

FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD

Carrera de **PSICOLOGÍA**

“ESTRATEGIAS DE AFRONTAMIENTO Y SATISFACCIÓN
CON LA VIDA EN ESTUDIANTES DE UNA UNIVERSIDAD
PRIVADA DE LIMA, 2021”

Tesis para optar el título profesional de:

Licenciada en Psicología

Autora:

Araceli Maguina Cubas Bazan

Asesor:

Dr. Juan Bautista Caller Luna

<https://orcid.org/0000-0001-6623-246X>

Lima - Perú

2023

JURADO EVALUADOR

Jurado 1 Presidente(a)	Tanía Carmela Lip Marín de Salazar	08179761
	Nombre y Apellidos	Nº DNI

Jurado 2	Gustavo Adolfo Gonzales Ibáñez	41849520
	Nombre y Apellidos	Nº DNI

Jurado 3	Jorge Alberto Torres Morales	08039505
	Nombre y Apellidos	Nº DNI

INFORME DE SIMILITUD

cubas_baz_n_tesis_final_29_06.docx

INFORME DE ORIGINALIDAD



FUENTES PRIMARIAS

1	hdl.handle.net Fuente de Internet	6%
2	www.psicologamonicalopez.com Fuente de Internet	3%
3	repositorio.ucsp.edu.pe Fuente de Internet	1%
4	upc.aws.openrepository.com Fuente de Internet	1%
5	Isabel M. Martínez, Isabella Meneghel, Jonathan Peñalver. "¿El género afecta en las estrategias de afrontamiento para mejorar el bienestar y el desempeño académico?", Revista de Psicodidáctica, 2019 Publicación	1%
6	repositorio.usmp.edu.pe Fuente de Internet	1%
7	tesis.pucp.edu.pe Fuente de Internet	1%

repositorio.uladech.edu.pe

DEDICATORIA

A mi familia por su apoyo incondicional, su incentivo diario, porque en las situaciones más complicadas siempre están alentándome y dándome las mejores instrucciones para seguir en frente.

AGRADECIMIENTO

A Dios y a la vida, por las grandes oportunidades que se me presentan en la actualidad y que a pesar de las adversidades lo más positivo es nunca desistir y seguir en frente.

Tabla de contenido

JURADO EVALUADOR	2
INFORME DE SIMILITUD	3
DEDICATORIA	4
AGRADECIMIENTO	5
TABLA DE CONTENIDO	6
ÍNDICE DE TABLAS	7
RESUMEN	8
ABSTRACT	9
CAPÍTULO I: INTRODUCCIÓN	10
CAPÍTULO II. METODOLOGÍA	37
CAPÍTULO III. RESULTADOS	45
CAPÍTULO IV. DISCUSIÓN Y CONCLUSIONES	48
REFERENCIAS	54
ANEXOS	68

Índice de tablas

Tabla 1: Prueba de normalidad de Kolmogorov - Smirnov (a) de las variables de estudio y sus dimensiones	42
Tabla 2: Correlación de Spearman entre las variables Satisfacción con la vida y Estrategias de afrontamiento	45
Tabla 3: Correlación de Spearman entre Satisfacción con la vida y la dimensión Resolución de problemas.....	45
Tabla 4: Correlación de Spearman entre la variable Satisfacción con la vida y la dimensión Referencia a los otros.	46
Tabla 5: Correlación de Spearman entre Satisfacción con la vida y la dimensión Afrontamiento no productivo	46
Tabla 6: Matriz de consistencia.....	70
Tabla 7: Matriz de operacionalización de la variable 1	71
Tabla 8: Matriz de operacionalización de la variable 2.....	72
Tabla 9: Escala de afrontamiento (ACS).....	74
Tabla 10: Escala de Satisfacción con la Vida (SWLS).....	78

