracterizada por una alteración de la actividad cardíaca, con síntomas de palpitaciones, arritmia, taquicardia y otros, asimismo presentan síntomas que afectan al sistema respiratorio, como disnea y crisis asmáticas. También, la sudoración, principalmente nocturna, y los temblores son frecuentes, así como también la bulimia y el vértigo.

### **Teoría Cognitiva**

En la década de los 60 se da mucha importancia al enfoque cognitivo, Lazarus, Beck y Meichenbaum (citados por Sierra, Ortega y Zubeidat (2013) señalaron:

El individuo percibe una señal, la analiza, y valoriza según las implicancias que le estimule, y si esta es amenazante se originará una reacción de ansiedad modulada por otros procesos cognitivos. Por lo tanto, los factores cognitivos contribuyen con la aparición y desarrollo de la ansiedad; donde la ansiedad responde tanto a los estímulos externos como a estímulos internos del sujeto como ideas, imágenes, entre otros elementos cognitivos; siendo está considerada como el resultado de las cogniciones. (p. 67)

En esta teoría, los procesos cognitivos brotan cuando se reconoce la señal aversiva y cuando la respuesta es emitida por el sujeto. Si dicha situación es amenazante, la imagen será percibida también de esa forma y se presentará una reacción de ansiedad. Por lo tanto, la persona con ansiedad interpreta la realidad como amenazante desencadenando la ansiedad.

### **Teoría Biológica**

Ursin (citado por Sierra, Ortega y Zubeidat (2013) señalaron:

En este modelo la ansiedad es una reacción psicológica y biológica regulada por procesos de carácter fisiológicos, acompañada de modificaciones o relaciones funcionales, como resultado del estímulo del Sistema Nervioso Central, o siendo consecuencia de estímulos externos como resultado de un trastorno endógeno de las estructuras o de alguna función cerebral” (p. 56)

### **Dimensiones de la variable ansiedad**

#### **Ansiedad como estado**

Spielberg (citado por Clark y Beck, 2012) hace referencia a este componente como “un estado emocional temporal, representado por sentimientos y sensaciones subjetivas, que son percibidas de manera consciente con hiperactividad del sistema nervioso autónomo” (p. 34)

La ansiedad como estado, es causante de presión arterial, sudoración, aumento de la temperatura, ritmo cardíaco, entre otras. Según lo señalado, la ansiedad estado, indica un estado transitorio de ansiedad en el tiempo, es decir, la persona tiene la capacidad de percibirse a sí mismo como ansioso o no ansioso en una situación específica. Este tipo de ansiedad, puede ser concebida como amenazadora o peligrosa. En niveles bajos, la persona manifiesta tranquilidad, en cambio en niveles altos indicaría un aumento de la tensión, nerviosidad que pueden llegar a horizontes excesivos de miedo y pánico.

### **Ansiedad como rasgo**

Spielberg (citado por Clark y Beck, 2012) hace referencia a este componente como “un estado o disposición que influye en la conducta, predisponiendo al sujeto a una tendencia ansiosa, relativamente estable, conforma parte de su responsabilidad donde la persona percibe las situaciones no peligrosas como amenazadoras. La ansiedad rasgo puede interpretarse como un comportamiento predispuesto a ver diversas situaciones o circunstancias como amenazantes, a pesar de no ser peligrosas, por lo tanto, es una parte de la personalidad del individuo que en una intensidad y magnitud desproporcionada afectan la salud física y psicológica de la persona.

Este tipo de personas se caracterizan por un estado de ansiedad estable, es decir, generalmente perciben diferentes situaciones de manera amenazante. La ansiedad rasgo, en términos de diferencias individuales proporcionan características estables de la personalidad de estos individuos. Estas personas tienen propensión a la ansiedad, debido a experiencias del pasado, lo que determina de cierta medida,

la tendencia a ver ciertas situaciones o escenarios como peligrosas, respondiendo con altos niveles de ansiedad estado.

En este tipo de ansiedad, las experiencias tienen una gran influencia en las personas. Estas experiencias probablemente se remontan a situaciones de la infancia, caracterizadas por la relación padres-hijo, o situaciones de castigo que han marcado la psiquis y la personalidad del individuo. La subescala de ansiedad rasgo, fue elaborada para evaluar la ansiedad como rasgo permanente y relativamente estable en la persona con estas características.

### **2.3. Hipótesis**

#### **Hipótesis general**

HG: Si existe relación inversa entre el afrontamiento y la ansiedad en los estudiantes del nivel secundaria de una Institución Educativa Privada, Comas-2018.

#### **Hipótesis específicas**

HE1: Si existe relación inversa entre el afrontamiento y la ansiedad estado en los estudiantes del nivel secundaria de una Institución Educativa Privada, Comas-2018.

HE2: Si existe relación inversa entre el afrontamiento y la ansiedad rasgo en los estudiantes del nivel secundaria de una Institución Educativa Privada, Comas-2018.

### CAPÍTULO 3. METODOLOGÍA

Tabla 1

*Operacionalización de la variable afrontamiento*

Variable	Definición conceptual	Dimensiones	Indicador	Ítems	Niveles
Afrontamiento	FRYDENBERG Y LEWIS definió estrategias de afrontamiento como “los esfuerzos cognitivos y comportamentales constantemente cambiantes que se desarrollan para dirigir las demandas externas o internas de los recursos del individuo” (p. 34)	Estilo dirigido a la resolución de problemas	1. Buscar diversiones relajantes(Dr)	(17-35-53)1-3	Nunca lo hago 1
			2. Distracción Física(Fi)	(18-36-54)1-3	Lo hago raras veces 2
			3. Fijarse en lo positivo(Po)	(15-33-51-69)1-4	Lo hago algunas veces 3
			4. Concentrase en Resolver el Problema(Rp)	(2-20-38-56-72)1-5	
			5. Esforzarse y tener éxito(Es)	(3-21-39-57-73)1-5	
			Estilo dirigido a la relación con los demás	6. Buscar apoyo espiritual(Ae)	(14-32-50-68)1-4
		7. Buscar ayuda profesional(Ap)		(16-34-52-70)1-4	
		8. Invertir en amigos íntimos(Ai)		(5-232-41-59-75)1-5	
		9. Buscar pertenencia(Pe)		(6-24-42-60-76)1-5	
		10. Buscar apoyo social(As)		(1-19-37-55-71)1-5	
		11. Acción Social(So)		(10-28-46-64)1-5	
		Estilo improductivo	12. Hacerse ilusiones(Hi)	(7-25-43-61-77)1-5	
			13. Falta de afrontamiento o no afrontamiento (Na)	(8-26-44-62-78)1-5	
			14. Reducción de la tensión(Rt)	(9-27-45-63-79)1-5	
			15. Ignorar el problema(Ip)	(11-29-47-65)1-4	
			16. Autoinculpars e(Cu)	(12-30-48-66)1-4	
		17. Reservarse para sí(Re)	(13-31-49-67)1-4		
		18. Preocuparse Pr)	(4-22-40-58-74)1-5		



