



FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD

Carrera de Psicología

“CLIMA FAMILIAR Y ESTRATEGIAS DE AFRONTAMIENTO
AL ESTRÉS EN ESTUDIANTES DE PSICOLOGÍA DE UNA
UNIVERSIDAD PRIVADA DE CAJAMARCA”

Tesis para optar el título profesional de:

Licenciada en Psicología

Autora:

Ruth Renee Marin Nomberto

Asesor:

Mg. Eduardo Alonso Farfán Cedrón

Cajamarca - Perú

2020

ACTA DE AUTORIZACIÓN PARA SUSTENTACIÓN DE TESIS

El asesor Mg. Eduardo Alonso Farfán Cedrón, docente de la Universidad Privada del Norte, Facultad de Ciencias de la Salud, Carrera Profesional de **PSICOLOGÍA** ha realizado el seguimiento del proceso de formulación y desarrollo de la tesis de la estudiante:

- Ruth Renee Marin Nomberto

Por cuanto, **CONSIDERA** que la tesis titulada: "CLIMA FAMILIAR Y ESTRATEGIAS DE AFRONTAMIENTO AL ESTRÉS EN ESTUDIANTES DE PSICOLOGÍA DE UNA UNIVERSIDAD PRIVADA DE CAJAMARCA" para aspirar al título profesional de: Licenciada en Psicología por la Universidad Privada del Norte, reúne las condiciones adecuadas, por lo cual **AUTORIZA** al o a los interesados para su presentación.

Mg. Eduardo Alonso Farfán Cedrón
Asesor

ACTA DE APROBACIÓN DE LA TESIS

Los miembros del jurado evaluador asignados han procedido a realizar la evaluación de la tesis de la estudiante: Ruth Renee Marin Nomberto para aspirar al título profesional con la tesis denominada: "CLIMA FAMILIAR Y ESTRATEGIAS DE AFRONTAMIENTO AL ESTRÉS EN ESTUDIANTES DE PSICOLOGÍA DE UNA UNIVERSIDAD PRIVADA DE CAJAMARCA"

Luego de la revisión del trabajo, en forma y contenido, los miembros del jurado concuerdan:

Aprobación por unanimidad

Aprobación por mayoría

Calificativo:

Excelente [20 – 18]

Sobresaliente [17 – 15]

Bueno [14 – 13]

Desaprobado

Calificativo:

Excelente [20 – 18]

Sobresaliente [17 – 15]

Bueno [14 – 13]

Firman en señal de conformidad:

Dr. Max A. Cabanillas Castrejón
Jurado

Dr. Juan Pablo Sarmiento Longo
Jurado

Dr. Francisco López Lara
Jurado

DEDICATORIA

A Dios, por brindarme la oportunidad de seguir avanzando y cumpliendo metas personales y profesionales, brindándome las personas y herramientas oportunas para seguir mi formación como Psicóloga, carrera la cual elegí no por pasión a ella, si no por lo que se hace y logra a través de ella.

AGRADECIMIENTO

A Dios, por la vida, las pruebas y la fortaleza que me brindo a través de maravillosas
personas que ha puesto en mi camino.

A mi hija Romina por ser mi fuente de fuerza para seguir adelante.

A Jhordy por ser mi compañero de vida.

A mis padres por enseñarme lo difícil que es la vida, pero que con esfuerzo y amor, se
vuelve todo más liviano; mi madre por enseñarme esa fuerza para seguir el día a día y mi
padre con la firmeza y la actitud que debes seguir avanzando.

A mis hermanos, los cuales fueron mi motor de seguir luchando.

A mis docentes por ser guía en el camino, no solo por el aprendizaje brindado, si no por su
gran ejemplo como seres humanos.

A mis asesores, por el apoyo incondicional en el transcurso de mi aprendizaje, en especial
a mi asesor Eduardo Farfán.

A Andy por su apoyo en todo momento.

A mis hermanas/os de corazón por unirnos a la lucha de cumplir nuestras metas.

Y a cada ser que se cruzó en mi vida y me enseñó que con bondad y firmeza cumplirás lo
que te propones.

Tabla de contenido

Acta de autorización para sustentación de Tesis.....	2
Acta de aprobación de tesis.....	3
DEDICATORIA.....	5
AGRADECIMIENTO.....	6
ÍNDICE DE TABLAS.....	8
Resumen.....	9
Abstract.....	10
CAPÍTULO I. INTRODUCCIÓN.....	11
1.1. Realidad Problemática.....	11
1.2. Formulación del problema.....	18
1.3. Objetivos.....	18
1.4. Hipótesis.....	19
CAPÍTULO II. METODOLOGÍA.....	20
2.1. Tipo de investigación.....	20
2.2. Población y muestra.....	20
2.3. Técnicas e instrumentos de recolección y análisis de datos.....	22
2.4. Consideraciones éticas.....	31
2.5. Procedimiento y análisis de datos.....	32
CAPÍTULO III. RESULTADOS.....	33
CAPÍTULO IV. DISCUSIÓN Y CONCLUSIONES.....	41
4.1. Discusión.....	41
4.2. Conclusiones.....	49
4.3. Recomendaciones.....	50
REFERENCIAS.....	51
ANEXOS.....	55

ÍNDICE DE TABLAS

Tabla 1 <i>Características Sociodemográficas de los/las estudiantes</i>	pág.21
Tabla 2 <i>Técnicas e instrumentos de recolección</i>	pág.22
Tabla 3 <i>Escala de Clima Social en la Familia (FES)</i>	pág.24
Tabla 4 <i>Escala de Afrontamiento BriefCope28</i>	pág.28
Tabla 5 <i>Sub-escalas e ítems de la Escala del BriefCope28</i>	pág.29
Tabla 6 <i>Escala de Afrontamiento BriefCope 28 adaptado según criterio de claridad</i>	pág.69
Tabla 7 <i>Confiabilidad del Alfa de Crombach – BriefCope</i>	pág.61
Tabla 8 <i>Clima familiar</i>	pág.33
Tabla 9 <i>Nivel de afrontamiento</i>	pág.33
Tabla 10 <i>Tipo de afrontamiento según sexo</i>	pág.35
Tabla 11 <i>Tabla cruzada de las sub dimensiones del Clima Familiar y la Relación de padres</i>	pág.36
Tabla 12 <i>Prueba de Normalidad</i>	pág.38
Tabla 13 <i>Puntuación del TE</i>	pág.39
Tabla 14 <i>Correlación de variables y sub dimensiones</i>	pág.40

RESUMEN

La familia es fundamental en la determinación del uso de estrategias de afrontamiento. El presente estudio, tuvo como objetivo principal determinar la relación entre el clima familiar y estrategias de afrontamiento en estudiantes de Psicología en una Universidad Privada de la Ciudad de Cajamarca. Se evaluó a una muestra de 82 estudiantes de los cuales un 67.1% son mujeres y un 32.9% son varones, con un rango de edad de 18 a 20 años, seleccionada a través de una técnica probabilística. Se hizo uso de la Escala de Clima Socio Familiar (FES) y la Escala de afrontamiento al estrés BriefCope28 y, para el análisis y procesamiento de datos se hizo uso de técnicas inferenciales. Se encontró una relación significativa, baja y directa entre clima familiar y afrontamiento al estrés. Se halló una correlación altamente significativa entre clima familiar y la dimensión de afrontamiento enfocada en el problema, más no se encontró relación con la dimensión enfocada en emoción. Se relacionó las sub dimensiones del clima familiar y estrategias de afrontamiento hallando una relación significativa entre ellas. Por ende si se vivencia un clima familiar negativo, implica el uso de estrategias no adaptativas y viceversa.

Palabras clave: Estrés, afrontamiento, familia y estudiantes.

ABSTRACT

The family is fundamental in determining the use of coping strategies. The main objective of this study was to determine the relationship between family climate and coping strategies in Psychology students at a Private University of the City of Cajamarca. A sample of 82 students was evaluated, of which 67.1% are female and 32.9% are male with an age range of 18 to 20 years, selected through a probabilistic technique. The Social Family Climate Scale (FES) and the Brief Cope Coping Scale 28 were used, and inferential techniques were used for data analysis and processing. A significant, low and direct relationship was found between family climate and coping with stress. A highly significant correlation was found between family climate and the problem-focused dimension of coping, but no relationship was found with the emotion-focused dimension. The sub-dimensions of family climate and coping strategies were related, finding a significant relationship between them. Therefore, if a negative family climate is experienced, it implies the use of non-adaptive strategies and the other way around.

Keywords: Stress, coping, family and students.

CAPÍTULO I. INTRODUCCIÓN

1.1. Realidad problemática

En la actualidad la mayoría de la población estudiantil que da inicio a un periodo universitario, se encuentra en un rango de edad comprendida entre los 18 a 21 años de edad (Gutgesell & Payne, 2004); en la que sufren una serie de cambios físicos, cognitivos, psicológicos y sociales (Papalia, Feldman, & Martorell, 2012).

Por ende el ingreso a la universidad constituye un proceso de adaptación, enfrentándose a una variedad de retos, entre ellos: cambios de rutina, alta demanda de trabajos académicos, amplitud del círculo social, dudas vocacionales y presión familiar, entre otros (Sánchez, Álvarez, Flores, Arias y Saucedo, 2013), generando situaciones de estrés (Santos-Morocho, 2016)

Dado esto, la familia constituye un sistema primordial de soporte (Wood, Miller y Heather, 2015) con sus reglas y funciones dinámicas (Parra y Oliva, 2006) en sincronía de los cambios propios del desarrollo humano (De la fuente, Martínez-Vicente, Gonzales-Torres, & Artuch, 2014) que ayuda al desarrollo individual y de sus miembros (García-Moran y Gil-Lacruz, 2016), brindando un contexto socio educativo de pensamientos y conductas aprendidas (Huamani, 2016); en el desarrollo de competencias parentales protectoras (Sifuentes, 2018).

Ante ello, el afrontamiento, hace referencia al esfuerzo cognitivo, emocional y conductual en el manejo de toleración al mismo, permitiendo responder en situaciones conflictivas (Morales, 2018), reducir la tensión y restablecer el equilibrio (Caycho, 2016).

Mas aun en estudiantes de la salud (Ticona, Paucar, & Llerena, 2010) en especial de psicología, ya que las razones que los incita a estudiar la carrera

denotan la búsqueda de superación de problemas emocionales (Gámez y Marrero, 2000) y sus relaciones sociales (Muñoz, Vega, Berra, Nava y Gómez, 2015).

Esto podría indicar en ellos cierta sensibilidad a las nuevas exigencias académicas, sociales y familiares, los que son percibidos como estresores, principalmente en estudiantes de entre 19 y 20 años (Ticona et al., 2010) que podrían presentar un mayor nivel de estrés (severo) en los dos primeros años universitarios (Ticona et al., 2010).

Considerando al clima familiar como aquel ambiente formador del comportamiento humano (Cantero-García y Alonso-Tapia, 2017) el cual comprende la interacción de la percepción (Verdugo-Lucero et al., 2013) e interpretación de características socio ambientales (Rojas y Linares, 2015) en el marco de relaciones interpersonales, aspectos de desarrollo y estructura básica de los integrantes (Zimmer-Gembeck & Locke, 2007), aplicado en tres dimensiones: relacional, desarrollo y estabilidad (Guerrero, 2014).

Teniendo en cuenta cuatro sub dimensiones del clima familiar, entre ellas cohesión, grado en que cada integrante familiar esta compenetrado y se apoyan entre sí; así mismo la expresión, grado en que se le invita a participar libremente y expresar sus emociones (Ruiz, 2015).

De igual importancia se tiene la sub dimensión social-recreativa referida al grado de participación en actividades relacionadas con el entretenimiento (Rosales & Espinoza, 2008) y para concluir se tiene a la moralidad-religiosidad, que señala el interés que se le da a los valores religiosos en la familia (Moos, Moos, & Trickett, 1989), mediante el cual se crean valores, actitudes y habilidades para adaptarse, enfrentar y solucionar conflictos (Romero, Riggs, & Ruggero, 2015), denotando lo complejo del sistema familiar y como es que este interviene en el desarrollo del

estudiante universitario en un estado positivo o negativo en la elección de la estrategia de afrontamiento (Alonso, Simón, & Asensio, 2013).

De esta manera, un clima familiar positivo hace referencia a un ambiente fundamentado en la cohesión (Maguiña, 2017), comunicación (Caycho, 2016) y apoyo entre padres e hijos (Iurea, 2016); en contraste a ello se tiene a un clima familiar negativo el cual será carente de los elementos mencionados (Moreno, Estévez, Murgui, & Musitu, 2009).

Es por ello, que cuando se desea conocer el comportamiento del individuo, los especialistas en el sistema familiar optan por estudiarlo con relación a las interacciones dinámicas entre sus miembros (Minuchin, 2009), tomando como base el modelo sistémico, que considera a la familia como un conjunto interdependiente en constante interacción (Parra y Oliva, 2006), que construye una totalidad mediante pensamientos, valores y creencias compartidas tras las experiencias vividas (Eguiluz, 2003).

Más aún cuando este sistema se inserta dentro de un grupo social más amplio, como la universidad, en el que se tienen intercambios directos de interacción (Romero et al., 2015) mediante el cual, el grupo familiar brinda al estudiante universitario la oportunidad de apreciar y aprender indirectamente las diferentes maneras de afrontamiento para manejar los problemas generadores de estrés (Amarís, Madariaga, Valle & Zambrano, 2013).