RESUMEN

La presente investigación tuvo como objetivo determinar la relación entre las estrategias de afrontamiento y la satisfacción con la vida en 170 estudiantes de una universidad privada de Lima. El tipo de muestreo fue no probabilístico intencionado. Los instrumentos utilizados en la aplicación de este estudio fueron: Escala de afrontamiento (ACS) y Escala de Satisfacción con la Vida (SWLS). Los resultados fueron obtenidos mediante el análisis del software estadístico SPSS versión 26. Asimismo, se evidencia que no existe una relación entre ambas variables, ya que su valor de significancia es ($p > 0.05$), del mismo modo, se define que sí existe relación positiva entre satisfacción con la vida y la dimensión resolución de problemas en estudiantes de una universidad de Lima, evidenciando una correlación positiva débil ($Rho = 0.197$) y significancia ($p \leq 0.01$). Por otro lado, se obtuvo una correlación positiva débil ($Rho = 0.213$) y significancia ($p < 0.01$), esto significa que se acepta la hipótesis de investigación que sí existe relación entre satisfacción con la vida y la dimensión referencia a los otros. Para finalizar, se evidencia una correlación negativa débil ($Rho = - 0.213$) y de significativa ($p < 0.01$). sin embargo, se acepta la hipótesis de investigación que indica que sí existe relación entre satisfacción con la vida y la dimensión afrontamiento no productivo en estudiantes de una universidad de Lima.

PALABRAS CLAVES: satisfacción con la vida, estrategias de afrontamiento, universitarios

ABSTRACT

The present research aimed to determine the relationship between coping strategies and life satisfaction in 170 students of a private university in Lima. The type of sampling was non-probabilistic and intentional. The instruments used in the application of this study were: Coping Coping Scale (ACS) and Satisfaction with Life Scale (SWLS). The results were obtained through the analysis of the SPSS version 26 statistical software. Likewise, it is evident that there is no relationship between both variables, since their significance value is ($p > 0.05$), likewise, it is defined that there is a positive relationship between life satisfaction and the problem-solving dimension in students of a university in Lima, showing a weak positive correlation ($Rho = 0.197$) and significance ($p < 0.01$). On the other hand, a weak positive correlation ($Rho = 0.213$) and significance ($p < 0.01$) were obtained, which means that the research hypothesis that there is a relationship between life satisfaction and the dimension of reference to others is accepted. Finally, there is a weak negative correlation ($Rho = -0.213$) and significance ($p < 0.01$). However, the research hypothesis indicating that there is a relationship between satisfaction with life and the dimension of non-productive coping in students of a university in Lima is accepted.

KEY WORDS: life satisfaction, coping strategies, university students.

CAPÍTULO I: INTRODUCCIÓN

La Organización Mundial de la Salud, evidenció que la depresión está en un aproximado de 50% con más frecuencia en el género femenino que en el masculino, asimismo, el suicidio es otro tema relevante en la actualidad, ya que cada año se suicidan más de 700 000 personas siendo también, la cuarta causa de muerte en una población que comprende las edades de 15 a 29 años, además, también se menciona que más del 75% de las personas que lo padecen y viven en países de bajos recursos, no cuentan con tratamiento alguno. (OMS, 2023). Por ello, se recalca que la estabilidad mental aún necesita fortalecerse más al nivel mundial y además de ello, se refleja que la insatisfacción vital, está muy presente y relacionada con la salud mental.

Por otro lado, se efectuó un estudio dirigido a jóvenes estudiantes universitarios de América Latina, en la cual ha cedido como evidencia que la salud mental se vio muy afectada por la pandemia, los resultados mostraron que el 27 % de ya mencionada población alcanzó mayores episodios de ansiedad, y un 15 % mostraron depresión. Esta investigación, también patentizó que un 47 % demostró niveles bajos de motivación para hacer las cosas que antes hacía sin ningún problema. Para finalizar, un 73 % de ya mencionada población, sentían la necesidad de solicitar ayuda, pero un 40 % se quedaron en silencio (Unicef, 2021).