Tabla 2

*Operacionalización de la variable ansiedad*

Variable	Definición conceptual	Dimensiones	Indicador	Ítems	Niveles
Ansiedad	Para Spielberger (Citado por la Organización Médico Legal, 2014) definió “ansiedad como el proceso que empieza por la valoración por parte del individuo. Los estímulos son estimados no amenazantes y por tanto no se producirá reacciones de ansiedad. Si la apreciación es positiva manifestará un incremento de ansiedad” (p. 33)	Ansiedad estado	1. Calmado	1	No En Lo Absoluto 1 Un Poco 2 Bastante 3 Mucho 4
			2. Seguro	2	
			3. Tenso	3	
			4. Contraído	4	
			5. A gusto	5	
			6. Alterado	6	
			7. Preocupado – contra tiempo	7	
			8. Descansado	8	
			9. ansioso	9	
			10. Cómodo	10	
			11. Confianza	11	
			12. Nervioso	12	
			13. Agitado	13	
			14. A punto de explotar	14	
			15. Reposado	15	
			16. Satisfecho	16	
			17. preocupado	17	
			18. Muy agitado	18	
			19. Alegre	19	
			20. Sentirse bien	20	
Ansiedad rasgo			1. Bien	21	
			2. Cansancio	22	
			3. Llorar	23	
			4. Tan Feliz	24	
			5. oportunidades	25	
			6. Descansado	26	
			7. Tranquila- serena calmada	27	
			8. Dificultades	28	
			9. Preocupo- demasiado	29	
			10. Feliz	30	
			11. subjetivo	31	
			12. Confianza en mí mismo	32	
			13. Seguridad	33	
			14. Crisis y dificultades	34	
			15. melancólico	35	
			16. satisfecho	36	
			17. Ideas	37	
			18. Desengaños	38	
			19. Estable	39	
			20. Preocupación actual	40	

### **3.1. Diseño de investigación**

Hernández, Fernández y Baptista (2014) señalaron “los diseños de tipo no experimental se realizan sin operar deliberadamente las variables de corte transversal, sólo se observan los fenómenos en su entorno natural” (p. 151)

### **3.2. Unidad de estudio**

Un estudiante de la Institución Educativa Privada, Comas.

### **3.3. Población**

Hernández et al (2014) definieron población como “la totalidad de elementos que tiene una misma característica en común” (p. 97).

La población estuvo conformada por todos los estudiantes de los grados 3°, 4° y 5° del nivel secundaria de una Institución Educativa Privada ubicada en el distrito de Comas.

Tabla 3

*Distribución de la población de estudiantes de nivel secundario*

<b>Estudiantes I.E.P</b>	
<b>Sección</b>	<b>Total</b>
3° A	45
3° B	43
3° C	43
3° D	46
<b>Total</b>	<b>177</b>
4° A	41
4° B	42
4° C	43
4° D	40
4° E	40
4° F	39
<b>Total</b>	<b>245</b>
5° A	44
5° B	46
5° C	44
5° D	45
5° E	40
<b>Total</b>	<b>219</b>
<b>Total</b>	<b>641</b>

Fuente: Nominas de matrícula de la I.E.P PRIVADA

La población estuvo conformada por 641 estudiantes de los grados 3°, 4° y 5° del nivel secundaria de una Institución Educativa Privada ubicada en el distrito de Comas.

### 3.4. Muestra

Hernández, et al. (2014) señalaron “la muestra es una parte de toda la población, que cumple con ciertas especificaciones” (p. 150)

Se aplicó una fórmula para población finita, con un nivel de confianza del 95% y un nivel de error del 5%.

$$\text{Fórmula: } n = \frac{Z^2 P.Q.N}{\varepsilon^2 (N-1) + Z^2 .P.Q}$$

**Datos asumidos:**

Z (1,96): Valor de la distribución normal, para un nivel de confianza de  $(1 - \alpha)$

P (0,5): Proporción de éxito.

Q (0,5): Proporción de fracaso ( $Q = 1 - P$ )

$\varepsilon$  (0,05): Tolerancia al error

N (641): Tamaño de la población.

n: Tamaño de la muestra.

Reemplazando tenemos:

$$n = \frac{(1,96)^2(0,5)(0,5) \times 641}{0,05^2(641-1) + 1,96^2 \cdot (0,5)(0,5)} = 240$$

El factor muestral según género se calculó de la siguiente manera:

$$\frac{n}{N} = \frac{177}{641} = 0,276$$

$$\frac{n}{N} = \frac{245}{641} = 0,382$$

$$\frac{n}{N} = \frac{219}{641} = 0,341$$

La muestra seleccionada fue de tipo proporcional, y para ello se dividió entre la muestra a cada estrato de la población, obteniendo el factor muestral.

Tabla 4

*Muestra estratificada de los estudiantes*

Grado	Muestra	Factor	Muestra por grado
3°	240	0,276	67
4°	240	0,382	92
5°	240	0,341	81
Total			240

*Fuente:* Elaboración propia

La muestra requerida para la investigación estuvo constituida por 240 estudiantes según el muestreo probabilístico de tipo estratificado.

La selección de la muestra se basó en el principio de equiprobabilidad, a fin de elegir la muestra seleccionada y así lograr asegurar su representatividad.

### **Muestreo**

Vara (2015) señaló “estos métodos de muestreo probabilísticos aseguran la representatividad de la muestra determinada” (p. 189)

En la investigación se utilizó el muestreo probabilístico de tipo estratificado, a fin de seleccionar a los estudiantes por estratos en el 3° 4° y 5° grado del nivel secundaria, siendo elegidos en forma estratificada según lo grados seleccionados para formar parte de la muestra. Por tanto, el muestreo es probabilístico de tipo aleatorio estratificado.

### **3.5. Métodos, instrumentos y procedimientos de análisis de datos**

El análisis de datos se realizó con el programa SPSS 24, el cual brindó un análisis descriptivo en tablas de frecuencia y de contingencia, asimismo se realizó un análisis inferencial con los datos numéricos según los niveles y rangos establecidos en la matriz de operacionalización de los instrumentos propuestos, para ello se utilizó el estadístico de correlación de Spearman.

#### **3.5.1. Para recolectar datos**

Para la recolección de datos se solicitaron los permisos al director académico de una Institución Educativa Privada del distrito de Comas. Luego de aceptado la solicitud posteriormente con la autorización se llevó a cabo la aplicación de los instrumentos se ingresó a las aulas en coordinación con el docente a cargo, donde se realizó la debida explicación a los participantes en cada una de las aulas con respecto al tema y los fines de la investigación realizada. Se procedió al llenado de la ficha de consentimiento informado, por quienes voluntariamente decidieron participar del estudio, finalmente llenaron una ficha de datos y los instrumentos de recolección de datos para el análisis de las variables de estudio.

#### **3.5.2. Instrumentos**

Para medir la variable afrontamiento se utilizó como instrumento una escala de afrontamiento para adolescentes y para la segunda variable ansiedad se utilizó un inventario de ansiedad, rasgo – estado (IDARE) mide dos componentes de ansiedad: Estado (como se siente el sujeto en ese momento) y rasgo (lo siente generalmente).

### 3.5.2.1. Descripción de la escala de afrontamiento para adolescentes

El instrumento que se utilizó fue una prueba psicométrica Escalas de Afrontamiento de Frydenberg y Lewis. La validez fue de tipo constructo habiéndose realizado correlaciones ítem-test en cada una de las escalas obteniéndose valores significativos como resultado de las valoraciones estadísticas. Se consideró un análisis factorial a través del método de los componentes principales con rotación oblicua obli- min. La rotación oblicua fue usada debido a la idea de que las subescalas podrían no ser totalmente ortogonales o independientes. El análisis psicométrico señaló una confiabilidad que osciló entre .62 y .87 ( $M = .73$ ) en la forma específica, y entre .54 y .84 ( $M = .71$ ) en la forma general.

#### Forma de evaluación

Los puntajes de cada escala, se contabilizan en forma horizontal, multiplicándose dicho puntaje por 4, 5 ó 7 (factor de corrección). Mediante este procedimiento se logra hallar la puntuación ajustada que será luego anotada al margen derecho. Los valores totales por cada escala se interpretan de la siguiente forma:

Tabla 5

#### *Escala de puntuaciones por categorías*

Puntuación	Categoría
20-29	Estrategia no utilizada
30-49	Se utiliza raras veces
50-69	Se utiliza algunas veces
70-89	Se utiliza a menudo
90-100	Se utiliza con mucha frecuencia

### **Recomendaciones para la evaluación**

Los pasos a seguir, para corregir el ACS, son los siguientes: Si algún participante ha dejado algún elemento en blanco se le pedirá que complete la prueba y si ello no es posible se puntuará ese elemento como 3 porque ello implica menor distorsión de los resultados que dejarlo en blanco en una escala se deben dejar dicha escala sin valorar. Las respectivas puntuaciones totales se multiplicarán por el coeficiente indicando en la hoja de respuesta y el resultado se anotará en la casilla puntuación ajustada.