Teniendo dos direcciones en las maneras de afrontamiento: dirigido al problema, este parte cuando las condiciones que se le presentan al estudiante resultan tomadas como indicadores de cambio (Markova & Nikitskaya, 2014), de esta manera sus estrategias estarán dirigidas a definir el problema, buscar diversas opciones y soluciones en relación con lo que se hará y el beneficio que se tendrá (Alcántara,

2014), dentro del mismo se tiene a dos estrategias, soporte emocional referido a conseguir respaldo de sus emociones y también se tiene a la aceptación, denotando el hecho de aceptar que lo que está ocurriendo, es real (Lazarus & Folkman, 1986 citado en Herrera y Ramos, 2016).

De otra forma se tiene al afrontamiento dirigido a la emoción, en la que un estudio local refiere que la persona percibe que no puede hacer nada para cambiar las condiciones amenazantes de su entorno (Alcántara, 2014), por lo que recurre al uso de procesos cognitivos para intentar disminuir la alteración emocional que este provoca, teniendo a la renuncia, referido a la reducción de esfuerzos para tratar con el problema (Móran, Landero y Gonzales, 2009) y auto culpa, enfocado en criticarse y culparse a sí mismo sobre el estresor (Oros & Vargas, 2012).

Considerando que el estrés es generado por factores externos (Lazarus y Folkman, 1986 citado en Hamid, Dong, & Mei, 2003), tras una situación desencadenante que perturba el estado de equilibrio de la persona y por ende su ambiente (Aunola, Nurmi, & Seiffge-Krenke, 2009) tras los esfuerzos cognitivos y conductuales desarrollados para manejar demandas externas o internas (Lazarus y Folkman, 1986 citado en Hamid et al., 2003) que son desbordantes de los recursos de la persona (Markova & Nikitskaya, 2014); pues así el enfoque cognitivo conductual, considera que la manera en que afronte la situación en su mayoría son los recursos modelados y reforzados por el sistema primario (Romero et al., 2015).

Los cuales contribuyen a la construcción de la propia identidad del estudiante universitario (Guerrero, 2014), ya que lo ideal es que cada integrante brinde satisfacción de las necesidades básicas que se requieren (Reusche, 1994 citado en Ruiz, 2015), sin embargo, un estudio revela que el exceder las necesidades reales del estudiante está asociado a un clima familiar más crítico

(Segrin, Givertz, Swaitkowski, & Montgomery, 2015) y por lo tanto mayores probabilidades de uso de estrategias no adaptativas (Cárdenas, 2016).

Teniendo a la persona como procesador activo de información, estímulo de impacto en el sistema capaz de entablar un diálogo autorreferente (Kriz, 1994 citado en Rahat & İlhan, 2016), el cual puede mantener estable el sistema adaptándose a los cambios, o tener la capacidad de desarrollo y de transformación (Ochoa, 1995 citado en Minuchin, 2009).

En este contexto, se denota el proceso de resistencia individual a los entornos adversos (Cyrulink, 2002), uno de ellos probablemente sea la familia; optando por buscar referentes más allá del entorno próximo (Rahat & İlhan, 2016), en los que se avala para potenciar su desarrollo personal y social más allá de las experiencias vividas (Lila, Musitu, & Buelga, 2000); es por ello que una investigación a nivel nacional relaciona el clima familiar con el bienestar psicológico, no encontrando relación significativa, sin embargo al relacionar afrontamiento al estrés y bienestar psicológico si denota una correlación significativa (Cárdenas, 2016).

Considerando que mediante estas teorías se explica la relación que tiene el clima familiar con la elección de las diversas formas de afrontamiento (Parra y Oliva, 2006) puesto que un estudio local considera la relación altamente significativa que existe entre satisfacción familiar y afrontamiento al estrés, pues así el 45% de la población que percibe un alto nivel de satisfacción familiar, 36% bajo y 22% promedio, por ende en su mayoría hacen uso de estrategias adaptativas (Cuenca, 2019), lo cual es reflejado por conductas adaptables o no en el contexto universitario (Perez, Menendez y Hidalgo, 2014).

Por ende, un estudio internacional da a conocer que aquellos individuos que tienen conductas des adaptativas hacen mayor uso de estrategias referidas al escape y evitación, en contraste con el grupo de estudiantes con conductas de control enfocadas en el uso de resolución de problemas, a la vez se tiene en cuenta que ambos grupos tienden a hacer uso de la búsqueda de apoyo (Markova & Nikitskaya, 2014).

Es así como el apoyo familiar contribuye en la moderación del afrontamiento dirigido al problema (Romero et al., 2015) pues así se denota la relación entre dimensiones de Clima Social Familiar y áreas de adaptación de conductas (Araujo y Ezaine, 2015).

Por otro lado, se tiene en cuenta que cualquier situación genera un pensamiento y sentimiento, interferido por creencias para determinar la forma en la que se actuará (Amarís et al., 2013) es por ello que la manera en que se percibe e interprete el clima familiar es determinante en el modo en el que se afronte al estrés (Rosales & Espinoza, 2008).

Acotando con ello, estudios a nivel internacional confirman que aquellos estudiantes que perciben un clima familiar con alto nivel de cohesión, expresividad y bajo conflicto tienden a elegir estilos de afrontamiento constructivos (Hamid et al., 2003), como compromiso y la búsqueda de soporte (Shih & Shen, 2015) caso contrario optan por estilos de escape como el afrontamiento negativo (Acosta-Zapata, López-Ramón, Martínez-Cortés, & Zapata-Vásquez, 2017), en la adaptación a la vida universitaria (Rahat & İlhan, 2016).

En otro alcance, un estudio exploró la relación del optimismo con las características individuales y activos familiares (apoyo e involucramiento percibido

familiar), teniendo que el auto concepto positivo, síntomas depresivos bajos y la alta percepción de apoyo familiar se relaciona fuertemente con el optimismo (Thomson, Schonert-Reichl & Oberle, 2014), esto denota la importancia de las características personales, ya que aquellas personas que cuentan con un elevado optimismo tienden a estrategias de afrontamiento enfocadas en la solución de problemas en contraste con los pesimistas (Martínez, Reyes, García y Gonzales, 2006 citado Cabanach, Fariña, Freire, Gonzáles, & Ferrádas, 2013).

Así mismo, se tiene en cuenta el sexo considerando que en un estudio las mujeres escogen la búsqueda de apoyo social y los hombres resolución de conflictos (Cabanach et al., 2013), ello implica, tener en cuenta los diferentes niveles de estrés percibidos según sexo, presentando mayores niveles de estrés, las mujeres (57,5%) frente a los hombres (42.5%) (Calvarro, 2016), lo cual explica mayor vulnerabilidad de estrés en las mujeres (Yune, Park, Chung, & Lee, 2011).

En tal sentido, se argumentó que las diferencias encontrada pueden ser producto de doctrinas morales (Mullis & Chapman, 2000) y espirituales (Erickson, 1992) puesto que se toma en cuenta la educación desemejante en la que posiblemente son formados (Piko, 2001), pese a que en la actualidad la educación transmite valores igualitarios (Lobato, Jenaro, Flores y Rodriguez-Becerra, 2016).

Según lo expuesto, a nivel local denota una alto interés en el estudio de las variables relacionadas con otros factores de la salud mental; así mismo, el Instituto Nacional de Estadística e Informática [INEI], (2017), considera la numerosa cantidad de estudiantes que optan por la educación en universidades privadas y las demandas inmiscuidas a ello, es así que la presente investigación pretende determinar la relación que existe entre el clima social familiar y las estrategias de

afrentamiento en estudiantes de Psicología de una Universidad Privada de la
Ciudad de Cajamarca.

1.2. Formulación del problema

¿Cuál es la relación entre clima familiar y estrategias de afrontamiento al estrés en
estudiantes de Psicología en una Universidad Privada de la Ciudad de Cajamarca?

1.3. Objetivos

1.3.1. Objetivo general

Determinar la relación entre el clima familiar y las estrategias de
afrentamiento al estrés en estudiantes de Psicología en una Universidad
Privada de la Ciudad de Cajamarca.

1.3.2. Objetivos específicos

- a) Establecer la relación entre el clima familiar y las dimensiones de estrategias
de afrontamiento al estrés en estudiantes de Psicología en una Universidad
Privada de la Ciudad de Cajamarca.
- b) Determinar la relación entre las sub dimensiones del clima familiar y
estrategias de afrontamiento al estrés en estudiantes de Psicología en una
Universidad Privada de la Ciudad de Cajamarca.

1.4. Hipótesis

1.4.1. Hipótesis general

Existe relación directa entre clima familiar y estrategias de afrontamiento al estrés en estudiantes de Psicología en una Universidad Privada de la Ciudad de Cajamarca.

1.4.2. Hipótesis específicas

- a) Existe relación directa entre clima familiar y las dimensiones de estrategias de afrontamiento al estrés en estudiantes de Psicología en una Universidad Privada de la Ciudad de Cajamarca.
- b) Existe relación directa entre las sub escalas de clima familiar y estrategias de afrontamiento al estrés en estudiantes de Psicología en una Universidad Privada de la Ciudad de Cajamarca.

CAPÍTULO II. METODOLOGÍA

2.1. Tipo de investigación

El tipo de investigación es básica y correlacional (McMillan y Schumacher, 2005, Ato y Vallejo, 2015, Hernández, Fernández y Baptista, 2010)

2.2. Población y muestra

2.2.1 Población

La población está referida a un conjunto de elementos con características peculiares (Ato y Vallejo, 2015), siendo un total de 104 alumnos/as. Teniendo en cuenta los criterios de selección:

a) Criterios de inclusión:

- Tener el rango de edad de 18 a 20 años.
- Cursar la Carrera de Psicología en una Universidad Privada de Cajamarca
- Cursar los tres primeros ciclos de la Carrera de Psicología.

2.2.2. Muestra

La muestra es un subconjunto representativo (Ato y Vallejo, 2015) para la recolección de información (Corral, Corral y Corral, 2015), en función al tipo de muestreo probabilístico, ya que se hace uso de fórmulas probabilísticas (Corral et al., 2015), como la aplicación de la fórmula de universos finitos, teniendo como resultado una muestra de 82 estudiantes.

$$n = \frac{z^2 PQN}{E^2 * (N - 1) + z^2 PQ}$$

De los/as cuales un 67.1% son mujeres y un 32.9% son varones, destacando que un 59.8% tiene 18 años, 20.7% tiene 20 años y un 19.5% tiene 19 años. Así mismo, un 75.1% pertenecen alguna religión creyente a Dios y el 24.40% no; siendo

un total de 97.6% que son solteros(as) y un 2.4% son convivientes, de los cuales un 37.8% cursa el tercer ciclo, un 35.4% cursa el primer ciclo y un 26.8% el segundo ciclo.

Por otro lado, un 70.7% vive con su familia, un 25.6% solo(a) y un 3.7% con su pareja. Considerando el estado civil de sus padres un 36.6% son casados, un 28 % son separados, un 23.2% convivientes, un 9.8% son divorciados y un 2.4% se encuentran viudos(as), finalmente se tiene en cuenta la relación que llevan sus padres de los cuales refiere que un 54.9% tiene una relación buena, un 34.1% regular y un 11% mala. (Ver Tabla 1)

Tabla 1

Características Sociodemográficas de los/las estudiantes

CARACTERÍSTICAS	Nº	%
Sexo		
Mujeres	55	67.1%
Varones	27	32.9%
Edad		
18 años	49	59.8%
19 años	16	19.5%
20 años	17	20.7%
Religión		
Pertenece alguna religión creyente a Dios:		
Si	62	75.60%
No	20	24.40%
Estado Civil		
Soltero(a)s	80	97.6%
Conviviente	2	2.4%
Ciclo académico		
Primer ciclo	29	35.4%
Segundo ciclo	22	26.8%
Tercer ciclo	31	37.8%
Convivencia		

Familia	58	70.7%
Pareja	3	3.7%
Solo(a)	21	25.6%
Estado civil de padres		
Casados	30	36.6%
Divorciados	8	9.8%
Convivientes	19	23.2%
Separados	23	28.0%
Viuda(o)	2	2.4%
Relación entre padres		
Buena	45	54.9%
Regular	28	34.1%
Mala	9	11.0%
Total	82	100%

Fuente: Ficha sociodemográfica de la investigación.

2.3. Técnicas e instrumentos de recolección y análisis de datos

2.3.3. Técnicas e instrumentos de recolección:

Se procedió a la aplicación de instrumentos, los cuales son los siguientes:

Tabla 2

Técnicas e instrumentos de recolección

TÉCNICAS	INSTRUMENTO
Encuesta	Ficha Socio-demográfica
Escala	Escala de Clima Social en la Familia (FES)
Inventario	Escala de afrontamiento de BriefCope28

Fuente: Elaboración propia a partir de las técnicas e instrumentos de recolección.

a. Ficha socio-demográfica:

Este instrumento esta denominado por la autora como “Ficha socio-demográfica”, el cual está compuesto por 3 ítems: datos generales, contexto académico y contexto familiar, la cual fue creada para recolectar datos que se harán uso en la evaluación y contraste de resultados en la discusión.