Siguiendo la misma línea, el Ministerio de Salud Mental cita a la Organización Mundial de la Salud (OMS) que 1 de cada 4 personas en el mundo sufre problemas de estrés, y en las ciudades llegan al 50% de la población en contacto con personas con los siguientes problemas de salud mental; del mismo modo, se afirma que el 37,9% de los ciudadanos peruanos padece problemas psicológicos que afectan y reflejan dificultades en su salud mental. Por otro lado, cabe señalar que existe la necesidad de una mayor conciencia sobre la salud mental en los países de América del Sur. (MINSA, 2018).

Al nivel nacional, con referencia a la pandemia y su impacto psicológico en la población, define cuáles son las manifestaciones psicológicas negativas más comunes de las personas; estos fueron la depresión, estrés, apatía, irritabilidad, insomnio, TEPT, ira y estado de ánimo agotado. Asimismo, los trastornos de estrés agudo, los trastornos de adaptación y los trastornos de estrés postraumático son evidentes en las poblaciones más jóvenes. (MINSA 2021). Por otro lado, en otra investigación nacional, una de las medidas que se están tomando para evitar la propagación del coronavirus es la transición de la educación tradicional a la virtual. Esto ha causado consecuencias adversas para los estudiantes universitarios, principalmente en el proceso de aprendizaje y la salud mental, la epidemia y la distancia social, así como los requisitos de los nuevos métodos de enseñanza, los estudiantes tienen que lidiar con ello desarrollando estrategias que les permitan adaptarse satisfactoriamente (Aservi, 2022).

Al nivel local en Lima Norte, se efectuó un estudio realizado en una muestra de 60 estudiantes universitarios de la carrera de enfermería, quienes demostraron en su mayoría, niveles altos de depresión leve, asimismo, la depresión moderada y severa forman parte de sus vidas. (Barrera et. al, 2021).

Con respecto a las estrategias de afrontamiento, se menciona que existe un tipo específico de conducta que refleja la adaptación, estrategias de afrontamiento encaminadas a reducir las acciones provocadas por el conocimiento del entorno, que incluye la valoración de los riesgos y la probabilidad de que el sujeto los encuentre. El modelo transaccional del afrontamiento desarrollado por Lazarus y Folkman (1984) ha sido el más aceptado para la investigación sobre afrontamiento. Siguiendo la misma línea, Rodríguez, (2004) recalca que lo estresante o abrumador para unos cuantos, no lo es para otros; esto da lugar a que los estudiantes en un intento de lograr adaptarse a estas situaciones rutinarias y

complicadas pongan en marcha una serie de estrategias de afrontamiento para superar con éxitos las diversas exigencias que se presentan, procurando un alivio de su estado tensional; sin embargo; una gran parte de estudiantes universitarios emplean estrategias de afrontamiento, pero no de manera óptima.

El grupo de autores Gonzales et al. (2009), realizaron un estudio para analizar las estrategias de afrontamiento comúnmente utilizadas por estudiantes universitarios de la carrera de ciencias de la salud. Los resultados obtenidos mostraron que las estrategias más y menos utilizadas por los estudiantes fueron la búsqueda de apoyo y la reevaluación positiva, respectivamente. También muestran que las mujeres utilizan más el apoyo social, mientras que los hombres optan por utilizar estrategias de reevaluación o planificación positivas. Este estudio quiere que entendamos que cuantos más recursos psicológicos están disponibles, generalmente se dan respuestas más relajadas a las demandas externas.

En el mismo sentido, los jóvenes estudiantes de hoy enfrentan enormes desafíos en el ámbito académico, y postularse e ingresar temprano a la universidad se convierte en un desafío o una meta, especialmente cuando se encuentran en la adolescencia o en los primeros años de la edad adulta. Asimismo, su cotidianidad muestra los esfuerzos que tienen que realizar para aclimatarse en el nuevo entorno académico; porque vienen aquí en su primer año con una gama de experiencias personales, académicas y sociales que les brindan estrategias básicas para hacer frente a las demandas en la vida universitaria (López et al., 2006, citado en Rosales, 2016). Por otro lado, dentro de la misma población, la deserción universitaria se presenta en la medida en que las familias y los estudiantes se ven afectados por las oportunidades de mejorar sus condiciones de trabajo social y el Estado en la medida en que aumenta el costo de financiar la universidad. (Povedo, 2019; Escanés et al., 2011; Medellín, 2010; Piratoba & Barbosa , 2013).