#### **3.5.2.2. Descripción de la escala de ansiedad**

El inventario de ansiedad rasgo – estado IDARE fue construido por Spielberger, Gorsuch y Lushene (1970) fue construido para medir los rasgos y estados de ansiedad. IDARE, versión en español del STAI (State Trait – Anxiety Inventory), con el La versión en español de dicho inventario fue publicada en el año 1975 por Spielberger, Martínez, Gonzales, Natalicio y Díaz con la asistencia de psicólogos de 10 países latinoamericanos, incluyendo el Perú. (Spielberger y Díaz – Guerrero, 1975).

El IDARE conformado por 40 ítems estructurado en 2 escalas de autoevaluación. **La escala A Rasgo (SXR)** está conformado por ítems (7 directos y 13 inversos). En la escala rasgo hay 13 ítems positivos (a mayor puntuación mayor ansiedad) y 7 negativos (a mayor puntuación menor ansiedad). Las opciones en la escala Likert de frecuencia son: 1.-Casi nunca, 2.-Algunas veces, 3.-Frecuentemente, 4.-Casi siempre.



**La escala A-Estado (SXE)** está conformado por 20 ítems (10 directos e inversos). Está compuesta por una escala Likert que van del 1 a 4. Las elecciones de respuestas son: 1.-No en lo absoluto, 2.-Un poco, 3.-Bastante, 4.-Mucho. En la escala IDARE, hay 10 ítems positivos de ansiedad (a mayor puntuación mayor ansiedad) y 10 ítems negativos (a mayor puntuación menor ansiedad).

### Forma de evaluación

Se tomaron en cuenta los siguientes baremos para su medición y evaluación.

Tabla 6

#### *Escala de puntuaciones por categorías en la E-R*

Puntuación	Categoría
>45	Alto
30-40	Medio
<30	Bajo

Fuente: Idare

Tabla 7

#### *Escala de puntuaciones por categorías en la E-E*

Puntuación	Categoría
>45	Alto
30-40	Medio
<30	Bajo

Fuente: Idare

## CAPÍTULO 4. RESULTADOS

### 4.1 Análisis e interpretación de resultados descriptivos del afrontamiento

Tabla 8

*Estilos de afrontamiento más utilizadas por los estudiantes*

		Estadísticos		
		Estilo dirigido a la resolución de problemas	Estilo dirigido a la relación con los demás	Estilo improductivo
N	Válido	240	240	240
	Perdidos	0	0	0
	Media	3,4483	3,3748	3,4375

#### Interpretación

Del total de estudiantes evaluados conformado por 240 estudiantes del nivel secundaria de la Institución Educativa Privada ubicada en el distrito de Comas, se concluye que la media en el estilo dirigido a la resolución de problemas es de 3,4483, la media en el estilo dirigido a la relación con los demás fue de 3,3748 y en el estilo improductivo la media fue de 3,4375; por lo tanto, se concluye que la predominancia de la media fue superior en el estilo dirigido a la resolución de problemas.

## 4.2. Análisis e interpretación de resultados descriptivos de ansiedad

Tabla 9

*Ansiedad estado en estudiantes de una I.E.P*

		Ansiedad estado			
		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Niveles	Bajo	34	14,2	14,2	14,2
	Medio	155	64,6	64,6	78,8
	Alto	51	21,3	21,3	100,0
	Total	240	100,0	100,0	

### Interpretación

La personalidad es el patrón o esquema de pensamientos, sentimientos y conductas que presenta una persona y que se manifiesta a lo largo de toda su vida a través de diversas contextos y escenarios. Ello implica comportarse de acuerdo a las características propias de su personalidad. La ansiedad es una característica de la personalidad que subyace muchos trastornos de ansiedad, y según la tabla 11, se muestra la ansiedad estado en los estudiantes del nivel secundaria de la Institución Educativa Privada ubicada en el distrito de Comas, se encuentran en su mayoría en el nivel medio en un 64,6% en el nivel alto en un 21,3% y en el nivel bajo en un 14,2%, lo que señala que en su mayoría el nivel medio predomina, esto hace referencia a un estado emocional transitorio y fluctuante en el tiempo en circunstancias que sean percibidas por el individuo como poco amenazantes, o en situaciones donde tal vez existiendo peligro, éste no es percibido como amenazante.

Tabla 10

*Ansiedad rasgo en estudiantes de una I.E.P*

		<b>Ansiedad rasgo</b>			
		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Niveles	Bajo	117	48,8	48,8	48,8
	Medio	101	42,1	42,1	90,8
	Alto	22	9,2	9,2	100,0
Total		240	100,0	100,0	

La personalidad es el patrón o esquema de pensamientos, sentimientos y conductas que presenta una persona y que se manifiesta a lo largo de toda su vida a través de diversos contextos y escenarios. Ello implica comportarse de acuerdo a las características propias de su personalidad. La ansiedad es una característica de la personalidad que subyace muchos trastornos de ansiedad, y según la tabla 12, se muestra la ansiedad rasgo en los estudiantes del nivel secundaria de la Institución Educativa Privada ubicada en el distrito de Comas, se encuentran en su mayoría en el nivel bajo en un 48,8% en el nivel medio en un 42,1% y en el nivel alto en un 9,2%, lo que señala que en su mayoría el nivel bajo predomina, esto hace referencia a una ansiedad relativamente estable en el tiempo y con una tendencia de la persona de reaccionar de forma ansiosa, por lo tanto los estudiantes perciben muy pocas situaciones como amenazantes y peligrosas, por ello la mayoría de los estudiantes tienen bajos niveles de intensidad en este tipo de ansiedad.

### 4.3 Análisis Correlacional entre el afrontamiento y la ansiedad

Ho: No existe relación inversa entre el afrontamiento y la ansiedad en los estudiantes del nivel secundaria de una Institución Educativa Privada, Comas-2018.

HG: Si existe relación inversa entre el afrontamiento y la ansiedad en los estudiantes del nivel secundaria de una Institución Educativa Privada, Comas-2018.

#### Regla de decisión:

$p < 0.05$ , se rechaza la Ho.

$p > 0.05$ , no se rechaza la Ho.

Tabla 11

#### *Prueba estadística de asociación Chi-cuadrado para hipótesis general*

Pruebas de chi-cuadrado			
	Valor	df	Significación asintótica (bilateral)
Chi-cuadrado de Pearson	105,871 <sup>a</sup>	8	,000
Razón de verosimilitud	69,310	8	,000
Asociación lineal por lineal	13,606	1	,000
N de casos válidos	240		

a. 3 casillas (20.0%) han esperado un recuento menor que 5. El recuento mínimo esperado es 1.67.

Tabla 12

#### *Prueba de correlación para hipótesis general*

Medidas simétricas					
		Valor	Error estándar asintótico <sup>a</sup>	T aproximada <sup>b</sup>	Significación aproximada
Ordinal por ordinal	Correlación de Spearman	-,334	,069	-2,075	,000 <sup>c</sup>
N de casos válidos		240			

a. No se presupone la hipótesis nula.

b. Utilización del error estándar asintótico que presupone la hipótesis nula.

c. Se basa en aproximación normal.

Se analizó inferencialmente las variables, para ello se utilizó la prueba de hipótesis Chi-cuadrada cuantificando la distribución observada de los conteos respecto a la distribución hipotética y como la sig. bilateral es 0.00 como se muestra en la tabla 13, entonces se afirma que las variables no son independientes es decir son dependientes. Por ser variables cualitativas y ordinales entonces se tomará en cuenta el valor de correlación de Spearman. Por ello, se observa en la tabla 14 que el afrontamiento y la ansiedad tienen una relación inversa de -0,334 que es baja y significativa  $<0,005$

### **Afrontamiento y ansiedad estado**

Ho: No existe relación inversa entre el afrontamiento y la ansiedad estado en los estudiantes del nivel secundaria de una Institución Educativa Privada, Comas-2018.