Luego de ello se procederá a la aplicación de los siguientes instrumentos:

b. Escala de clima social en la familia (FES):

- Descripción de la Escala:

La presente Escala fue creada por Moos y Trickett (1982), luego fue estandarizada en Lima por Ruiz y Guerra (1993). La cual evalúa las características socio ambientales y las relaciones personales en la familia. Mencionada escala está compuesta por 90 ítems agrupados en tres dimensiones generales y a su vez en 10 sub- escalas.

Primero es la dimensión denominada relación, que evalúa el grado de comunicación, expresión e interacción de la familia. Estando compuesta por tres sub-escalas: cohesión, expresividad y conflicto. La segunda es la dimensión de desarrollo, que mide el grado de importancia que tienen algunos procesos de desarrollo personal, en la interacción de la familia; esta dimensión está comprendida en las sub escalas de: autonomía, actuación, intelectual – cultura, social- recreativa y moralidad – religiosidad.

Y la tercera es la dimensión de estabilidad, la cual proporciona información acerca de la estructura, organización y el grado de control que normalmente ejercen algunos integrantes sobre otros, dividiéndose en dos sub- escalas: organización y control.

Para la corrección del instrumento, se colocará la planilla sobre la hoja de respuestas y se contará de manera horizontal los verdaderos y falsos, cada coincidencia valdrá un punto, siendo la puntuación máxima de 9 en cada una de las 10 sub escalas, estas serán anotadas en la casilla de puntuación directa (PD). Posterior a ello se agruparán según las dimensiones que corresponden y se obtendrá el promedio. El resultado que obtenga cada evaluado, ya sea en las dimensiones o sub escalas, serán interpretados según cada categoría (muy mal, mal, tendencia media, media, tendencia buena, buena y muy buena) (Huamani, 2016).

I. **Ficha técnica:**

Tabla 3

Escala de Clima Social en la Familia (FES)

Nombre original:	Escala de Clima Social en la Familia (FES)
Autores:	R.H. Moos, B.S. Moos y E.J. Trickett
Estandarización:	Lima (1993) / Cesar Ruiz Alva y Eva Guerra Turín.
Aplicación:	Individual y colectiva
Ámbito de aplicación:	Adolescentes
Significación:	- Evaluar una serie de situaciones en las que se desenvuelve los miembros de una familia. - Evaluar las características socio- ambientales y las relaciones personales en la familia.
Duración:	Variable (20 minutos aproximadamente)
Número de ítems:	90 ítems
Tipificación:	Baremos para la forma individual o en grupo Familiar.
Dimensiones que mide:	1. Relaciones: (cohesión, expresividad, conflicto) -Cohesión (CO): Mide el grado en el que los

miembros del grupo familiar se apoyan entre sí.

-Expresividad (EX): Explora el grado en el que se permite y anima a los miembros de la familia a expresar libremente sus sentimientos.

-Conflicto (CT): Explora el grado en el que se expresan abiertamente la cólera, agresividad y conflicto entre los miembros de la familia.

Estas tres áreas nos hablan de la dimensión RELACIONES que mide el grado de comunicación y libre expresión dentro de la familia y el grado de interacción conflictiva que la caracteriza.

2. Desarrollo (autonomía, actuación, intelectual-cultural, social-recreativo y moralidad-religiosidad):

-Autonomía (AU): Grado en que los miembros de la familia están seguros de sí mismos, son independientes y toman sus propias decisiones.

-Actuación (AC): Grado en que las actividades tal como contextos académicos o laborales se enmarcan en una estructura competitiva.

-Intelectual – Cultural (IC): Grado de interés en las actividades de tipos político – intelectuales, culturales, sociales.

-Social – Recreativo (SR): Grado de

participación en diversas actividades de
esparcimiento.

-Moralidad-Religiosidad (MR): Importancia que
se le da a las prácticas y valores de tipo ético y
religioso.

Estas cinco áreas nos hablan de la dimensión
DESARROLLO, la cual evalúa la importancia
que tienen dentro de la familia ciertos procesos
de desarrollo personal, que pueden ser
fomentados o no, por la vida en común.

**3. Estabilidad (control y organización). Control
(CTL):** Grado en el que la dirección de la vida
familiar se atiene a reglas y procedimientos
establecidos.

-Organización (ORG): Importancia que se le da
en el hogar a la organización, planificación de
actividades y responsabilidades en la familia.

Estas dos áreas miden la dimensión ESTABILIDAD
que proporciona información sobre la estructura,
organización de la familia y el grado de control que
normalmente ejercen unos miembros de la familia
sobre otros.

Fuente: Elaboración propia a partir de la ficha técnica de la Escala (FES)

II. **Confiabilidad:**

Existen diferentes maneras para determinar la confiabilidad de un instrumento, entre ellas el análisis de homogeneidad de ítems (Alfa de Crombach), referido al grado en que los ítems de una escala se correlacionan entre sí (Hernández et al., 2010).

Estableciendo la consistencia interna de las pruebas, teniendo así que valores de alfa de Crombach entre 0,70 y 0,90 indican una buena consistencia interna (Celina & Campo, 2005).

En Perú, Ruíz y Guerra (1993), se realizó una estandarización en la ciudad de Lima, en el que se utilizó el coeficiente de Alfa de Crombach, haciendo uso del método de Consistencia interna, teniendo los coeficientes de confiabilidad que van de 0.80 a 0.91, con una media de 0.89 para el examen individual.

Así mismo, las áreas cohesión, intelectual – cultural, expresión y autonomía, son las más altas. (La muestra usada para este estudio fue de 139 jóvenes con un promedio de edad 17 años).

En el test – retest con 2 meses de lapso los coeficientes eran de 0.86 en promedio.

III. **Validez:**

En el estudio de Ruíz y Guerra (1993) en Lima, se probó la validez de la prueba correlacionándola con la prueba de Bell, en el área de Ajuste en el hogar (con adolescentes los coeficientes fueron en área Cohesión 0.57, Conflicto 0.60, Organización 0.51).

Con adultos los coeficientes fueron 0.60, 0.59, 0.57, respectivamente para las mismas áreas y Expresividad y 0.53, en el análisis a nivel del grupo familiar. Así mismo, se realiza la validación a través de otras variables con la prueba FES en la Escala TAMAI (Área Familiar) y al nivel individual los coeficientes en cohesión son de 0.62, expresividad de 0.53 y conflicto 0.5. Considerando que la muestra individual fue de 100 jóvenes y 77 familias (Álvarez y Morales, 2016).

c. Escala de Afrontamiento Brief Cope 28:

- Descripción de la Escala:

Este instrumento fue adaptado en 1997, siendo así la versión abreviada del inventario COPE que tiene como autor a Carver, Scheier y Weintraub (1989); el cual pretende identificar como los seres humanos reaccionan cuando se enfrentan a contextos estresantes. El “BriefCope” (Carver, Scheier, & Weintraub, 1997), contiene 28 ítems, tipo Likert de 4 puntos que van desde “Yo nunca hago esto” (=1) hasta “hago siempre esto” (=4) (Carver et al., 1997).

Ficha técnica:

Tabla 4

Escala de Afrontamiento BriefCope 28

Nombre:	Escala de Afrontamiento BriefCope 28
Autor:	Carver, Scheier y Weintraub
Año:	1997
Procedencia:	Estados Unidos (1997)
Adaptación al Español:	Consuelo Morán y Dionisio Manga (1999)
Significación:	Evaluar las diferentes estrategias de afrontamiento al

	estrés.
Tipo de aplicación:	Individual – grupal
Dimensiones:	Dirigido al problema Dirigido a la emoción
Total de ítems:	28 ítems
Duración:	Sin límite (15 a 20 minutos aproximadamente)
Aplicación:	Personas en general
Puntuación:	Variables psicológicas expresadas en escala de medición de intervalo.
Usos:	Clínico y en la investigación, teniendo a individuos potenciales que sean más propensos a situaciones de estrés
Materiales:	Test de afrontamiento

Fuente: Elaboración propia a partir de la Escala de Afrontamiento BriefCope 28.

Así mismo, esta escala consta de 14 sub escalas de dos ítems cada una que son:

Tabla 5

Sub-escalas e ítems de la Escala del BriefCope 28

Sub-escalas	Ítems
Afrontamiento activo	2 y 10
Planificación	6 y 26
Reformulación positiva	14 y 18
Aceptación	3 y 21
Humor	7 y 19
Búsqueda de apoyo emocional	9 y 17
Búsqueda de apoyo social	1 y 28
Renuncia	11 y 25

Auto distracción	4 y 22
Negación	5 y 13
Religión	16 y 20
Uso de sustancias	15 y 24
Auto culpa	8 y 27
Descarga emocional	12 y 23

Fuente: Elaboración propia a partir de las Sub-escalas e ítems de la Escala de Afrontamiento BriefCope 28.

I. Confiabilidad:

Esta versión fue administrada en Miami a personas que se recuperaban del Huracán Andrew, en donde la confiabilidad superó en muchos casos el 0.60 a excepción de las escalas de negación y aceptación; a pesar que las escalas solo están compuestas por dos ítems.

Esta escala ha sido utilizada en distintas investigaciones de diferentes países como Perú teniendo así, un estudio con una población conformada por 60 trabajadores del personal de enfermería de los centros de salud de nivel I-IV en la Ciudad de Cajamarca con una confiabilidad de Alfa de Crombach de: 0,76 evidenciando resultados positivos (Pita y Quiroz, 2019).

II. Validez:

En el presente estudio, la escala indica una validez de contenido, el cual se realizó a través del juicio de expertos, siendo expuesta a tres psicólogos clínicos mediante la tabla extraída según el modelo del autor Ventura-León (2019).

Así, los valores obtenidos al aplicar el V de Aiken son de 0.222 a

1.000, teniendo que los puntajes menores en su mayoría, están enfocados en el criterio de claridad, por lo que se adaptó el léxico de una manera comprensible y clara teniendo en cuenta el rango de edad y el contexto en el que se encuentran, según sugerencias de los jueces.

En el Anexo 8 se detalla el proceso de la adaptación (Ver Tabla 6).

2.4. Consideraciones éticas

La presente investigación cumple con las normas éticas de la investigación científica según Tamayo y Tamayo (2003):

- Búsqueda de la verdad, ya que los resultados no fueron manipulados a favor del investigador.
- Bienestar de la población y entorno, puesto que busca contribuir con información útil para acciones de promoción y prevención ante una problemática.
- Permiso consentido para la aplicación de instrumentos, ya que el rango de edad es de 18 a más años.
- Secreto profesional, en el que la información recolectada es reservada y guardada por la investigadora.

2.5. Procedimiento y análisis de datos

2.5.1 Procedimientos de recolección de información:

El proceso de recolección de información, implica elaborar un plan detallado de procedimientos para cumplir los objetivos. Procediendo a la presentación de un permiso dirigido al Director de Carrera, para luego evaluar en algún espacio físico facilitado por la Universidad. Seguido a ello, se elabora el consentimiento informado

(Ver anexo 05), mediante el cual el individuo expresa su intención de participar voluntariamente.

Luego de ello se procederá al llenado de una ficha sociodemográfica (Ver anexo 06), siguiendo así con la aplicación de dos instrumentos que medirán las variables, las cuales son Escala de Clima Social Familiar (FES) y la Escala de afrontamiento BriefCope 28, para que finalmente se procese los datos obtenidos y se tenga resultados.

2.5.2. Procedimientos de análisis de datos

Seguido de ello, se procedió a elaborar una matriz de datos en Microsoft Excel, para que posteriormente sus puntuaciones sean exportadas a un software denominado IBM SPSS Statistics. Al ser un estudio correlacional, inicialmente se realizó el análisis de normalidad de los datos a través del coeficiente Kolmogorov Smirnov, ya que la muestra es mayor a 50 y finalmente se hizo uso de estadísticos paramétricos, en el que se aplicó el coeficiente de correlación de Pearson (r-Pearson) dado que la prueba muestra normalidad ($p > 0.5$), haciendo un análisis de la significancia estadística, potencia y dirección de las diversas correlaciones.

CAPÍTULO III. RESULTADOS

La presente investigación determinó la Confiabilidad de Alfa de Crombach de la prueba del FES, teniendo como resultado a un .710 y en la escala de BriefCope 28 denota un Alfa de Crombach de .779 (Ver Tabla 7).

En el presente estudio, se hace mención de los resultados descriptivos, entre ellos tenemos que del total de evaluados un 61% tienen un nivel medio en relación con el clima familiar, así mismo un 23.2% tiene una tendencia a buen clima, sin embargo un 6.1% denota un mal clima, así también un 3.7 % presentó un buen clima, así como la tendencia a mala, y por último un 2.4%, refirió un nivel muy bueno (Ver Tabla 8).

Tabla 8

Clima familiar

Evaluados	Cantidad	Porcentaje
Tendencia mala	3	3.7%
Mala	5	9.8%
Media	50	61%
Tendencia buena	19	23.2 %
Buena	3	3.7%
Muy buena	2	2.4%
Total	82	100 %

Fuente: Procesamiento de datos de la Escala de Clima Familiar (FES)

Así mismo, del total de evaluados, un 89.0% tiene un mediano uso de estrategias de afrontamiento, un 8.5% bajo uso y un 2.4% un alto uso de ello (Ver Tabla 9).