Espinosa et, al. (2020), mencionan que el estrés adquiere influencia en diferentes enfermedades, disminuye el rendimiento laboral y académico, perjudica las relaciones personales y familiares, generando consecuencias que afectan al cuerpo, mente y emociones, por ello también se enfoca en como rinden los alumnos a nivel universitario y esto implica una presión constante para los alumnos; por otra parte, en su largo trayecto universitario, están cada vez más involucrados a constantes exigencias académicas, exceso de responsabilidad, las evaluaciones constantes, trabajos, exposiciones, así como la presión familiar, presión económica y social (Sánchez, 2018). Por ello, se recalca que, en la actualidad, estos factores priman en la salud mental de los jóvenes universitarios.

Por otro lado, con respecto a la satisfacción con la vida, estudios relacionados con población universitaria han demostrado que ello depende del logro de metas y de recibir apoyo social a lo largo de la vida (Castro y Sánchez, 2000, así como Novoa y Barra, 2015). De la misma forma, Diener (2006) argumenta que la calidad de vida de una persona está enraizada en el bienestar subjetivo que se logra al establecer, lograr y alcanzar las metas deseadas. Por lo tanto, las acciones de las personas para lograr el bienestar en este sentido se basarán en sus fortalezas y habilidades para darse cuenta de su dependencia de sí mismas, así como en la posibilidad de realizar las metas de evaluación que tiene la sociedad.

Es particularmente interesante estudiar la satisfacción con la vida de los estudiantes universitarios, ya que enfrentan nuevas demandas en este período que puede afectar las percepciones y evaluaciones de los estudiantes sobre sí mismos, ya que permite concluir que existen diferentes fuentes de estrés en esta fase, lo cual les dificulta hacer frente a nuevas situaciones, lo que se traduce en una disminución de su satisfacción con la vida (Novoa & Barra, 2015).

De igual forma, Tavera y Martínez (2021) mencionan que las expresiones del campo afectivo de los estudiantes universitarios y los valores del campo de estudio explican la posibilidad de que el evento ofrezca una experiencia, es decir, "cómo el sujeto es afectado por la influencia de lo que sucede a tu alrededor". Al respecto, los universitarios han manifestado que desde el brote han tenido que aprender a manejar sus emociones, ser pacientes ante el aislamiento, mantenerse alejados de compañeros y amigos y vivir solos. También han reevaluado sus vidas. aceptación o autoafirmación. Además, señalaron que han aprendido a disfrutar y amar.

De igual forma, otro estudio sobre el bienestar de los estudiantes universitarios, mostró que este grupo se encuentra en una importante etapa de desarrollo, involucrando diferentes aspectos del bienestar y mayores niveles de bienestar (Domínguez e Ibarra, 2017; Vera, Yañez y Grubits , 2013). Asimismo, la autoestima se asocia con la adaptación al entorno universitario (De Besa, Gil, & García, 2019), mientras que altos niveles de satisfacción con la vida se asocian con una mejor calidad de vida educativa y actitudes hacia la escuela, así como una mejor escolaridad de media (Koç y Pepe, 2018).

En el año 2015 en contexto nacional, MINSA otorgó a los estudiantes universitarios un documento técnico aprobado con Resolución Ministerial N°485-2015/MINSA, con el fin de brindar una mejor calidad de vida, teniendo en cuenta a que esta población pueda desarrollar formas de vida, compromiso social, poner en marcha talentos personales para beneficiar entornos favorables, reforzar labor comunitaria y compromiso con la salud. Así mismo, se mencionó que el bienestar de los universitarios está muy conectado a realidades como la salud mental, nutricional, física, sexual y reproductiva, entre otros (MINSA, 2015).