H1: Si existe relación inversa entre el afrontamiento y la ansiedad estado en los estudiantes del nivel secundaria de una Institución Educativa Privada, Comas-2018.

### **Regla de decisión:**

$p < 0.05$ , se rechaza la Ho.

$p > 0.05$ , no se rechaza la Ho.

Tabla 13

### *Prueba estadística de asociación Chi-cuadrado para hipótesis Afrontamiento - Estado*

<b>Pruebas de chi-cuadrado</b>			
	Valor	df	Significación asintótica (bilateral)
Chi-cuadrado de Pearson	57,878 <sup>a</sup>	8	,000
Razón de verosimilitud	58,034	8	,000
Asociación lineal por lineal	26,842	1	,000
N de casos válidos	240		

a. 3 casillas (20.0%) han esperado un recuento menor que 5. El recuento mínimo esperado es 1.70.

Tabla 14

*Prueba de correlación para hipótesis Afrontamiento - Estado*

		<b>Medidas simétricas</b>			
		Valor	Error estándar asintótico <sup>a</sup>	T aproximada <sup>b</sup>	Significación aproximada
Ordinal por ordinal	Correlación de Spearman	-,323	,063	-5,273	,000 <sup>c</sup>
N de casos válidos		240			

a. No se presupone la hipótesis nula.

b. Utilización del error estándar asintótico que presupone la hipótesis nula.

c. Se basa en aproximación normal.

Se analizó inferencialmente las variables, para ello se utilizó la prueba de hipótesis Chi-cuadrada cuantificando la distribución observada de los conteos respecto a la distribución hipotética y como la sig. bilateral es 0.00 como se muestra en la tabla 15, entonces se afirma que las variables no son independientes es decir son dependientes. Por ser variables cualitativas y ordinales entonces se tomará en cuenta el valor de correlación de Spearman. Por ello, se observa en la tabla 14 que el afrontamiento y la ansiedad estado tienen una relación inversa de -0,323 que es negativa baja y significativa <0,005

**Afrontamiento y ansiedad rasgo**

Ho: No existe relación inversa entre el afrontamiento y la ansiedad rasgo en los estudiantes del nivel secundaria de una Institución Educativa Privada, Comas-2018.

H2: Si existe relación inversa entre el afrontamiento y la ansiedad rasgo en los estudiantes del nivel secundaria de una Institución Educativa Privada, Comas-2018.

**Regla de decisión:**

$p < 0.05$ , se rechaza la Ho.

$p > 0.05$ , no se rechaza la Ho.

Tabla 15

*Prueba estadística de asociación Chi-cuadrado para hipótesis Afrontamiento - Rasgo*

<b>Pruebas de chi-cuadrado</b>			
	Valor	df	Significación asintótica (bilateral)
Chi-cuadrado de Pearson	107,971 <sup>a</sup>	8	,000
Razón de verosimilitud	70,380	8	,000
Asociación lineal por lineal	14,906	1	,000
N de casos válidos	240		

a. 3 casillas (20.0%) han esperado un recuento menor que 5. El recuento mínimo esperado es 1.10.

Tabla 16

*Prueba de correlación para hipótesis Afrontamiento - Rasgo*

<b>Medidas simétricas</b>					
		Error estándar			Significación
		Valor	asintótico <sup>a</sup>	T aproximada <sup>b</sup>	aproximada
Ordinal por ordinal	Correlación de Spearman	-,134	,071	-2,085	,000 <sup>c</sup>
N de casos válidos		240			

a. No se presupone la hipótesis nula.

b. Utilización del error estándar asintótico que presupone la hipótesis nula.

c. Se basa en aproximación normal.

Se analizó inferencialmente las variables, para ello se utilizó la prueba de hipótesis Chi-cuadrada cuantificando la distribución observada de los conteos respecto a la distribución hipotética y como la sig. bilateral es 0.00 como se muestra en la tabla 17, entonces se afirma que las variables no son independientes es decir son dependientes. Por ser variables cualitativas y ordinales entonces se tomará en cuenta el valor de correlación de Spearman. Por ello, se observa en la tabla 16 que el afrontamiento y la ansiedad rasgo tienen una relación inversa de -0,134 que es muy baja y significativa <0,005



## CAPÍTULO 5. DISCUSIÓN

En este aspecto, el constructo afrontamiento se ve claramente reflejado en los estudiantes del nivel secundaria. En este contexto muchos estudiantes experimentan ansiedad que en un sentido equilibrado sería muy útil y beneficioso para el estudiante, motivándolo a realizar un mayor esfuerzo para producir resultados satisfactorios y convenientes, sin embargo esto se ha tornado debilitante observándose una inhibición en su confianza y serenidad en el cumplimiento de sus exámenes, su reacción también evidencia temor y nerviosismo, sumando pensamientos negativos y autodestructivos, los cuales impiden controlar la situación creando un problema con ellos mismos y con sus aspiraciones personales.

La investigación en tal sentido se enmarca en un contexto asociado a las acciones de apoyo al estudiante realizadas por el departamento de tutoría con el propósito de lograr mayores mecanismos de control y afrontamiento que solucionen problemas, además de aprender a manejar las situaciones internas y externas. Al respecto algunos autores propusieron en referencia a la ansiedad de los adolescentes señalando que: los años de adolescencia se caracterizan por ser duros, marcados por cambios físicos y emocionales, con nuevas opciones y responsabilidades, juntamente con la evolución de las relaciones interpersonales con personas que les rodean. Son cada vez más incapaces de identificar su angustia y dolor. Incluso se ha recogido una muestra de más de 830,000 llamadas, mensajes de texto, correos electrónicos y chats recibidos por el servicio telefónico de Boys Town indicando una clara propensión: los adolescentes están luchando, más fuerte que nunca, contra la ansiedad, la depresión y los pensamientos de suicidio. La angustia mental se encuentra presente en los adolescentes que contactaron esa línea directa y ha

ido aumentado en un 12% en los últimos cinco años. (p. 1). Lo señalado manifiesta las dificultades de los adolescentes por comprenderse así mismo y sus relaciones con los demás. En este sentido, Manrique y Vidal (2016) definen estrategias de afrontamiento “como un proceso de afrontamiento por parte del sujeto para afrontar sus preocupaciones, angustias, inquietudes o ansiedades que amenacen su tranquilidad o bienestar personal” (p. 3)

Es evidente la perturbación del estado emocional de los jóvenes, sin embargo, cabe precisar que la manera como asimile o afronta el suceso generador de estrés, le permitirá minimizar, tolerar o afrontar el problema o dificultad que aqueja a estos jóvenes escolares.

Por otro lado, luego del análisis estadístico en la hipótesis 1, se ha demostrado que existe una relación inversa entre el afrontamiento y la ansiedad estado en los estudiantes del nivel secundaria de una Institución Educativa Privada, Comas-2018. Con un valor de correlación de  $-0.323$  y una significancia  $<0,005$ . Este resultado se asemeja en lo encontrado por Cáceres (2017) concluyendo que existe asociación estadísticamente significativa entre los niveles de baja y alta agresión con el grado de uso de las estrategias del estilo de afrontamiento de resolver el problema. (0.005). Asimismo, se encontraron diferencias significativas según sexo para ciertas estrategias, siendo mayor en mujeres las de concentrarse en resolver el problema, esforzarse y tener éxito, fijarse en lo positivo, buscar soporte espiritual, inquietarse, falta de afrontamiento y disminución de la tensión; y para los varones, buscar diversiones relajantes, distracción física, acción social e ignorar el problema. Asimismo, se asemeja el resultado en lo encontrado por el mismo autor, concluyendo en los resultados obtenidos lo siguiente del total de estudiantes del género masculino del nivel secundaria de la Institución Educativa Privada ubicada en el distrito de Comas, se concluye que el 58,3% no utiliza estrategias, el 71,9% utiliza estrategias

rara vez, el 56,8% utiliza estrategias algunas veces, el 58,8% lo utiliza a menudo y un 59,5% utiliza estrategias frecuentemente. Por otro lado, del total de estudiantes del género femenino del nivel secundaria de la Institución Educativa Privada ubicada en el distrito de Comas, se concluye que el 41,7% no utiliza estrategias, el 28,1% utiliza estrategias rara vez, el 43,2% utiliza estrategias algunas veces, el 41,2% lo utiliza a menudo y un 40,5% utiliza estrategias frecuentemente.