Tabla 9

Nivel de afrontamiento

Evaluados	Cantidad	Porcentaje
Bajo uso	7	8.5%
Mediano uso	73	89.0%
Alto uso	2	2.4%
Total	82	100 %

Fuente: Procesamiento de datos de la Escala de afrontamiento (BriefCope28)

A su vez, se tiene en cuenta el tipo de afrontamiento según sexo, denotando mayor uso en las mujeres con un 67% ante los varones con un 33%; siendo importante resaltar que de los cuatro sub escalas consideradas en la investigación, la aceptación, mostró una notoria diferencia, 75% de uso en mujeres y un 25% en varones, así mismo de renuncia con 85% en mujeres y 15% en varones; sin embargo, búsqueda de apoyo emocional y auto culpa tienen cercanía de porcentajes, un 57% en mujeres y un 43% en varones.

Además de ello, se consideró el tipo de afrontamiento de descarga emocional que en el presente estudio es el único que predomina en el uso de los varones, con un 85% y mujeres 15%, así mismo, se tiene que el de mayor uso en la población es de aceptación con un 20.4%, búsqueda de soporte emocional con un 15.9% y de menos uso se tiene a planificación y reformulación positiva con 1.2% (Ver Tabla 10).

Tabla 10

Tipo de afrontamiento según sexo.

		Sexo				Total	
		Mujer		Varón		%	
		Cantidad	Porcentaje	Cantidad	Porcentaje		
Tipo	Aceptación	15	75 %	5	25%	20	20.4%
de	Renuncia	6	85%	1	15%	7	8.5%
Afron	Búsqueda de soporte	7	57%	6	43%	13	15.9%
tamie	emocional						
nto	Auto culpa	4	57%	3	43%	7	8.5%
	Afrontamiento activo	3	75%	1	25%	4	4.9%
	Auto distracción	5	62.5%	3	37.5%	8	9.8%
	Religión	4	66.6%	2	33.4%	6	7.3%
	Humor	1	50%	1	50%	2	2.4%
	Planificación	1	100%	0	0%	1	1.2%
	Negación	1	50%	1	50%	2	2.4%
	Búsqueda de apoyo	5	85%	1	15%	6	7.3%
	instrumental						
	Uso de sustancias	1	50%	1	50%	2	2.4%
	Reformulación positiva	1	100%	0	0%	1	1.2%
	Descarga emocional	1	15%	2	85%	3	3.7%
Total		55	67%	27	33%	82	100%

Fuente: Procesamiento de datos de la Escala de afrontamiento (BriefCope28)

Seguido de ello, se denotó la sub dimensión de mayor realce, teniendo a cohesión con un 34.1%, seguido de organización con un 17.1%, así como actuación, moralidad religiosa e intelectual cultural con un 8.5%, social recreativo y expresividad con un 6.1%, control con un 3.7% y finalmente conflicto con un 2.4%.

En el mismo contexto, se consideró relevante tener en cuenta la relación de los padres según la percepción de los estudiantes con las sub dimensiones del clima familiar, ya que denota una probabilidad de concordancia entre ellas, ya que en su mayoría, la percepción de la población acerca de sus padres concuerda con el tipo de clima en el que refiere estar viviendo.

Por ende, al considerar la cohesión se tiene que un 57.2% refiere vivenciar una buena relación de sus padres, 32.1% regular y un 10.7% mala, así mismo moralidad-religiosidad muestra un 85.1% buena y un 14.3% regular, a su vez social-recreativo denota un 60% buena y un 40% regular, así como expresividad evidencia un 40% buena, 40% mala y un 20% regular, siendo estos los considerados en el presente estudio, sin embargo aquellos que denotan un clima familiar en el ámbito de conflicto, perciben a un 100% vivenciar una mala relación de padres. (Ver Tabla 11).

Tabla 11

Tabla cruzada de las sub dimensiones del Clima Familiar y la Relación de padres

		Relación de padres						Total	
		Buena		Regular		Mala		N°	%
		N°	%	N°	%	N°	%		
Sub dimensiones del Clima Familiar	Organización	8	57.1%	5	35.7%	1	7.2%	14	17.1%
	Cohesión	16	57.2%	9	32.1%	3	10.7%	28	34.1%
	Conflicto	0	0%	0	0%	2	100%	2	2.4%
	Actuación	2	28.6%	4	57.1%	1	14.3%	7	8.5%
	Autonomía	2	50%	2	50%	0	0%	4	4.9%
	Moralidad_Religiosidad	6	85.7%	1	14.3%	0	0%	7	8.5%

Control	1	33.3%	2	66.7%	0	0%	3	3.7%
Intelectual_Cultural	5	71.4%	2	28.6%	0	0%	7	8.5%
Social_Recreativo	3	60%	2	40%	0	0%	5	6.1%
Expresividad	2	40%	1	20%	2	40%	5	6.1%
Total	45	54.8%	28	34.1%	9	11.1%	82	100%

Fuente: Procesamiento de datos de la Escala de Clima Familiar (FES) y relación de padres según ficha Sociodemográfica.

Para determinar los objetivos de la presente investigación, se procedió a comprobar la normalidad en la distribución de variables, haciendo uso de la Prueba de Kolmogorov-Smirnov (K-S) (muestra mayor a 50). Para ello, Romero-Saldaña (2016), considera que:

H1: La distribución es distinta a lo normal

Ho: La distribución es normal

A partir de ello, se tiene en cuenta el nivel de significancia estadística de α al nivel de .05; por lo tanto:

Si p-valor > .05 se acepta la hipótesis nula

Si p-valor < .05 se rechaza la hipótesis nula

Como se observa en la Tabla 13, los valores de Sig. del presente estudio son mayores a 0.5, lo cual acepta la Hipótesis nula (Ho), asumiendo el uso de pruebas paramétricas como el Coeficiente de correlación de Pearson.

Sin embargo, si hubiera sido diferente a lo normal (no paramétrico), se hubiese hecho uso de Rho Spearman. (Ver Tabla 12).

Tabla 12

Prueba de Normalidad

	Kolmogorov-Smirnov ^a		
	Estadístico	G1	Sig.
Clima Familiar	,094	82	,071
Estrategias de afrontamiento	,064	82	,200*

a. Corrección de Lilliefors

Fuente: Procesamiento de datos de la Escala de Clima Familiar (FES) y de la Escala de Afrontamiento al Estrés (Briefcope28)

Seguido de ello, se realizó el análisis bivariado, en el cual se analiza la correlación de las variables, partiendo de la existencia de dos supuestos:

Hi: Existe una correlación significativa entre el Clima Familiar y las Estrategias de afrontamiento al estrés.

Ho: No existe una correlación significativa entre Clima Familiar y las Estrategias de afrontamiento al estrés.

Así mismo, Mondragon (2014), refiere que:

Si p-valor (sig.) > 0.5 se acepta la hipótesis nula

Si p-valor (sig.) < 0.5 se rechaza la hipótesis nula

A su vez, se ha considerado el Tamaño del efecto, el cual determina la magnitud y grado en el que el fenómeno se presenta en la población, en relación con las siguientes puntuaciones del coeficiente de correlación de Pearson (r) según Cohen, (1990) citado en Ledesma, Macbeth & Cortada de kohan, (2008). (Ver Tabla 13)

Tabla 13

Puntuación del TE

	Puntuación	Descripción	
	Alrededor de:		
	0-200	Nula	
	300	Baja	
	500-700	Moderada	
Tamaño de	< 800	Alta	Fuente: Puntuación y descripción del Efecto en estudios correlacionales, según Cohen, (1990).

Con respecto al objetivo general, se tiene una relación directa entre Clima Familiar y estrategias de afrontamiento al Estrés ($p=.005$), la cual es baja ($r=.310$). Con relación a la primera hipótesis, denota una relación directa altamente significativa entre clima familiar y la dimensión de afrontamiento centrado en el problema ($p=.000$), la cual es baja ($r=.404$), en contraste a ello se encontró que no existe relación entre clima familiar y afrontamiento centrado en la emoción ($p=.356$).

Seguido de la segunda hipótesis, que especifico la existencia de una relación significativa entre las sub dimensiones del clima familiar y afrontamiento al estrés, considerando entre ellos a la cohesión y renuncia de afrontamiento ($p=.031$) la cual es indirecta, lo que implica que a mayor cohesión menor será el uso de la renuncia de afrontamiento a situaciones estresantes y viceversa, así mismo tiene una correlación baja ($r= -.238$). Así mismo, se tiene una relación significativa ($p=.007$), directa y baja ($r=.296$) entre moralidad-religiosidad y búsqueda de soporte emocional, lo que supone que a mayor importancia de prácticas y valores de tipo ético y religioso en la familia, mayor será la búsqueda de soporte emocional ante algún problema y viceversa.

Seguido de ello, se tiene una relación significativa ($p=.014$) directa y baja ($r=0.270$)

entre social-recreativo y aceptación, el cual refiere que a mayor grado de participación de la familia en actividades de esparcimiento, mayor será la aceptación de las situaciones estresantes y viceversa.

Finalmente, se especificó una relación altamente significativa entre expresividad y auto culpa ($p=.010$), indirecta y baja ($r= -.284$), asumiendo que a mayor grado en el que se anima a los miembros de la familia a expresar libremente sus sentimientos, menor será la auto culpa ante los contextos estresantes y viceversa. (Ver Tabla 14)

Tabla 14

Correlación de variables y sub dimensiones

		Correlación de variables y sub dimensiones		
		Pearson	Sig.	N
Clima Familiar	Estrategias de afrontamiento	,310**	,005	82
	Centrado en el problema	,404**	,000	82
Clima Familiar	Centrado en la emoción	,103	,356	82
	Sub escalas de clima familiar y estrategias de afrontamiento			
Cohesión	Renuncia de afrontamiento	-,238*	,031	82
Moralidad-Religiosidad	Búsqueda de soporte emocional	,296**	,007	82
Social-Recreativo	Aceptación	,270*	,014	82
Expresividad	Auto culpa	-,284**	,010	82
N=82				

**La correlación es significativa al nivel 0.01 (bilateral)

Fuente: Procesamiento de datos de la Escala de Clima Familiar (FES) y de la Escala de Afrontamiento al Estrés (Briefcope28).

CAPÍTULO IV. DISCUSIÓN Y CONCLUSIONES

4.1 Discusión

Los estudiantes que ingresan al periodo universitario de la carrera de Psicología, se encuentran en una etapa vital (Papalia et al., 2012) y crítica (Alfonso, Calcines, Monteagudo y Nieves, 2015), puesto que son más sensibles a estresores de su entorno (Gámez y Marrero, 2000) en este sentido, la familia cumple un rol sumamente trascendental puesto que la forma en que el alumno se enfrente al estrés tiene relación con el clima en el que es formado (Amarís et al., 2013).

Ante ello, diversas investigaciones justifican el desarrollo del presente estudio, el cual tiene como objetivo principal determinar la relación entre clima familiar y estrategias de afrontamiento al estrés en estudiantes de Psicología en una Universidad Privada de Cajamarca, ante ello se denotó la aceptación de la hipótesis, el cual plantea la existencia de una correlación significativa entre ambas variables.

Así, se tienen estudios que afirman mencionada correlación, por lo tanto si se vivencia y percibe un óptimo grado de apoyo y cohesión, manifiestan un afrontamiento adaptativo frente a circunstancias conflictivas; sin embargo, si manifiesta un clima familiar negativo estos tienden a incrementar estrategias de afrontamiento no adaptativas (Huamani, 2016).

En cuanto a la primera hipótesis, se especifica la relación entre clima familiar y dimensiones de afrontamiento, de los cuales se evidenció una correlación significativa con las estrategias centradas en el problema, caso contrario con las estrategias centradas en la emoción, el cual no refiere una correlación significativa, es así como (Ticona et al., 2010) presentó resultados similares, en el cual estudiantes

de Ciencias de salud han reportado mayor uso de estrategias enfocadas en el problema, en el que han hecho uso de un afrontamiento directo y conductual.

Siendo considerados como un factor protector ante el estrés, ya que enfoca sus esfuerzos cognitivos y conductuales en hacer frente al problema, sin embargo, aquellos que se orientan en las emociones generadas por la situación conflictiva son mas vulnerables a generar mayores niveles de estrés (Gil-Monte, 2003). A ello, se le añade el factor del clima familiar, resaltando que los estudiantes de la presente investigación muestran un nivel de clima familiar de tendencia media a buena, en el que se justifica la relación con estrategias enfocadas en el problema.

En cuanto la segunda hipótesis, se especifica la relación entre las sub dimensiones de clima familiar y estrategias de afrontamiento, evidenciando que la cohesión y renuncia de afrontamiento tiene una correlación significativa, a su vez indirecta, lo que implica que a mayor cohesión menor será el uso de la renuncia de afrontamiento a situaciones estresantes, demostrando que del total de evaluados predominó un alto porcentaje en el nivel medio, en relación con el clima familiar y un bajo porcentaje en un mal clima.

Lo cual se asemeja a los resultados encontrados en un estudio de adolescentes del Centro Preuniversitario de la Universidad Nacional de Cajamarca, en el que perciben que sus relaciones en la familia son regulares y un menor porcentaje indica que son deficientes y malas (Araujo y Ezaine, 2015). Es por ello que la sub dimensión de mayor realce en el clima familiar es la cohesión y de menor prevalencia es el conflicto, resultados que coinciden con la investigación de Huamani (2016).