Por ello, ante lo planteado se puede deducir que una de las metas circunstanciales para los jóvenes universitarios consiste en que ellos conozcan y procuren una buena calidad de vida en diversas áreas, así también como fomentar comportamientos y contextos saludables que favorezcan y estimulen el incremento de un estilo beneficioso y el logro de los fines que propone la vida universitaria. Asimismo, es importante conocer el cómo los estudiantes universitarios afrontan mediante distintas estrategias que utilizan para decidir organizar su rutina y enfrentar sucesos complicados en su vida cotidiana. Se evidencia también el poco entusiasmo desarrollado por el estrés o algún tema de depresión que impide que hoy en día los jóvenes universitarios consigan la organización en sus vidas.

Teniendo esto en cuenta, se puede mencionar que a nivel internacional tenemos a Bello et al. (2021), en República Dominicana, en su estudio con diseño no experimental transversal, "Estrategias de supervivencia: efectos en el bienestar psicológico de universitarios durante la pandemia de COVID-2019", que examinó efectos de las estrategias de afrontamiento en la salud mental de los estudiantes en República Dominicana durante COVID-19. Se utilizó el Cuestionario de Orientación para Afrontar Problemas Experimentados (COPE - 48) y Escala de Bienestar Psicológico. Participaron 135 estudiantes de 18 a 25 años de una universidad privada. Los hallazgos empíricos destacan predictores positivos de la salud mental en esta muestra, como la aceptación, el crecimiento personal y la búsqueda de apoyo social. Sin embargo, otros hallazgos también sugieren que los estudiantes universitarios más jóvenes son más propensos a utilizar estrategias de afrontamiento negativas que predicen una peor salud mental, como el consumo de alcohol o drogas, la abstinencia y la negación. En este caso, se obtuvieron datos de 135 participantes (74,07% mujeres), jóvenes universitarios entre 18 y 25 años ($M = 20,47$, $DT = 1,53$), residentes en la misma ciudad.

Del mismo modo, Muñoz et al. Chile (2023) analizó la relación entre salud mental, autoestima y satisfacción con la vida en universitarios del sur de Chile en su trabajo de investigación "Salud mental, autoestima y satisfacción con la vida en universitarios del sur de Chile", con la utilidad de instrumentos como la Escala de satisfacción con la vida y Escala de depresión, ansiedad y estrés (DASS-21). Fueron un total de 452 participantes entre 18 a 24 años estudiantes universitarios quienes respondieron cuatro instrumentos: cuestionarios sociodemográficos, escalas de depresión, ansiedad y estrés, escalas de satisfacción con la vida y escalas de autoestima. Los resultados mostraron que los estudiantes que puntuaron más alto en problemas psicológicos tenían una menor satisfacción con la vida y una menor autoestima. También se demostró que las mujeres son más propensas a tener problemas psicológicos que los hombres. Por otro lado, los mismos resultados de asociación mostraron correlaciones positivas, significativas y moderadas entre la satisfacción con la vida y la autoestima. Buscando correlación entre satisfacción con la vida y salud mental, se evidenció que satisfacción vital y autoestima tiene una relación positiva, significativa y moderada ($r = .598$), mientras que, entre satisfacción vital y salud mental, autoestima y salud mental presentan una relación negativa y significativa, siendo moderadas ($r = -.422$ y $r = -.635$).

Por otro lado, Martínez et al. (2019) en España en su trabajo de investigación "¿Influye el género en las estrategias de afrontamiento para mejorar el bienestar y el rendimiento académico?" se verificaron diversos aspectos de la sexualidad como el género. Asimismo, este estudio tiene dos objetivos: (1) analizar el uso que hacen los estudiantes universitarios de diferentes estrategias de afrontamiento desde una perspectiva de género (2) investigar la importancia de las estrategias de afrontamiento de los estudiantes universitarios en su salud mental. Los instrumentos que se utilizaron fueron Estrategias de