En cuanto a la propuesta de hipótesis específica 2, se concluyó que existe una relación inversa entre el afrontamiento y la ansiedad rasgo en los estudiantes del nivel secundaria de una Institución Educativa Privada, Comas-2018. Con un valor de correlación de -0,134 y una significancia  $<0,005$ . Los resultados obtenidos se asemejan en lo encontrado por Manihuari (2017) concluyendo que la estrategia enfocar y liberar emociones se correlacionó significativamente de manera moderada con la ansiedad rasgo y estado. Las estrategias afrontamiento activo y planificación se correlacionaron significativamente con la ansiedad rasgo y estado de manera inversa pero pequeña. También, se encontraron diferencias significativas en las variables ansiedad estado según sexo y lugar de procedencia. Las mujeres, así como los estudiantes migrantes presentaron mayores niveles de ansiedad estado. Respecto al afrontamiento, los hombres lograron un mayor uso de las estrategias supresión de actividades en competencia y uso del humor. El estudio concluye que son similares a estudios previos en estudiantes universitarios. Del mismo modo se ha demostrado que los estudiantes del cuarto grado de secundaria en su mayoría utilizan rara vez estrategias de afrontamiento en un 59,4% seguido de los estudiantes del quinto grado de secundaria que utilizan frecuentemente estrategias de afrontamiento en un 48,6% y los estudiantes del tercer grado de secundaria lo utilizan a menudo en un 47,1%

En los resultados descriptivos se logró concluir que los estudiantes de género masculino de una Institución Educativa Privada ubicada en el distrito de Comas utilizan mayormente estrategias de afrontamiento con un 60% mientras que las estudiantes de género femenino lo utilizan en un 40%. Esto difiere en lo encontrado por Rocha (2017) quien concluye que los estudiantes de ambos sexos tienen gran equilibrio para enfrentarse a los problemas, pero son las mujeres las que tienen mayor inclinación para buscar apoyo. Se concluye que el afrontamiento activo se correlaciona positivamente con la autoeficacia y autovaloración ( $r=.44$ ). Y el afrontamiento de evitación se correlaciona significativamente, pero de forma negativa. Por otro lado, esto difiere en lo encontrado por López y Lozano (2016) quien concluye que existen niveles medio-alto en un 57% y alto de ansiedad estado-rasgo en un 22% en ambos sexos, y el uso de estrategias de afrontamiento se encuentran dentro de los rangos normativos.

Por otra parte, se concluyó que los estudiantes del nivel secundaria de la Institución Educativa Privada ubicada en el distrito de Comas en su mayoría presentan una ansiedad estado en un nivel medio en un 64,6% y en la ansiedad rasgo en un nivel bajo en un 48,8%. Asemejándose en lo encontrado por Rosas, Siliceo, Tello, Temores, Martínez (2016) quienes concluyeron que el afrontamiento activo se asocia con menor incidencia e intensidad de síntomas ansiosos y depresivos, contrario al afrontamiento pasivo. Con un  $r$  de Pearson de 0,34. Se propone en el estudio realizar estrategias para el desarrollo de afrontamiento activo en los estudiantes.

## CONCLUSIONES

**Primera:** Se ha demostrado que existe una relación inversa entre el afrontamiento y la ansiedad en los estudiantes del nivel secundaria de una Institución Educativa Privada, Comas-2018. Con un valor de correlación de -0.334 y una significancia  $<0,005$

**Segunda:** Se ha demostrado que existe una relación inversa entre el afrontamiento y la ansiedad estado en los estudiantes del nivel secundaria de una Institución Educativa Privada, Comas-2018. Con un valor de correlación de -0.323 y una significancia  $<0,005$

**Tercera:** Se ha demostrado que existe una relación inversa entre el afrontamiento y la ansiedad rasgo en los estudiantes del nivel secundaria de una Institución Educativa Privada, Comas-2018. Con un valor de correlación de -0,134 y una significancia  $<0,005$

## RECOMENDACIONES

**Primera:** Como medida general se sugiere desarrollar programas de asesoría escolar dirigida a los estudiantes que necesiten apoyo psicopedagógico con el propósito de ayudar en la vida personal de los estudiantes y logren estar mejor preparados para afrontar sus problemas emocionales propios de su edad, asimismo tomar medidas preventivas para ayudarlos a minimizar la ansiedad y así favorecer el manejo de recursos de afrontamiento.

**Segunda:** Se recomienda al colegio que capacite a los maestros y tutores a fin de que ellos puedan guiar o enseñar a los alumnos estrategias de afrontamiento, temas de planteamiento de metas, autoayuda, técnicas de relajación focalizando a los estudiantes que más lo necesiten, para entrenarlos en el manejo y reducción de sus estados emocionales y en sus pensamientos de preocupación según las situaciones.

**Tercera:** Se recomienda a la I.E realizar talleres, charlas preventivo- promocionales a los padres de familia sobre los riesgos que provocan la ansiedad en niños y adolescentes; además sobre temas de interés en los adolescentes como manejo de estrés, relajación, autocontrol, planificación escolar, hábitos de estudios, autoestima, etc. que pueden ayudar para el manejo de situaciones estresantes..

## REFERENCIAS

- Alvarado, Y. (2015). *Estrategias de afrontamiento y ansiedad en adolescentes de una institución educativa estatal de Trujillo*. (Tesis de maestría). Universidad Privada del Norte, Perú.
- Ávila, A; Montaña, G; Arenas, D y Burgos, J (2014). Estilos y estrategias de afrontamiento y rendimiento académico: una revisión empírica. *Revista de la Universidad del Rosario*. Recuperado de: <http://revistasdigitales.uniboyaca.edu.co/index.php/EFQ/article/viewFile.pdf>.
- Avalki, A. (2017). *Depresión en la infancia y adolescencia*. España: Universidad de Navarra.
- Bauducco, A. (2014). *Ansiedad estado-rasgo y el clima social familiar en estudiantes del Centro Adventista de Vida Sana 2013*. (Tesis de maestría). Universidad Peruana la Unión, Perú.
- Cáceres, X. (2017) *Agresión y estilos de afrontamiento en adolescentes de dos instituciones educativas estatales de la Provincia Constitucional del Callao*. (Tesis de maestría). Universidad Nacional Mayor de san Marcos, Perú.
- Clark, D y Beck, A. (2012). *Terapia cognitiva para trastornos de ansiedad*. España: Desclee de Brouwer.

Daly, D. (2017). *Los adolescentes están más estresados y ansiosos, pero no saben por qué*. Recuperado de: <https://www.infobae.com/america/wapo/2017/08/29/los-adolescentes-estan-mas-estresados-y-ansiosos-pero-no-saben-por-que/pdf>.

De la Rosa, G; Chang, S; Delgado, L; Oliveros, L; Murillo, D; Ortiz, R; Vela, G y Yhuri, N. (2017). Niveles de estrés y formas de afrontamiento en estudiantes de Medicina en comparación con estudiantes de otras escuelas. *Gaceta de México*. Recuperado de: <https://www.anmm.org.mx/GMM/2015/n4/GMM.pdf>.