Lo que implica que la percepción que algunos estudiantes tienen de sus hogares, repercute en la existencia de un fuerte sentimiento de apoyo o sentimientos de

cólera y situaciones de conflicto; ante ello el individuo opta por alejarse activamente del problema, es decir hace un mayor uso de renuncia al hecho conflictivo; así mismo, se hace alusión a un estudio, el cual denoto la existencia de una correlación moderadamente significativa entre renuncia y el bienestar subjetivo acerca del clima familiar, siendo este la evaluación que hace una persona acerca de su vida a partir de la percepción creada en su formación (Verdugo-Lucero et al., 2013).

Lo cual avala la importancia del proceso cognitivo en el afrontamiento y clima familiar de la población, considerando relevante la percepción que tienen acerca de la relación de sus padres y las sub dimensiones del clima familiar, ya que indica una probabilidad de concordancia entre ellas, refiriendo así, que en su mayoría la percepción de la población sobre la relación con sus padres concuerda con el tipo de clima en el que refiere estar viviendo.

Teniendo que en las sub dimensiones de cohesión, moralidad-religiosidad, social-recreativo, así como expresividad evidencian altos porcentajes en función de buena y regular relación de sus padres; sin embargo, se recalca que conflicto tiene un 100% de concordancia con una mala relación de padres. Lo cual denotó la importancia del modelo cognitivo-conductual, pues lo que influye en mayor medida en el comportamiento de los adolescentes es la percepción que estos tienen sobre el tipo de relación con sus padres, más que el comportamiento de los mismos de manera individualizada (Richaud de Minzi, 2005 citado en Caycho, 2016).

Sin embargo, no se aplicó una prueba paramétrica para determinar la percepción, ya que no está en los objetivos del presente estudio, siendo esto una limitación, ya que se obtuvo a partir de un supuesto en la ficha socio-demográfica, siendo un hallazgo relevante para futuros estudios; denotando antecedentes que

avalen la relación significativa entre las variables (Thomson et al., 2014; Verdugo-Lucero et al., 2013).

Continuando con ello, la relación entre moralidad-religiosidad y búsqueda de soporte emocional, muestra una correlación significativa y directa, lo que supone que a mayor importancia que se le da a las prácticas y valores de tipo ético y religioso en la familia, mayor será la necesidad de buscar procesos afectivos ante alguna situación estresante; teniendo en cuenta que el Ministerio de Educación, 1998 citado en Rojas y Linares (2015) refieren que en la familia se forman valores culturales, ético, sociales, espirituales y religiosos, ya que promueven pilares fundamentales como procesos comunicativos y afectivos que son vitales para el desarrollo y bienestar de cada integrante.

Considerando que en Cajamarca el 84% pertenecen a la religión católica, un 13% a evangélica, 3% forman parte de algún otro movimiento religioso, sin embargo un 3% no forma parte de ninguna religión (INEI, 2007). Así mismo, el presente estudio evidenció que un 75.1% pertenecen alguna religión creyente a Dios y el 24.40% no. Lo que supone que en su mayoría las familias promueven normas morales y espirituales en el proceso de vida del individuo (Amarís et al., 2013).

Resaltando que en el presente estudio, la búsqueda de apoyo emocional no es notoriamente diferenciado según sexo, mujeres (57%) y varones (43%); resultados similares a un estudio con una muestra de jóvenes universitarios, en el que reporta que las mujeres hacen mayor uso del afrontamiento antes mencionado (Cabanach et al., 2013).

En contraste a ello se tiene a la descarga emocional como al único que predomina en el uso de varones (85%) y mujeres (15%). Lo cual deduce que las creencias sobre los roles de género que anteriormente se tenían, han cambiado, ya que en la actualidad la educación transmite valores igualitarios entre sexos (Lobato et al., 2016).

Estos resultados confirman lo que Herrera y Ramos (2016) mencionan, en el que los varones en su mayoría expresan libremente sus sentimientos, opiniones y pensamientos, llegando así a conciliar sus conflictos gracias a la formación de la familia como pilar básico en este proceso.

En base a ello Calvarro (2016), especuló que los resultados anteriormente expuestos pueden estar relacionados con la posición que toma cada uno/a en el intento de encajar en la sociedad, ya que en su mayoría los varones se encuentran orientados a la búsqueda de objetivos, poder y recursos, caso contrario se tiene a las mujeres que están vinculadas a valores sociales y expresivos.

En este contexto se pretende determinar la relación entre social-recreativo y aceptación, teniendo una correlación significativa y directa el cual supone que a mayor grado de participación de la familia en actividades de esparcimiento, mayor será el uso de aceptación a situaciones estresantes, es por ello que de los tipos de afrontamiento considerados en la prueba, el de mayor uso en la población es la aceptación (20.4%).

Siendo contradictoria a los hallazgos de una investigación con población adolescente, el cual señala que el grado de interés en las actividades recreativas, sociales y culturales denotan relación con el afrontamiento evitativo, es decir que optan por respuestas de distracción, abandono y desentendimiento (Maguiña, 2017).

Por lo que se tomó en cuenta que factores intervienen en el uso de estrategia de aceptación o evitación, en este sentido se considera como características relevantes de la población del presente estudio que un 70.7% viven con sus padres (familia), caso contrario de los adolescente de la investigación en contraste, ya que en su mayoría hay ausencia de la familia estando bajo el cuidado de algún pariente.

A lo que Aunola et al. (2009) nombra abandono parcial, ya que viven bajo la tutela de un familiar dejando un vacío irremediable por la ausencia de los padres (Moratilla-Olvera y Taracena-Ruiz, 2012), siendo este un factor determinante para el uso de la estrategia.

Seguido de ello se tuvo en cuenta el nivel socioeconómico en el que se encuentran, ya que la población en el estudio de Maguiña (2017), tiene como característica un nivel socioeconómico bajo, el cual demanda su preocupación por ingresar a una universidad nacional, caso contrario de los estudiantes que ya se encuentran cursando una carrera en una universidad privada.

En ese sentido, el estar en una situación socioeconómica pobre, ser adolescente y estar sin la tutela de los padres encaja en la población vulnerable expuesta a distintos contextos no adaptativos (Moratilla-Olvera & Taracena-Ruiz, 2012).

Pues así lo anteriormente mencionado resalta el impacto que genera desarrollar actividades socio-recreativas en familia, para que exista mayor probabilidad de aceptar y afrontar las demandas del contexto en el que se encuentre, como el ingreso a la etapa universitaria.

Y finalmente, se busca determinar la relación entre expresividad y auto culpa, asumiendo una correlación altamente significativa e indirecta, por lo tanto a

mayor grado que se exprese libremente los pensamientos y sentimientos entre la familia, menor será la auto culpa ante los contextos conflictivos y viceversa.

Referido a ello se tiene a un estudio en el que las familias se caracterizan por tener una baja expresividad, generando en su mayoría dificultades personales y sociales, considerando a la dificultad de diferenciar errores propios y de otros como una de la más resaltantes, optando por auto culparse de los conflictos en su entorno, esto debido a que posiblemente en el transcurso de su vida no desarrollan competencias de expresividad, generando así introversión, depresión, auto maltrato y abandono total de sí mismos, en los casos más extremos (Oros & Vargas, 2012);

Así mismo, un estudio con población universitaria, refiere que aquellas familias que tienen presente la óptima forma de expresar pensamientos, emociones y conductas, denotan independencia, límites claros, unión y equilibrio entre estar solo y en familia; aludiendo que la manera en que se da la expresividad es determinante para el uso de afrontamiento, ya que si se tiene un óptimo estilo de expresarse se puede desarrollar buenas formas de responder al estrés, sin embargo aquellas que tienen un estilo agresivo, optan por tipos de afrontamiento negativos para la salud (Ruiz, 2015).

Esto implica que las formas en que se desarrollan procesos comunicativos y afectivos en la familia, son determinantes para un adecuado uso de la comunicación, promoviendo a expresar una variedad de emociones y pensamientos; sin embargo, aquellos que no desarrollan estos procesos, asimilaron de forma negativa las situaciones estresantes, asumiendo en su mayoría que ellos son el problema, optando por autoculparse.

Enfocado en ello, el presente estudio refiere que el 40% de adolescentes evidencian una mala relación con sus padres a nivel de expresividad, lo cual denota

una posible limitación de procesos comunicativos y afectivos, por ende hacen mayor uso de autculpa.

Esta situación posiblemente sea por padres con demanda laboral, preocupados por costear los gastos universitarios ya que en su mayoría atribuyen al adolescente la culpa de no haber ingresado a una Universidad Nacional; es así como una investigación de estudiantes de enfermería en la localidad, refieren que una de las preocupaciones antes de ingresar a una Universidad Nacional era la vergüenza que tendrían ante sus padres al no ingresar, ya que lo percibían como un fracaso (Alcántara, 2014).

Sin embargo, en la ciudad de Cajamarca la Carrera de Psicología solo se encuentran en Universidades Privadas, es por ello que posiblemente sea la carga emocional que atribuye su familia hacia ellos por la elección de la carrera.

Con lo anteriormente expuesto es innegable reconocer antecedentes que sustenten la relación entre las variables, denotando que estos hallazgos son importantes ya que así lo manifiesta Rosales & Espinoza (2008), aludiendo que los adolescentes que perciben un óptimo clima familiar tienen una mejor adaptación emocional, familiar y social que aquellos que tienen una alta percepción de un caótico clima familiar.

Por lo que es determinante reconocer a la familia como el primer medio de aprendizaje, el cual constituye un elemento fundamental para la socialización de las formas de afrontamiento al estrés, estando a la expectativa de que sea positiva, adaptable y activa, ya que este tendrá una repercusión hasta la vida adulta en diversos ámbitos de su interacción social.

Enfocado a ello, se menciona la importancia del presente estudio, ya que aporta como un antecedente para futuras investigaciones, planificación de programas de intervención y sobre todo promoción de salud mental.

4.2 Conclusiones

- a) Se halló una correlación significativa de las dimensiones del clima familiar y estrategias de afrontamiento, sin embargo no se evidencia una relación significativa entre clima familiar y la dimensión de afrontamiento dirigido a la emoción en estudiantes de Psicología en una Universidad Privada de la Ciudad de Cajamarca.
- b) La sub dimensión de mayor realce en el clima familiar es la cohesión y del afrontamiento es la aceptación.
- b) Se evidenció la importancia que tiene el clima familiar en la elección de las estrategias de afrontamiento en estudiantes de Psicología en una Universidad Privada de la Ciudad de Cajamarca.

4.3. Recomendaciones

- a) Brindar orientación psicológica a los estudiantes de la Carrera de Psicología, para promover el óptimo clima familiar y uso de estrategias de afrontamiento, con el fin de suscitar el bienestar psicológico, que permitirá un adecuado desenvolvimiento a nivel personal y profesional.
- b) Planificar y ejecutar programas de prevención y promoción enfocados en fortalecer el clima familiar y el uso de óptimas estrategias de afrontamiento.
- c) Elaborar investigaciones enfocadas en la correlación de ambas variables con los datos sociodemográficos y en relación a ello promover la investigación científica y programas beneficiosos para la población.

REFERENCIAS

- Acosta-Zapata, E., López-Ramón, C., Martínez-Cortés, M. E., & Zapata-Vásquez, R. (2017). Funcionalidad familiar y estrategias de afrontamiento en pacientes con cáncer de mama. *Horizonte Sanitario*, 16, 139-148.
- Alcántara Mendoza, I. N. (2014). *Estrés académico y estrategias de afrontamiento en estudiantes del primer año de enfermería de la Universidad Nacional de Cajamarca*. Cajamarca: Repositorio Institucional.
- Alfonso Águila, B., Calcines Castillo, M., Monteagudo de la Guardia, R., & Nieves Achon, Z. (2015). Éstres académico . *EDUMECENTRO*, 166.
- Alonso Tapia, J., Simón Rueda, C., & Asensio Fuentes , C. (2013). Development and Validation of the Family Motivational Climate Questionnaire (FMC-Q). *Psicothema*, 266-274.
- Álvarez Cabanillas , L. V., & Morales Angulo, M. J. (2016). *ASOCIACIÓN DE LA POBREZA CON EL CLIMA SOCIAL FAMILIAR Y LA CALIDAD DE VIDA DE LAS FAMILIAS DE CAJAMARCA, CASERIO DE PUYLLUCANA*. Cajamarca.
- Amarís Macías, M., Madariaga Orosco, C., Valle Amarís, M., & Zambrano, J. (2013). Estrategias de afrontamiento individual y familiar frente a situaciones de estrés psicológico. *Revista Psicología desde el Caribe*, 123-146.
- Araujo Leiva , Y., & Ezaine Suárez, L. M. (2015). *CLIMA SOCIAL FAMILIAR Y ADAPTACIÓN DE CONDUCTA EN ADOLESCENTES DEL CENTRO PRE UNIVERSITARIO DE LA UNIVERSIDAD NACIONAL DE CAJAMARCA, AÑO 2015*. Cajamarca.
- Ato García, M., & Vallejo Seco, G. (2015). *Diseños de investigación en Psicología*. Pirámide.
- Aunola, K., Nurmi, J., & Seiffge-Krenke, I. (2009). Changes in stress perception and personal factors. *Child Development*, 259-279.
- Cabanach, R., Fariña, F., Freire, C., Gonzáles, P., & Ferrádas, M. (2013). Diferencias en el afrontamiento del estrés en estudiantes universitarios hombres y mujeres. *European Journal of Education and Psychology*, 19-32.
- Calvarro Castañeda, A. L. (2016). *Estrés percibido, Estrategias de Afrontamiento y Bienestar Psicologico en jóvenes*. España: Unversidad D Salamanca.
- Cantero-García, M., & Alonso-Tapia, J. (2017). Evaluation of the family climate created by the management of behavioral problems, from the perspective of the children. *Electronic Journal of Research in Educational Psychology*, 33(3), 259-280.
- Cárdenas Vásquez, M. V. (2016). Funcionamiento familiar, soporte social percibido y autoeficacia para el afrontamiento del estrés como factores asociados al bienestar psicológico en estudiantes de una universidad privada de Trujillo-La Libertad. *Revista de Psicología*, 72-85.
- Carver, C., Scheier, M., & Weintraub, J. K. (1989). *Cuestionario de modos de afrontamiento al estrés (COPE)*.
- Carver, C., Scheier, M., & Weintraub, J. K. (1989). *Inventario de Afrontamiento al Estres* .
- Carver, C., Scheier, M., & Weintraub, J. K. (1997). *Escala de Afrontamiento BriefCope 28*.
- Caycho, T. (2016). Relación con los padres y estrategias de afrontamiento en adolescentes de Lima. *Propósitos y Representaciones*, 11-59.
- Celina, H., & Campo, A. (2005). Aproximación del uso del coeficiente de alfa de Cronbach. *Revista Colombiana de Psiquiatría*, XXXIV (4), 11-59.
- Corral, Y., Corral, I., & Corral, A. (2015). Procedimientos de muestreo. *Ciencias de la Educación*, 26(46), 151-167.
- Cuenca Torrel, L. (2019). *SATISFACCIÓN FAMILIAR Y AFRONTAMIENTO AL ESTRÉS EN ESTUDIANTES DE PSICOLOGÍA DE UNA UNIVERSIDAD PRIVADA DE CAJAMARCA*. Lima: Repositorio Académico USMP.

- Cyrulink, B. (2002). *El murmullo de los fantasmas. Volver a la vida después del trauma*. Barcelona: Gedisa.
- De la fuente, J., Martínez Vicente, J. M., Gonzales-Torres, M. C., & Artuch, R. (2014). RELACIONES ENTRE LOS ENFOQUES DE APRENDIZAJE Y LAS ESTRATEGIAS DE AFRONTAMIENTO (PROCESO) CON EL ENGAGEMENT-BOURNOUT DE LOS ESTUDIANTES UNIVERSITARIOS. *International Journal of Development and Educational Pshychology*, 23-28.
- Eguiluz, L. (2003). *Un enfoque psicológico sistémico*. México: Pax México.
- Endredge, N., & Tattersal, I. (2016). *Mitos de la evolución humana* (Vol. 2). México: Fondo de Cultura Económica.
- Erickson, J. A. (1992). Adolescent Religious Development and Commitment: A Structural Equation Model of the Role of Family, Peer Group, and Educational Influences. *Revista para el Estudio Científico de la Religión*, 131-152.
- Gámez, E., & Marrero, H. (2000). METAS Y MOTIVOS EN LA ELECCIÓN DE LA CARRERA DE PSICOLOGÍA. *Revista Electronica de motivación y emoción*, 15-18.
- García-Moran, M. d., & Gil-Lacruz, M. (2016). El estrés en ámbitos profesionales de la salud. *Redalyc*, 11-30.
- Gil-Monte, P. (2003). Burnout syndrome: ¿síndrome de quemarse por el trabajo, desgaste profesional, estrés laboral o enfermedad de Tomás? *Revista de Psicología del Trabajo y de las Organizaciones*, 19(2), 181-197.
- Guerrero Narvajo, Y. G. (2014). *Clima social familiar, inteligencia emocional y rendimiento académico de los alumnos de quinto de secundaria de las instituciones educativas públicas de Ventanilla (Tesis de Maestría)*. Perú: Universidad Nacional Mayor de San Marcos.
- Gutgesell, M. E., & Payne, N. (2004). Issues of Adolescent Psychological Development in the 21st Century. *Pediatrics in Review*, 79-85.
- Hamid, N., Dong, X., & Mei, C. (2003). Adolescent coping in different Chinese family environments. *ADOLESCENCE*.
- Hernández Sampieri, R., Fernández Collado, C., & Baptista Lucio, M. (2010). *Metodología de la investigación*. México: McGRAW-HILL / INTERAMERICANA EDITORES, S.A. DE C.V.
- Herrera Ríos, V., & Ramos Martinez, B. (2016). *CLIMA SOCIAL FAMILIAR Y ESTRATEGIAS DE AFRONTAMIENTO EN ESTUDIANTES DE SEGUNDO Y TERCERO DE SECUNDARIA DE UNA INSTITUCIÓN EDUCATIVA*. Pimentel.
- Huamani Huayhua, I. (2016). *Clima social familiar y estrategias de afrontamiento en estudiantes de cuarto y quinto año de la Institución Educativa San Francisco de Asís del Distrito de Marcapata, Cusco – 2016*. Cusco-Perú: Universidad Peruana Unión.
- Instituto Nacional de Estadística e Informática. (2007). *Censos Nacionales 2007 y XI de Población y VI de Vivienda*.
- Instituto Nacional de Estadística e Informática. (2017). *Número de alumnos/as matriculados en Universidades Privadas, 2008-2017*. Perú.
- Iurea, C. (2016). The absence of parents in child's life and the implications of this phenomenon for educational. *Jus et Civitas*, 95-104.
- LEDESMA, R., MACBETH, G., & CORTADA DE KOHAN, N. (2008). AMAÑO DEL EFECTO: REVISIÓN TEÓRICA Y APLICACIONES CON EL SISTEMA ESTADÍSTICO. *Revista Latinoamericana de Psicología*, 40(3), 425-439.
- Lila, M., Musitu, G., & Buelga, S. (2000). Adolescentes colombianos y españoles: diferencias, similitudes y relaciones entre la socialización familiar, la autoestima y los valores. *Rev. Latinoamericana de Psicología*, 301-319.
- Lobato, L., Jenaro, C., Flores, N., & Rodríguez-Becerra, M. (2016). LOS ROLES DE GÉNERO Y SU PAPEL EN LAS ACTITUDES Y COMPORTAMIENTOS AFECTIVOSEXUALES: UN ESTUDIO SOBRE ADOLESCENTES SALMANTINOS. *ULE REVISTAS*.
- Maguiña Guzmán, F. M. (2017). *Clima Familiar y Afrontamiento en adolescentes de Nivel Socioeconómico Bajo de Lima Metropolitana*. Lima: PUCP.

- Markova, S., & Nikitskaya, E. (2014). Coping strategies of adolescents with deviant behaviour. *International Journal of Adolescence and Youth*, 36-46.
- Minuchin, S. (2009). *Familias y Terapia Familiar*. España: Ed.Geedisa.
- Mondragon Barrera, M. A. (2014). Uso de la correlación de Spearman en un estudio de intervencion en fisioterapia. *Movimiento Científico* ¿.
- Moos, R. H., Moos, B. S., & Trickett, E. J. (1989). *FES, WES, CIES, CES. Escalas de Clima social*. Madrid: Madrid:TEA.
- Moos, R., Moos, B., & Trickett, E. (1982). *Escala de Clima Social Familiar (FES)*.
- Morales Rodríguez, F. M. (2018). ESTRATEGIAS DE AFRONTAMIENTO EN UNA MUESTRA DE ESTUDIANTES UNIVERSITARIOS. *International Journal of Developmental and Educational Psychology*, 2(1), 1-6.
- Móran , C., Landero, R., & Gonzales, T. (2009). COPE-28: un análisis psicométrico de la versión en español del Brief COPE*. *Periodicos Electronicos de Psicología (PEPSIC)*.
- Moratilla-Olvera, M., & Taracena-Ruiz, B. (2012). Vulnerabilidad social y orfandad: trayectoria vital de una adolescente. *Revista Latinoamericana de Ciencias Sociales, Niñez y Juventud*, 10(2), 841-854.
- Moreno Ruiz, D., Estévez López, E., Murgui Pérez, S., & Musitu Ochoa, G. (2009). Relación entre el clima familiar y el clima escolar: el rol de la empatía, la actitud hacia la autoridad y la conducta violenta en la adolescencia. *International Journal of Psychology and Psychological Therapy*, 123-136.
- Mullis, R. L., & Chapman, P. (2000). Age, gender and self-esteem differences in adolescent coping. *Journal of Social Psychology*, 140,539-541.
- Muñoz, S., Vega, Z., Berra, E., Nava, C., & Gómez, G. (2015). Asociación entre estrés, afrontamiento, emociones e IMCen adolescentes. *Redalyc*, 17, 11-29.
- Oros, L., & Vargas, J. (2012). Fortalecimiento emocional de las familias en situaciones de pobreza: una propuesta de intervención desde el contexto escolar. *Suma Psicológica* , 69-80.
- Papalia, D. E., Feldman, R., & Martorell, G. (2012). *Desarrollo Humano*. México: D.F.:MacGraw-Hill.
- Parra, A., & Oliva, A. (2006). Un análisis longitudinal sobre las dimensiones relevantes del estilo parental durante la adolescencia. *Infancia y Aprendizaje*.
- Perez, J., Menendez, S., & Hidalgo, M. (2014). Estrés parental, estrategias de afrontamiento y evaluación del riesgo en madres de familias en riesgo usuarias de los servicios sociales. *Psychosocial Intervention*.
- Piko, B. (2001). GENDER DIFFERENCES AND SIMILARITIES IN ADOLESCENTS' WAYS OF COPING . *Psychological Record*, 223-235.
- Pita Ortiz, C. N., & Quiroz Morales, R. B. (2019). *RELACIÓN ENTRE LAS DIMENSIONES DEL SÍNDROME DE BURNOUT Y LAS ESTRATEGIAS DE AFRONTAMIENTO UTILIZADAS POR EL PERSONAL DE ENFERMERÍA DE LOS CENTROS DE SALUD DE NIVEL 1-IV DE CAJAMARCA*. Cajamarca.
- Rahat, E., & İlhan, T. (2016). Coping Styles, Social Support, Relational SelfConstrual, and Resilience in Predicting Students' Adjustment to University Life. *Educational Sciences: Theory & Practice*, 16(1).
- Ramírez Guerra, R. M. (2013). *Clima social familiar y su relación con las estrategias de afrontamiento de los estudiantes de la Universidad Peruana Unión filial Tarapoto en el año 2013*. Tarapoto-Perú: Universidad Peruana Unión.
- Rojas Ravines , E., & Linares Rodriguez, G. (2015). *CLIMA SOCIAL FAMILIAR Y ACTITUDES FRENTE A LA VIOLENCIA CONYUGAL EN PACIENTES DE 18 A 45 AÑOS EN LA CIUDAD DE CAJAMARCA*. Cajamarca.
- Romero Saldaña, M. (2016). Pruebas de bondad de ajuste a una distribución normal. *Revista Enfermería del Trabajo*, 36-38.
- Romero, D., Riggs, S. A., & Ruggero, C. (2015). Coping, family social support, and psychological symptoms among student veterans. *Journal of Counseling Psychology*, 242-252.

- Rosales Piña, C., & Espinoza Salcido, M. R. (2008). *The Perception of the Family Atmosphere in Adolescents Members of Different Types of Families*. México: Universidad Nacional Autónoma de México.
- Ruiz Balvin, M. (2015). Family functionality and coping strategies of university students. *Unife*, 6-9.
- Ruiz, C., & Guerra, E. (1993). *Estandarización de la Escala del Clima Social en la Familia*. Lima.
- Sánchez Padilla, M., Álvarez Chávez, A., Flores Cerón, T., Arias Rico, J., & Saucedo García, M. (2013). El Reto del Estudiante Universitario ante su Adaptación y Autocuidado como Estrategia para Disminuir Problemas Crónicos Degenerativos. *Educación y Salud Boletín Científico de la Universidad Autónoma del Estado de Hidalgo*.
- Santos-Morocho, J. (2016). *Prevalencia de Estrés académico y Factores asociados en estudiantes de Ciencias de la Salud de la Universidad Católica de Cuenca*. ReaserchGate
- Segrin, C., Givertz, M., Swaitkowski, P., & Montgomery, N. (2015). Overparenting is Associated with Child Problems and a Critical Family Environment. *Journal of Child and Family Studies*, 470-479.
- Shih, B., & Shen, S. (2015). The relationships among Taiwanese adolescents' perceived classroom environment, academic coping, and burnout. *American Psychological Association*, 307-320.
- Sifuentes Zabaleta, F. Y. (2018). *Clima social familiar e ideación suicida en adolescentes del centro preuniversitario de la Universidad Nacional Toribio Rodríguez de Mendoza de Amazonas, Chachapoyas, 2017*. Amazonas: Repositorio Digital de la Universidad Nacional Toribio Rodríguez de Mendoza .Perú
- Tamayo, & Tamayo, M. (2003). *El proceso de la investigación científica (Vol.4)*. Balderas Editorial LIMUSA .
- Thomson, K. C., Schonert-Reichl, K. A., & Oberle, E. (2014). Optimism in Early Adolescence: Relations to Individual Characteristics and Ecological Assets in Families, Schools, and Neighborhoods. *Journal of Happiness Studies*, 889-913.
- Ticona Benavente, S. B., Paucar Quispe, G., & Llerena Callata, G. (2010). STRESS LEVEL AND COPING STRATEGIES IN NURSING STUDENTS AT THE UNSA FACULTY, AREQUIPA 2006. *Revista Electronica Cuatrimestral de Enfermería*, 1-18.
- Verdugo-Lucero, J. C., Guardado-Llamas, R., Ponce de León, G., Meda-Lara, R., Uribe-Alvarado, I., & Guzmán-Muñiz, J. (2013). Estilos de afrontamiento al estrés y bienestar subjetivo en adolescentes y jóvenes. *Revista Latinoamericana de Ciencias Sociales, Niñez y Juventud*, 79-91.
- Wood, B., Miller, B., & Heather, L. (2015). Review of Family Relational Stress and Pediatric Asthma: The Value of Biopsychosocial Systemic. *Famili Process*, 376-389.
- Yune, S., Park, K. H., Chung, W., & Lee, S. (2011). The effects of attribution tendencies, academic. *Korean Journal of Medical Education*, 167-174.
- Zimmer-Gembeck, M. J., & Locke, E. M. (2007). The socialization of adolescent coping behaviours: relationships with families and teachers. *Journal of Adolescence*, 1-16.