Furlan, L; Sánchez, J; Heredia, D; Piemontesi, S; Illbele, A y Martínez, M. (2013). Estrategias de aprendizaje y afrontamiento en estudiantes con elevada ansiedad frente a los exámenes. *Anuario de Investigaciones de la Facultad de Psicología. Año 2012, Vol. 1, N°1, 130-141*. Recuperado de: <https://revistas.unc.edu.ar/index.php/aifp/article/download/pdf>.

Hernández, R., Fernández, C. y Baptista, P. (2014). *Metodología de la investigación científica*. México D. F: Mc Graw-Hill.

Infobae. (2018). *La ansiedad en la adolescencia*. Recuperado de: <https://lamenteesmaravillosa.com/la-ansiedad-la-adolescencia/>.

López y Lozano (2016). *Niveles de Ansiedad y Estrategias de Afrontamiento de un Grupo de Estudiantes Universitarios en el Valle de Aburrá*. (Tesis de Licenciatura). Universitaria Minuto de Dios-Seccional Bello, Colombia.



Manrique, C y Vidal, A. (2016). Estrategias de afrontamiento en adolescentes. *Revista de psiquiatría y salud mental Hermilio Vadizán*. Recuperado de: <http://www.hhv.gob.pe/revista/2006/estilosestrategiasdeafrentamiento.pdf>.

Manual de Clasificación de Trastornos Psicopatológicos. *DSM-IV*. (s.f). Recuperado de: <https://psicovalero.files.wordpress.com/2014/06/manual-diagn3b3stico-y-estadc3adstico-de-los-trastornos-mentales-dsm-iv.pdf>

Manihuari, R. (2017). *Ansiedad y afrontamiento en estudiantes de un conservatorio de música*. (Tesis de Licenciatura). Pontificia Universidad Católica del Perú, Perú.

Organización Mundial de la Salud (2016). *Día mundial de la salud mental 2017- La salud mental en el lugar de trabajo*. Recuperado de: [http://www.who.int/mental\\_health/es/pdf](http://www.who.int/mental_health/es/pdf).

Organización Mundial de la Salud (2017). *Día Mundial de la salud mental 2017- La Salud mental en el lugar de trabajo*. Recuperado de: [http://www.who.int/mental\\_health/es/pdf](http://www.who.int/mental_health/es/pdf).

Organización Médico Legal (2014). *Guía de buena práctica clínica en depresión y ansiedad*. España: Ministerio de Sanidad y Consumo.

Sierra, J; Ortega, V y Zubeidat, I. (2013). Ansiedad, angustia y estrés: tres conceptos a diferenciar. *Revista malestar y subjetividad*. Recuperado de: <http://www.redalyc.org/pdf/271/27130102.pdf>

Risso, W. (2016). *Terapia cognitiva. Fundamentos teóricos y conceptualización del caso clínico*. Colombia: Norma.

Rocha, M. (2017). *Estrategias de afrontamiento del estrés en estudiantes universitarios brasileños: su relación con autoeficacia y satisfacción con los estudios*. (Tesis doctoral). Universidad de León, España.

Rosas, F; Siliceo, J; Tello, M; Temores, M y Martínez, A. (2016). *Ansiedad, Depresión y Modos de Afrontamiento en Estudiantes Pre Universitarios*. (Tesis doctoral). Universidad de la Sierra Sur, México.

Silva, L y Zuleta, L. (2015). *Estrategias de afrontamiento*. España: Omniscriptum & Kg

Unicef. (2015). *La adolescencia. Una época de oportunidades*. Recuperado de:  
[www.childinfo.org](http://www.childinfo.org).

Vara, A. (2015). *7 pasos para elaborar una tesis*. Perú: Macro.

Velazco, F. (2017). *Los niveles de ansiedad en estudiantes de un centro preuniversitario del cercado de Lima, 2017*. (Tesis de maestría). Universidad Garcilaso de la Vega, Perú.

## **ANEXOS**

## Anexo 1

### Matriz de consistencia

Título: AFRONTAMIENTO Y ANSIEDAD EN ESTUDIANTES DE UNA INSTITUCIÓN EDUCATIVA PRIVADA, COMAS-2018

Bach: Domínguez Martínez Yesareth Estefany

PROBLEMAS	OBJETIVOS	HIPÓTESIS
¿Existe relación entre el afrontamiento y la ansiedad en los estudiantes del nivel secundaria de una Institución Educativa Privada, Comas-2018?	Determinar de qué manera se relaciona el afrontamiento con la ansiedad en los estudiantes del nivel secundaria de una Institución Educativa Privada, Comas-2018.	HG: Si existe relación inversa entre el afrontamiento y la ansiedad en los estudiantes del nivel secundaria de una Institución Educativa Privada, Comas-2018.
Problemas específicos	Objetivos específicos	Hipótesis específicas
<p>Problema específico 1</p> <p>¿Existe relación entre el afrontamiento y la ansiedad estado en los estudiantes del nivel secundaria de una Institución Educativa Privada, Comas-2018?</p> <p>Problema específico 2</p> <p>¿Existe relación entre el afrontamiento y la ansiedad rasgo en los estudiantes del nivel secundaria de una Institución Educativa Privada, Comas-2018?</p>	<p>Objetivo específico 1</p> <p>Determinar la relación entre el afrontamiento y la ansiedad estado en los estudiantes del nivel secundaria de una Institución Educativa Privada, Comas-2018.</p> <p>Objetivo específico 2</p> <p>Determinar la relación entre el afrontamiento y la ansiedad rasgo en los estudiantes del nivel secundaria de una Institución Educativa Privada, Comas-2018.</p>	<p>H1 Existe relación inversa entre el afrontamiento y la ansiedad estado en los estudiantes del nivel secundaria de una Institución Educativa Privada, Comas-2018.</p> <p>H2 Existe relación inversa entre el afrontamiento y la ansiedad rasgo en los estudiantes del nivel secundaria de una Institución Educativa Privada, Comas-2018.</p>

## Anexo 2

### Instrumentos

#### Escala de afrontamiento

Los estudiantes suelen tener ciertas preocupaciones o problemas sobre temas diferentes, como la escuela, el trabajo, la familia, los amigos, el mundo en general, etc. En este cuestionario encontrarás una lista de formas diferentes con las que la gente de tu edad suele encarar una gama amplia de problemas o preocupaciones. Deberás indicar, marcando la letra correspondiente, las cosas que tú sueles hacer para enfrentarte a esos problemas o dificultades. En cada afirmación debes marcar con una “X” la letra A, B, C, D o E según creas que es tu manera de reaccionar o de actuar frente a los problemas. No hay respuestas correctas o erróneas. No dediques mucho tiempo a cada frase; simplemente responde lo que crees que se ajusta mejor a tu forma de actuar.

Nunca lo hago 1

Lo hago raras veces 2

Lo hago algunas veces 3

Lo hago a menudo 4

Lo hago con mucha frecuencia 5

Por ejemplo, si *algunas veces* te enfrentas a tus problemas mediante la acción de "Hablo con otros para saber lo que ellos harían si tuviesen el mismo problema", deberías marcar el número 3 como se indica a continuación:

Nº	Ítems	N	RV	AV	AM	F
1	Hablo con otros para saber lo que ellos harían si tuviesen el mismo problema.	1	2	3	4	5
2	Me dedico a resolver lo que está provocando el problema.	1	2	3	4	5
3	Sigo con mis tareas como es debido.	1	2	3	4	5
4	Me preocupo por mi futuro.	1	2	3	4	5
5	Me reúno con mis amigos más cercanos.	1	2	3	4	5
6	Trato de dar una buena impresión en las personas que me importan.	1	2	3	4	5
7	Espero que me ocurra lo mejor	1	2	3	4	5
8	Como no puedo hacer nada para resolver el problema, no hago nada.	1	2	3	4	5
9	Me pongo a llorar y/o gritar.	1	2	3	4	5
10	Organizo una acción en relación con mi problema.	1	2	3	4	5
11	Escribo una carta a una persona que siento que me puede ayudar con mi problema.	1	2	3	4	5
12	Ignoro el problema.	1	2	3	4	5
13	Ante los problemas, tiendo a criticarme.	1	2	3	4	5
14	Guardo mis sentimientos para mí solo(a).	1	2	3	4	5
15	Dejo que Dios me ayude con mis problemas.	1	2	3	4	5
16	Pienso en aquellos que tienen peores problemas, para que los míos no parezcan tan graves.	1	2	3	4	5
17	Pido consejo a una persona que tenga más conocimiento que yo.	1	2	3	4	5
18	Encuentro una forma de relajarme, como oír música, leer un libro, tocar un instrumento musical, ver la televisión, etc.	1	2	3	4	5
19	Practico un deporte.	1	2	3	4	5
20	Hablo con otros para apoyarnos mutuamente.	1	2	3	4	5
21	Me dedico a resolver el problema utilizando todas mis capacidades.	1	2	3	4	5
22	Sigo asistiendo a clases.	1	2	3	4	5

23	Me preocupo por buscar mi felicidad.	1	2	3	4	5
24	Llamo a un(a) amigo(a) íntimo(a).	1	2	3	4	5
25	Me preocupo por mis relaciones con los demás.	1	2	3	4	5
26	Espero que un milagro resuelva mis problemas.	1	2	3	4	5
27	Frente a los problemas, simplemente me doy por vencido(a).	1	2	3	4	5
28	Intento sentirme mejor bebiendo alcohol, fumando o tomando drogas.	1	2	3	4	5
29	Organizo un grupo que se ocupe del problema A B C D E.	1	2	3	4	5
30	Decido ignorar conscientemente el problema.	1	2	3	4	5
31	Me doy cuenta que yo mismo(a) me complico la vida frente a los problemas.	1	2	3	4	5
32	Evito estar con la gente.	1	2	3	4	5
33	Pido ayuda y consejo para que se resuelvan mis problemas.	1	2	3	4	5
34	Me fijo en el aspecto positivo de las cosas y trato de pensar en las cosas buenas.	1	2	3	4	5
35	Busco ayuda o consejo de un profesional para resolver los problemas.	1	2	3	4	5
36	Salgo y me divierto para olvidar mis dificultades	1	2	3	4	5
37	Realizo ejercicios para mantenerme en forma y con buena salud.	1	2	3	4	5
38	Busco ánimo en otras personas.	1	2	3	4	5
39	Considero otros puntos de vista y trato de tenerlos en cuenta.	1	2	3	4	5
40	Trabajo intensamente (Trabajo duro).	1	2	3	4	5
41	Me preocupo por lo que está pasando.	1	2	3	4	5
42	Empiezo, o si ya existe, mejoro la relación con mi enamorado(a).	1	2	3	4	5
43	Trato de adaptarme a mis amigos.	1	2	3	4	5
44	Espero que el problema se resuelva por sí solo.	1	2	3	4	5
45	Me pongo mal (Me enfermo).	1	2	3	4	5
46	Culpo a los demás de mis problemas.	1	2	3	4	5
47	Me reúno con otras personas para analizar el problema.	1	2	3	4	5
48	Saco el problema de mi mente.	1	2	3	4	5
49	Me siento culpable por los problemas que me ocurren.	1	2	3	4	5
50	Evito que otros se enteren de lo que me preocupa.	1	2	3	4	5
51	Leo la Biblia o un libro sagrado.	1	2	3	4	5
52	Trato de tener una visión positiva de la vida.	1	2	3	4	5
53	Pido ayuda a un profesional.	1	2	3	4	5
54	Me doy tiempo para hacer las cosas que me gusta.	1	2	3	4	5
55	Hago ejercicios físicos para distraerme.	1	2	3	4	5
56	Hablo con otras personas sobre mi problema para que me ayuden a salir de él.	1	2	3	4	5
57	Pienso en lo que estoy haciendo y por qué lo hago.	1	2	3	4	5
58	Busco tener éxito en las cosas que estoy haciendo.	1	2	3	4	5
59	Me preocupo por las cosas que me puedan pasar.	1	2	3	4	5
60	Trato de hacerme amigo(a) íntimo(a) de un chico o de una chica.	1	2	3	4	5
61	Trato de mejorar mi relación personal con los demás.	1	2	3	4	5
62	Sueño despierto que las cosas van a mejorar.	1	2	3	4	5
63	Cuando tengo problemas, no sé cómo enfrentarlos.	1	2	3	4	5
64	Ante los problemas, cambio mis cantidades de lo que como, bebo o duermo.	1	2	3	4	5
65	Me reúno con las personas que tienen el mismo problema que yo.	1	2	3	4	5
66	Cuando tengo problemas, me aíso para poder evitarlos.	1	2	3	4	5
67	Me considero culpable de los problemas que me afectan.	1	2	3	4	5
68	Ante los problemas, evito que otros sepan cómo me siento.	1	2	3	4	5
69	Pido a Dios que cuide de mí.	1	2	3	4	5
70	Me siento contento(a) de cómo van las cosas.	1	2	3	4	5
71	Hablo acerca del problema con personas que tengan más experiencia que yo.	1	2	3	4	5
72	Consigo apoyo de otros, como de mis padres o amigos, para solucionar mis problemas.	1	2	3	4	5

73	Pienso en distintas formas de enfrentarme al problema	1	2	3	4	5
74	Me dedico a mis tareas en vez de salir.	1	2	3	4	5
75	Me preocupo por el futuro del mundo.	1	2	3	4	5
76	Procuro pasar más tiempo con la persona con quien me gusta salir.	1	2	3	4	5
77	Hago lo que quieren mis amigos.	1	2	3	4	5
78	Me imagino que las cosas van a ir mejor.	1	2	3	4	5
79	Sufro dolores de cabeza o de estómago.	1	2	3	4	5
80	Encuentro una forma de aliviar la tensión; por ejemplo, llorar o gritar o beber o tomar drogas.	1	2	3	4	5

### Inventario de Autoevaluación (Idare)

E-E					
Nº	ITEMS	No En Lo Absoluto	Un Poco	Bastante	Mucho
1	Me Siento Calmado (A)				
2	Me Siento Seguro (A)				
3	Estoy Tenso (A)				
4	Estoy Contrariado (A)				
5	Estoy A Gusto				
6	Me Siento Alterado (A)				
7	Estoy Preocupado (A) Actualmente Por Algún Posible Contratiempo				
8	Me Siento Descansado (A)				
9	Me Siento Ansioso (A)				
10	Me Siento Cómodo (A)				
11	Me Siento Con Confianza En Mí Mismo (A)				
12	Me Siento Nervioso (A)				
13	Me Siento Agitado (A)				
14	Me Siento “A Punto De Explotar”				
15	Me Siento Reposado (A)				
16	Me Siento Satisfecho (A)				
17	Estoy Preocupado (A)				
18	Me Siento Muy Agitado (A)				
19	Me Siento Alegre				
20	Me Siento Bien				
E-R					
		Casi Nunca	Algunas Veces	Frecuentemente	Casi Siempre
21	Me Siento Bien				
22	Me Canso Rápidamente				
23	Siento Ganas De Llorar				
24	Quisiera Ser Tan Feliz Como Otros Pueden Serlo				
25	Pierdo Oportunidades Por No Poder Decidirme Rápidamente				
26	Me Siento Descansado (A)				