ANEXOS

ANEXO n.º 1. Matriz de consistencia

Formulación del problema	Objetivos	Hipótesis	Variables, dimensiones e indicadores	Metodología
<p>Pregunta General</p> <p>¿Cuál es la relación entre el clima familiar y las estrategias de afrontamiento al estrés en estudiantes de Psicología en una Universidad Privada de la Ciudad de Cajamarca?</p>	<p>Objetivo General</p> <p>Determinar la relación entre el clima familiar y estrategias de afrontamiento en estudiantes de Psicología en una Universidad Privada de la Ciudad de Cajamarca.</p>	<p>Hipótesis General</p> <p>Existe relación directa entre clima familiar y estrategias de afrontamiento en estudiantes de Psicología en una Universidad Privada de la Ciudad de Cajamarca.</p>	<p>Variable 1:</p> <p>Clima Familiar</p> <p>Dimensiones e indicadores</p> <p>-Relaciones: .Cohesión: 1,1 1,21,31,41,51 ,61,71,81 .Expresividad 2,12,22,32,42 ,52,62,72,82 -Desarrollo: .Socio recreativo 7,17,27,37,47 ,57,67,77,87 Moralidad- Religiosidad .8,18,28,38,4 8,58,68,78,88 -Estabilidad</p>	<p>Método:</p> <p>Cuantitativo</p> <p>Tipo de Investigación:</p> <p>Básica</p> <p>Nivel:</p> <p>Correlacional simple</p> <p>Diseño:</p> <p>Muestra: 82 estudiantes de la Carrera de Psicología</p> <p>Tipo:</p> <p>Probabilística</p>
	<p>Objetivos específicos</p>	<p>Hipótesis específicas</p>	<p>Variable 2:</p> <p>Afrontamiento</p>	<p>Instrumentos</p> <p>-Encuesta</p>

	<p>a) Establecer la relación entre el clima familiar y las escalas de afrontamiento al estrés en estudiantes de Psicología en una Universidad Privada de la Ciudad de Cajamarca.</p> <p>b) Determinar la relación entre las sub dimensiones de clima familiar y estrategias de afrontamiento en estudiantes de Psicología en una Universidad Privada de la Ciudad de Cajamarca.</p>	<p>a) Existe relación directa entre clima familiar y las dimensiones de afrontamiento en estudiantes de Psicología en una Universidad Privada de la Ciudad de Cajamarca.</p> <p>c) Existe relación directa entre las sub dimensiones de clima familiar y estrategias de afrontamiento en estudiantes de Psicología en una Universidad Privada de la Ciudad de Cajamarca.</p>	<p>o al estrés</p> <p>Dimensiones</p> <p>e</p> <p>indicadores</p> <p>-Dirigido al problema:</p> <p>2,6,3,14,18,26,10</p> <p>-Dirigido a la emoción:</p> <p>15,1,20,17,19,7,8,24,25,22,23,27,28,4,5,11,12,16,13,9,21</p>	<p>ficha sociodemográfica</p> <p>.Escala del Clima Social en la Familia (FES)</p> <p>. Escala de afrontamiento de BriefCope28</p>
--	---	--	--	---

ANEXO n.º 2. Carta de aceptación del Coordinador de la Carrera de Psicología -

Universidad Privada del Norte para aplicación de batería de pruebas psicométricas.

Cajamarca, 08 de Mayo del 2019

**Srta.
Ruth Renee Marín Nomberto**

Presente. -

Es grato dirigirme a usted en nombre de la Universidad Privada del Norte sede Cajamarca, para saludarlo cordialmente y al mismo tiempo para informarle la Aceptación de aplicación de pruebas psicométricas en alumnos de primer a tercer ciclo en edades comprendidas de 18 a 20 años.

Sin otro particular, en la seguridad que la presente habrá de merecer su atención, expreso a usted mi consideración y estima personal.

Atentamente,



Psic. Edén Arturo Castañeda Valdivia
Coordinador de la carrera Psicología
UPN – Cajamarca

ANEXO n.º 3. Hojas de Validez de contenido de BriefCope28 (Juicio de expertos):

22	Hago algo para pensar menos en ello, tal como ir al cine o ver la telenovela	0	1	2	3	0	1	2	3	0	1	2	3	Hago algo para pensar menos en lo que me estresa, como ver películas o reunir mis redes sociales
27	Me echo la culpa de lo que ha sucedido	0	1	2	3	0	1	2	3	0	1	2	3	
4	Recorro al trabajo o a otras actividades para apartar las cosas de mi mente	0	1	2	3	0	1	2	3	0	1	2	3	Recorro a realizar mis tareas o a otros...
11	Renuncio a tratar de ocuparme de ello	0	1	2	3	0	1	2	3	0	1	2	3	Prefero no pensar en el problema
13	Me niego a creer que haya sucedido	0	1	2	3	0	1	2	3	0	1	2	3	
26	Pienso detenidamente sobre los pasos a seguir	0	1	2	3	0	1	2	3	0	1	2	3	Pienso detenidamente sobre cada paso que tengo que hacer para resolver el problema
9	Consigo apoyo emocional de otros	0	1	2	3	0	1	2	3	0	1	2	3	
21	Aprendo a vivir con ello	0	1	2	3	0	1	2	3	0	1	2	3	

Nota: Las alternativas de respuesta en la escala van del 1 al 4 y tiene las siguientes expresiones: (0)Muy en desacuerdo; (1)Desacuerdo; (2)De acuerdo; (3)Muy en acuerdo. Extracto del formato de jueces experto basado en la escala de Rosenberg en español por Aienza, Moreno y Balaguer, 2000. Fuente: Elaboración del formato de la tabla sobre la Escala de Afrontamiento BriefCope 28, según el modelo del autor Ventura-Leon, 2019.

Programa de Pós-graduação em Psicologia
UNAB
Jesica Jansik Burya Vasquez
Psicóloga CEDUE - Cajamarca

Firma del/ de la Juez/a Experto/a:

22	Hago algo para pensar menos en ello, tal como ir al cine o ver la telenovela	0	1	2	3	0	1	2	3	0	1	2	3	Como ir al cine
27	Me echo la culpa de lo que ha sucedido	0	1	2	3	0	1	2	3	0	1	2	3	
4	Recurso al trabajo o a otras actividades para apartar las cosas de mi mente	0	1	2	3	0	1	2	3	0	1	2	3	
11	Renuncio a tratar de ocuparme de ello	0	1	2	3	0	1	2	3	0	1	2	3	Preciero no ocuparme del problema
13	Me niego a creer que haya sucedido	0	1	2	3	0	1	2	3	0	1	2	3	
26	Pienso detenidamente sobre los pasos a seguir	0	1	2	3	0	1	2	3	0	1	2	3	Pasos a seguir para resolver el problema
9	Consigo apoyo emocional de otros	0	1	2	3	0	1	2	3	0	1	2	3	
21	Aprendo a vivir con ello	0	1	2	3	0	1	2	3	0	1	2	3	

Nota: Las alternativas de respuesta en la escala van del 1 al 4 y tiene las siguientes expresiones: (0)Muy en desacuerdo; (1)Desacuerdo; (2)De acuerdo; (3)Muy en acuerdo. Extracto del formato de jueces experto basado en la escala de Rosenberg en español por Atienza, Moreno y Balaguer, 2000. Fuente: Elaboración del formato de la tabla sobre la Escala de Afrontamiento BriefCope 28, según el modelo del autor Ventura-Leon, 2019.

Firma del/ de la Juez/a Experto/a:



 ROSA RIVERA SÁNCHEZ
 PSICÓLOGO
 C.P.S.P. Nº 28712

22	Hago algo para pensar menos en él/ella, tal como ir al cine o ver la telenovela	0	1	2	3	0	1	2	3	0	1	2	3	<i>En los conflictos / problemas.</i>
27	Me echo la culpa de lo que ha sucedido	0	1	2	3	0	1	2	3	0	1	2	3	<i>de los problemas que surten.</i>
4	Recurso al trabajo o a otras actividades para apartar las cosas de mi mente	0	1	2	3	0	1	2	3	0	1	2	3	<i>los problemas / preocupaciones.</i>
11	Renuncio a tratar de ocuparme de ello	0	1	2	3	0	1	2	3	0	1	2	3	<i>Resistencia → respuestas.</i>
13	Me niego a creer que haya sucedido	0	1	2	3	0	1	2	3	0	1	2	3	<i>P que se refiere.</i>
26	Pienso detenidamente sobre los pasos a seguir ...	0	1	2	3	0	1	2	3	0	1	2	3	<i>para saber de los problemas.</i>
9	Consigo apoyo emocional de otros	0	1	2	3	0	1	2	3	0	1	2	3	<i>Tiene relación con 17,</i>
21	Aprendo a vivir con ello	0	1	2	3	0	1	2	3	0	1	2	3	<i>P que se refiere / o comienza con los problemas.</i>

Nota: Las alternativas de respuesta en la escala van del 1 al 4 y tiene las siguientes expresiones: (0) Muy en desacuerdo; (1) Desacuerdo; (2) De acuerdo; (3) Muy en acuerdo. Extracto del formato de jueces experto basado en la escala de Rosenberg en español por Atienza, Moreno y Balaguer, 2000. Fuente: Elaboración del formato de la tabla sobre la Escala de Afrontamiento BriefCope 28, según el modelo del autor Ventura-Leon, 2019.

Firma del/ de la Juez/a Experto/a:


 Mg. Yanizet Araujo Leiva
 PSICÓLOGA
 C.R.S.F. 14246
 Mg. Yanizet Araujo Leiva
 PSICÓLOGA
 C.R.S.F. 14246

ANEXO n.º 4. Confiabilidad de Alfa de Crombach de pruebas aplicadas:

Tabla 7

Confiabilidad de Pruebas Psicométricas

<i>Prueba Psicométrica</i>	<i>Estadísticas de fiabilidad</i>	
	<i>Alfa de Crombach</i>	<i>N de elementos</i>
<i>BriefCope28</i>	,779	28
<i>FES</i>	,710	90

Fuente: Confiabilidad con Alfa de Crombach de pruebas psicométricas en SPSS

ANEXO n.º 5. Consentimiento informado.

Cajamarca, mayo del 2019

CONSENTIMIENTO INFORMADO

Usted ha sido invitada/o a participar en un estudio de investigación denominado **“Clima familiar y estrategias de afrontamiento al estrés en estudiantes de Psicología que cursan los tres primeros ciclos en una Universidad Privada de la Ciudad de Cajamarca”**, el cual tiene como objetivo, determinar la relación entre el clima familiar y estrategias de afrontamiento, los cuales permiten a la persona adaptarse en situaciones estresantes.

Siendo importante recalcar que:

- La aplicación de las pruebas no serán perjudicial para la integridad del evaluado/a.
- La evaluadora se compromete a no revelar la identidad del evaluado/a en ningún momento de la aplicación de los instrumentos ni después de ello. Las respuestas brindadas serán codificadas usando únicamente su número de identificación, lo que garantiza su anonimato en esta participación.

En caso tenga alguna duda sobre los puntos anteriormente mencionados, el evaluado puede realizar preguntas en cualquier momento de su participación.

Agradezco por anticipado su participación.

Por lo tanto, me identifico con DNI N° _____, afirmando que he sido informado sobre la presente investigación, aceptando ser partícipe de ello.

Firma del evaluado/a

ANEXO n.º 6. Ficha Sociodemográfica.

FICHA SOCIODEMOGRÁFICA

Número de identificación: _____

1. Datos Generales:

- Sexo: masculino: (____) femenino: (____)

- Edad: _____

- Estado civil:

Soltero(a): (____) Casado(a): (____) Conviviente: (____)

Divorciado(a): (____) Viudo(a): (____)

-Religión:

¿Pertenece a alguna religión creyente a Dios?