27	Soy Una Persona “Tranquila, Serena Y Calmada”				
28	Siento Que Las Dificultades Se Me Amontonan Al Punto De No Poder Superarlas				
29	Me Preocupo Demasiado Por Cosas Sin Importancia				
30	Soy Feliz				
31	Tomo Las Cosas Muy A Pecho				
32	Me Falta Confianza En Mí Mismo				
33	Me Siento Seguro (A)				
34	Procuro Evitar Enfrentarme A Las Crisis Y Dificultades				
35	Me Siento Melancólico (A)				
36	Me Siento Satisfecho (A)				
37	Algunas Ideas Poco Importantes Pasan Por Mi Mente Y Me Molestan				
38	Me Afectan Tanto Los Desengaños Que No Me Los Puedo Quitar De La Cabeza				
39	Soy Una Persona Estable				
40	Cuando Pienso En Mis Preocupaciones Actuales Me Pongo Tenso (A) Y Alterado (A)				

Anexo 3

Hoja de respuesta para escala de afrontamiento

ADOLESCENTES GENERO: EDAD: ESCUELA:

	1	2	3	4	5		1	2	3	4	5		1	2	3	4	5		1	2	3	4	5		1	2	3	4	5	Puntuación total	Puntuación ajustada							
1						19						37						55						71								X4						
2						20						38						56						72								X4						
3						21						39						57						73								X4						
4						22						40						58						74								X4						
5						23						41						59						75								X4						
6						24						42						60						76								X4						
7						25						43						61						77								X4						
8						26						44						62						78								X4						
9						27						45						63						79								X4						
10						28						46						64						80 ANOTA CUALQUIER OTRA COSA QUE SUELAS HACER PARA AFRONTAR TUS PROBLEMAS							X5							
11						29						47						65																		X5		
12						30						48						66																			X5	
13						31						49						67																				X5
14						32						50						68																				X5
15						33						51						69																				X5
16						34						52						70																				X5
17						35						53																										X7
18						36						54																					X7					

#### Anexo 4

#### Criterios para evaluación del coeficiente de correlación

Valor	Significado
[-1.00]	Correlación negativa perfecta
<-1.00 — -0.90]	Correlación negativa muy alta
<-0.90 — -0.70]	Correlación negativa alta
<-0.70 — -0.40]	Correlación negativa moderada
<-0.40 — -0.20]	Correlación negativa baja
<-0.20 — -0.00>	Correlación negativa muy baja
[0.00]	Correlación nula
<0.00 — 0.20>	Correlación positiva muy baja
[0.20 — 0.40>	Correlación positiva baja
[0.40 — 0.70>	Correlación positiva moderada
[0.70 — 0.90>	Correlación positiva alta
[0.90 — 1.00>	Correlación positiva muy alta
[1.00]	Correlación positiva perfecta

## Anexo 5

### Consentimiento informado

Mediante la firma de este documento, autorizo mi participación en la investigación titulada “AFRONTAMIENTO Y ANSIEDAD EN ESTUDIANTES DE UNA INSTITUCIÓN EDUCATIVA PRIVADA, COMAS - 2018”.

Además, doy fe que de manera voluntaria participo en el estudio, asimismo se pone en conocimiento que la información que aporta es confidencial, por lo que no revelará a otras personas, por lo tanto, no afectará una situación personal, ni de salud, ni de ningún tipo.

Comas, 2018

\_\_\_\_\_

Firma del estudiante

DNI: \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

Firma del investigador

DNI 76303163



1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32	33	34	35	36	37	38	39	40	41	42	43	44	45	46	47	48	49	50	51	52	53	54	55	56	57	58	59	60	61	62	63	64	65	66	67	68	69	70	71	72	73	74	75	76	77	78	79	80	81	82	83	84	85	86	87	88	89	90	91	92	93	94	95	96	97	98	99	100	101	102	103	104	105	106	107	108	109	110	111	112	113	114	115	116	117	118	119	120	121	122	123	124	125	126	127	128	129	130	131	132	133	134	135	136	137	138	139	140	141	142	143	144	145	146	147	148	149	150	151	152	153	154	155	156	157	158	159	160	161	162	163	164	165	166	167	168	169	170	171	172	173	174	175	176	177	178	179	180	181	182	183	184	185	186	187	188	189	190	191	192	193	194	195	196	197	198	199	200	201	202	203	204	205	206	207	208	209	210	211	212	213	214	215	216	217	218	219	220	221	222	223	224	225	226	227	228	229	230	231	232	233	234	235	236	237	238	239	240	241	242	243	244	245	246	247	248	249	250	251	252	253	254	255	256	257	258	259	260	261	262	263	264	265	266	267	268	269	270	271	272	273	274	275	276	277	278	279	280	281	282	283	284	285	286	287	288	289	290	291	292	293	294	295	296	297	298	299	300	301	302	303	304	305	306	307	308	309	310	311	312	313	314	315	316	317	318	319	320	321	322	323	324	325	326	327	328	329	330	331	332	333	334	335	336	337	338	339	340	341	342	343	344	345	346	347	348	349	350	351	352	353	354	355	356	357	358	359	360	361	362	363	364	365	366	367	368	369	370	371	372	373	374	375	376	377	378	379	380	381	382	383	384	385	386	387	388	389	390	391	392	393	394	395	396	397	398	399	400	401	402	403	404	405	406	407	408	409	410	411	412	413	414	415	416	417	418	419	420	421	422	423	424	425	426	427	428	429	430	431	432	433	434	435	436	437	438	439	440	441	442	443	444	445	446	447	448	449	450	451	452	453	454	455	456	457	458	459	460	461	462	463	464	465	466	467	468	469	470	471	472	473	474	475	476	477	478	479	480	481	482	483	484	485	486	487	488	489	490	491	492	493	494	495	496	497	498	499	500	501	502	503	504	505	506	507	508	509	510	511	512	513	514	515	516	517	518	519	520	521	522	523	524	525	526	527	528	529	530	531	532	533	534	535	536	537	538	539	540	541	542	543	544	545	546	547	548	549	550	551	552	553	554	555	556	557	558	559	560	561	562	563	564	565	566	567	568	569	570	571	572	573	574	575	576	577	578	579	580	581	582	583	584	585	586	587	588	589	590	591	592	593	594	595	596	597	598	599	600	601	602	603	604	605	606	607	608	609	610	611	612	613	614	615	616	617	618	619	620	621	622	623	624	625	626	627	628	629	630	631	632	633	634	635	636	637	638	639	640	641	642	643	644	645	646	647	648	649	650	651	652	653	654	655	656	657	658	659	660	661	662	663	664	665	666	667	668	669	670	671	672	673	674	675	676	677	678	679	680	681	682	683	684	685	686	687	688	689	690	691	692	693	694	695	696	697	698	699	700	701	702	703	704	705	706	707	708	709	710	711	712	713	714	715	716	717	718	719	720	721	722	723	724	725	726	727	728	729	730	731	732	733	734	735	736	737	738	739	740	741	742	743	744	745	746	747	748	749	750	751	752	753	754	755	756	757	758	759	760	761	762	763	764	765	766	767	768	769	770	771	772	773	774	775	776	777	778	779	780	781	782	783	784	785	786	787	788	789	790	791	792	793	794	795	796	797	798	799	800	801	802	803	804	805	806	807	808	809	810	811	812	813	814	815	816	817	818	819	820	821	822	823	824	825	826	827	828	829	830	831	832	833	834	835	836	837	838	839	840	841	842	843	844	845	846	847	848	849	850	851	852	853	854	855	856	857	858	859	860	861	862	863	864	865	866	867	868	869	870	871	872	873	874	875	876	877	878	879	880	881	882	883	884	885	886	887	888	889	890	891	892	893	894	895	896	897	898	899	900	901	902	903	904	905	906	907	908	909	910	911	912	913	914	915	916	917	918	919	920	921	922	923	924	925	926	927	928	929	930	931	932	933	934	935	936	937	938	939	940	941	942	943	944	945	946	947	948	949	950	951	952	953	954	955	956	957	958	959	960	961	962	963	964	965	966	967	968	969	970	971	972	973	974	975	976	977	978	979	980	981	982	983	984	985	986	987	988	989	990	991	992	993	994	995	996	997	998	999	1000
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	------