Si (____) No (____)

2. Contexto académico:

- Ciclo académico actual: _____

3. Contexto familiar:

-¿Con quién / quienes vive?:

Familia: (____) Pareja: (____) Amigos(as) :(____) Solo(a): (____)

Otros: _____

- Situación de padres:

Casados: (____) Divorciados: (____) Convivientes: (____) Separados: (____)

Otros: _____

- Relación de padres:

Buena (____) Regular (____) Mala (____)

ANEXO n.º 7. Escala del Clima Social en la Familia (FES) de R.H. MOOS.

ESCALA DEL CLIMA SOCIAL EN LA FAMILIA (FES) DE R.H. MOOS

INTRUCCIONES:

Las frases siguientes se refieren a tu familia. Después de leer cada frase deberás marcar con un aspa (X) en el cuadrante que crees que corresponde a tu familia.

Debes decidirte por Verdadero (V) o Falso (F), pensando lo que sucede la mayoría de veces.

Recuerda que se trata de tu opinión sobre tu familia y que no hay respuestas correctas o incorrectas.

Por favor no deje ningún ítem sin contestar.

N°		V	F
01	En mi familia nos ayudamos y apoyamos realmente unos a otros		
02	Los miembros de la familia guardan, a menudo, sus sentimientos para sí mismos		
03	En nuestra familia discutimos mucho		
04	En general, ningún miembro de la familia decide por su cuenta		
05	Creemos que es importante ser los mejores en cualquier cosa que hagamos		
06	A menudo hablamos de temas políticos o sociales en familia		
07	Pasamos en casa la mayor parte de nuestro tiempo libre		
08	Los miembros de mi familia asistimos con bastante frecuencia a las diversas actividades de la iglesia		
09	Las actividades de nuestra familia se planifican cuidadosamente		
10	En mi familia tenemos reuniones obligatorias muy pocas veces		
11	Muchas veces da la impresión de que en casa solo estamos pasando el rato		
12	En casa hablamos abiertamente de lo que nos parece o queremos		

13	En mi familia casi nunca mostramos abiertamente nuestros enojos		
14	En mi familia nos esforzamos muchos para mantener la independencia de cada uno		
15	Para mi familia es muy importante triunfar en la vida		
16	Casi nunca asistimos a reuniones culturales (exposiciones, conferencias, conciertos, etc.).		
17	Frecuentemente vienen amistades a visitarnos a casa		
18	En mi casa no rezamos en familia		
19	En mi casa somos muy ordenados y limpios		
20	En nuestra familia hay muy pocas normas que cumplir		
21	Todos nos esforzamos mucho en lo que hacemos en casa		
22	En mi familia es difícil “desahogarse” sin molestar a todos		
23	En la casa a veces nos molestamos tanto que golpeamos o rompemos algo		
24	En mi familia cada uno/a decide por sus propias cosas		
25	Para nosotros/as no es muy importante el dinero que gane cada uno		
26	En mi familia es muy importante aprender algo nuevo o diferente		
27	Alguno/a de mi familia practica habitualmente algún deporte		
28	A menudo hablamos del sentido religioso de la Navidad, Semana Santa, Santa Rosa de Lima, etc.		
29	En mi casa, muchas veces resulta difícil encontrar las cosas cuando las necesitamos		
30	En mi casa una sola persona toma la mayoría de las decisiones		
31	En mi familia estamos fuertemente unidos		
32	En mi casa comentamos nuestros problemas personales		

33	Los miembros de mi familia, casi nunca expresamos nuestros enojos		
34	Cada uno entra y sale de casa cuando quiere		
35	Nosotros aceptamos que haya competencia y que “gane el mejor”		
36	Nos interesa poco las actividades culturales		
37	Vamos con frecuencia al cine, excursiones, paseos, etc.		
38	No creemos en el cielo, ni en el infierno		
39	En mi familia la puntualidad es muy importante		
40	En casa las cosas se hacen de una forma establecida		
41	Cuando hay que hacer algo en casa, es raro que se ofrezca algún voluntario		
42	En casa, si a alguno se le ocurre hacer algo en el momento, lo hace sin pensarlo demasiado		
43	Las personas de nuestra familia nos criticamos frecuentemente unas a otras		
44	En mi familia, las personas tienen poca vida privada o independiente		
45	Nos esforzamos en hacer las cosas cada vez un poco mejor		
46	En mi casa casi nunca tenemos conversaciones intelectuales		
47	En mi casa, todos tenemos uno o más pasatiempos		
48	Las personas de mi familia tenemos ideas muy precisas sobre lo que está bien o mal		
49	En mi familia cambiamos de opinión frecuentemente		
50	En mi casa se da mucha importancia a cumplir las normas		
51	Las personas de mi familia nos apoyamos unas a otras		
52	En mi familia, cuando uno se queja, siempre hay otro que se		

	siente afectado		
53	En mi familia a veces nos peleamos a golpes		
54	Generalmente, en mi familia cada persona confía en si misma cuando surge un problema		
55	En la casa nos preocupamos poco por los ascensos en el trabajo o las notas académicas		
56	Algunos de nosotros toca algún instrumento musical		
57	Ninguno de la familia participa en actividades recreativas, fuera de trabajo o de actividades académicas		
58	Creemos que hay algunas cosas en las que hay que tener fe		
59	En casa nos aseguramos de que nuestras habitaciones queden limpios y ordenados		
60	En las decisiones familiares todas las opiniones tienen el mismo valor		
61	En mi familia hay poco espíritu de grupo		
62	En mi familia los temas de pagos y dinero se tratan abiertamente		
63	Si en mi familia hay desacuerdos, todos nos esforzamos para suavizar las cosas y mantener la paz		
64	Las personas de mi familia reaccionan firmemente unos a otros al defender sus propios derechos		
65	En nuestra familia nos esforzamos muy poco para tener éxito		
66	Las personas de mi familia vamos con frecuencia a la biblioteca o leemos obras literarias		
67	Los miembros de mi familia asistimos a veces a cursos o clases que nos interesan		
68	En mi familia cada persona tiene ideas distintas sobre lo que está bien o mal		
69	En mi familia están claramente definidas las tareas de cada persona		
70	En mi familia cada uno tiene libertad para hacer lo que quiera		
71	Realmente nos llevamos bien unos con otros		

72	Generalmente tenemos cuidado con lo que nos decimos		
73	Los miembros de la familia estamos enfrentados unos con otros		
74	En mi casa es difícil ser independiente sin herir los sentimientos de los demás		
75	“Primero es el trabajo, luego es la diversión” es una norma en mi familia		
76	En mi casa, ver la televisión es más importante que leer		
77	Las personas de nuestra familia salimos mucho a divertirnos		
78	En mi casa, leer la Biblia es algo importante		
79	En mi familia el dinero no se administra con mucho cuidado		
80	En mi casa las normas son muy rígidas y tienen que cumplirse		
81	En mi familia se concede mucha atención y tiempo a cada uno		
82	En mi casa expresamos nuestras opiniones de modo frecuente y espontáneo		
83	En mi familia creemos que no se consigue mucho elevando la voz		
84	En mi casa no hay libertad para expresar claramente lo que se piensa		
85	En mi casa hacemos comparaciones sobre nuestra eficacia en el trabajo o el estudio		
86	A los miembros de mi familia nos gusta realmente el arte, la música o la literatura		
87	Nuestra principal forma de diversión es ver la televisión o escuchar radio		
88	En mi familia creemos que el comete una falta tendrá su castigo		
89	En mi casa, la mesa se recoge inmediatamente después comer		
90	En mi familia, uno no puede salirse con la suya		

ANEXO n.º 8. Validez de contenido de la Escala de Afrontamiento Brief Cope 28

Tabla 6

Escala de Afrontamiento BriefCope 28 adaptado según criterio de claridad

Nº	Ítem de la escala	Ítem adaptado al criterio de claridad
1	Intento conseguir que alguien me ayude o me aconseje que hacer	Sin adaptación
2	Concentro mis esfuerzos en hacer algo sobre la situación en la que estoy	Concentro mis esfuerzos en hacer algo sobre la situación estresante en la que me encuentro
3	Acepto la realidad de lo que ha sucedido	Acepto la situación complicada que está pasando
4	Recurro al trabajo o a otras actividades para apartar las cosas de mi mente	Recurro a realizar mis trabajos o a otras actividades para alejarse los problemas de mi mente
5	Me digo a mí mismo “esto no es real”	Cuando me veo en un conflicto , me digo a mí mismo “esto no es real”
6	Intento proponer una estrategia sobre qué hacer	Cuando me encuentro en un conflicto, propongo una estrategia de solución
7	Hago bromas sobre ello	Hago bromas sobre el problema
8	Me critico a mí mismo	Me critico a mí mismo/a cuando las cosas no salen según lo esperado
9	Consigo apoyo emocional de otros	Sin adaptación
10	Tomo medidas para intentar que la situación mejore	Busco alternativas de solución para intentar que la situación mejore

- | | | |
|----|--|--|
| 11 | Renuncio a tratar de ocuparme de ello | Prefiero no ocuparme del problema |
| 12 | Digo cosas para dar rienda suelta a mis sentimientos desagradables | Menciono mis sentimientos negativos frente a una situación estresante |
| 13 | Me niego a creer que haya sucedido | Me niego a creer que el problema haya sucedido |
| 14 | Intento verlo con otros ojos, para hacer que parezca más positivo | Intento ver el lado bueno de la situación |
| 15 | Utilizo alcohol u otras drogas para hacerme sentir mejor | Consumo alcohol u otras drogas para sentirme mejor |
| 16 | Intento hallar consuelo en mi religión o creencias espirituales | Sin adaptación |
| 17 | Consigo el consuelo y la comprensión de alguien | Sin adaptación |
| 18 | Busco algo bueno en lo que está sucediendo | Busco aspectos positivos ante las dificultades |
| 19 | Me río de la situación | Suelo reír ante una situación estresante |
| 20 | Rezo o medito | Rezo o medito cuando me encuentro en un conflicto |
| 21 | Aprendo a vivir con ello | Aprendo a vivir con mis problemas |
| 22 | Hago algo para pensar menos en ello, tal como ir al cine o ver la telenovela | Hago algo para pensar menos en lo que me estresa, como revisar mis redes sociales , ver películas o telenovelas, etc. |
| 23 | Expreso mis sentimientos | Expreso mis sentimientos negativos ante |

- negativos
- 24 Utilizo alcohol u otras drogas para ayudarme a superarlo **Recurro al alcohol u otras drogas para superar mis problemas**
- 25 Renuncio al intento de hacer frente al problema Renuncio al intento de **afrontar** mis problemas
- 26 Pienso detenidamente sobre los pasos a seguir Pienso detenidamente sobre los pasos a seguir **para salir de un problema**
- 27 Me echo la culpa de lo que ha sucedido Me echo la culpa de **los problemas sucedidos**
- 28 Consigo que otras personas me ayuden o aconsejen Sin adaptación

Fuente: Elaboración propia a partir de la adaptación del criterio de claridad de la Escala de Afrontamiento BriefCope 28.

ANEXO n.º 9. Escala de Afrontamiento Brief Cope 28

Escala de afrontamiento BRIEFCOPE 28

A continuación encontrará una serie de preguntas, sobre la manera en que afronta los problemas que surgen en el acontecer diario. No existen respuestas buenas o malas. Los resultados de este cuestionario serán exclusivamente confidenciales.

Debe marcar (X) de manera precisa en el casillero que se asemeje con sus sentimientos respecto al afrontamiento de problemas.

	Nunca	A veces	A menudo	Siempre
1. Intento conseguir que alguien me ayude o me aconseje que hacer				
2. Concentro mis esfuerzos en hacer algo sobre la situación estresante en la que me encuentro				
3. Acepto la situación complicada que está pasando				
4. Recorro a realizar mis trabajos o a otras actividades para alejar los problemas de mi mente				
5. Cuando me veo en un conflicto, me digo a mí mismo “esto no es real”				
6. Cuando me encuentro en un conflicto, propongo una estrategia de solución				
7. Hago bromas sobre el problema				
8. Me critico a mí mismo/a cuando las cosas no salen según lo esperado				
9. Consigo apoyo emocional de otros				
10. Busco alternativas de solución para intentar que la situación mejore				
11. Prefiero no ocuparme del problema				
12. Menciono mis sentimientos negativos frente a una situación estresante				

13. Me niego a creer que el problema haya sucedido				
14. Intento ver el lado bueno de la situación				
15. Consumo alcohol u otras drogas para sentirme mejor				
16. Intento hallar consuelo en mi religión o creencias espirituales				
17. Consigo el consuelo y la comprensión de alguien				
18. Busco aspectos positivos ante las dificultades				
19. Suelo reír ante una situación estresante				
20. Rezo o medito cuando me encuentro en un conflicto				
21. Aprendo a vivir con mis problemas				
22. Hago algo para pensar menos en lo que me estresa, como revisar mis redes sociales, ver películas o telenovelas, etc.				
23. Expreso mis sentimientos negativos ante un problema				
24. Recorro al alcohol u otras drogas para superar mis problemas				
25. Renuncio al intento de afrontar mis problemas				
26. Pienso detenidamente sobre los pasos a seguir para salir de un problema				
27. Me echo la culpa de los problemas sucedidos				
28. Consigo que otras personas me ayuden o aconsejen				