afrontamiento, Engagement académico y Satisfacción académica. Por ejemplo, participación académica y el éxito académico (como logros y satisfacción) se desagregan por género. Se seleccionaron 767 estudiantes (59,7% mujeres) de una universidad española. ANOVA reveló que el uso de algunas estrategias de afrontamiento difería según el género: las mujeres informaron niveles más altos de búsqueda de apoyo, mientras que los hombres informaron niveles más altos de afrontamiento centrado en el significado. Los resultados de varios conjuntos de ecuaciones estructurales indicaron que solo la evitación y el afrontamiento centrado en el problema estaban relacionados con el desempeño y la satisfacción con el compromiso. Con respecto al género femenino, el compromiso moderó como se relacionan el afrontamiento centrado en el problema y la satisfacción y el desempeño, y entre el afrontamiento evitativo y la satisfacción y el desempeño. Para los hombres, el compromiso moderó la relación entre el afrontamiento centrado en el problema y la satisfacción, mientras que moderó parcialmente la relación entre el afrontamiento centrado en el problema y el desempeño. Específicamente con el objetivo 1, el afrontamiento centrado en la búsqueda de apoyo $F(1, 763) = 50.74, p = < .001, \eta^2 = .01$ y afrontamiento centrado en el significado $F(1,763) = 8.74, p = < .01, \eta^2 = .01$, se da a entender que el género femenino evidencian niveles altos de afrontamiento centrado en la búsqueda de apoyo, el género masculino muestran niveles altos de afrontamiento centrado en el significado.

Meneses y Medina (2019) realizaron un estudio en Colombia para determinar el grado de relación lineal entre el bienestar subjetivo y las estrategias de afrontamiento en estudiantes de la Universidad Santo Tomás. Se utilizó la Escala de afecto positivo y afecto negativo (PANAS) y Escala de satisfacción con la vida (SWLS). La población incluyó 313 participantes; el estudio concluyó que los estudiantes que tenían buena salud mental y

usaban más estrategias de afrontamiento dirigidas a resolver conflictos usaban destrezas centradas en la emoción (exploración de recompensas). Mencionando las oposiciones en el uso de estrategias de afrontamiento, se halló que los hombres tendían a utilizar estrategias de resolución de problemas y, por tanto, tenían un mayor bienestar subjetivo, mientras que las mujeres utilizaban destrezas encaminadas a la emoción. Las correlaciones de Pearson reflejaron correlaciones significativas en ambas variables; la reevaluación positiva (0,267), la búsqueda de sugerencias (0,178), la resolución de problemas (0,234) y la búsqueda de recompensas (0,249) estuvieron fuertemente relacionadas con BS. Se concluyó que los estudiantes universitarios presentaron altos niveles de BS y mayor uso de EA por estar orientados al conflicto, con estrategias centradas en la emoción (búsqueda de recompensa), en cuanto a las diferencias de género, se concluyó que los hombres, Las estrategias orientadas a la solución de problemas fueron dominantes y mostraron mayor BS, mientras que entre las mujeres, el uso de EA más orientado a la emoción reportó una mayor satisfacción con la vida, por otro lado, el BS en este grupo de edad fue mayor en la edad pico 24-30 años, mientras que el grupo de edad 18 -23 reportaron para mayor satisfacción con la vida, predominó el uso de estrategias orientadas a la emoción en ambos grupos de edad, sin embargo, el grupo fue de 24-30 años reportó un mayor uso de estrategias de búsqueda de recompensas, por lo que se puede concluir que el uso de esta estrategia tiene un efecto directo sobre el SWB.

Canino (2019) en su estudio "Estilos de afrontamiento de eventos vitales negativos y su impacto en el bienestar subjetivo" tuvo como objetivo analizar y determinar la relación entre los estilos de afrontamiento y el bienestar subjetivo de jóvenes universitarios utilizando un total de 40 muestras. Se aplicaron, el Inventario de Estrategia de Afrontamiento (CSI) y la Escala de Felicidad Subjetiva (SHS). Los estudiantes

universitarios fueron, 14 hombres y 26 mujeres de entre 18 y 25 años, residentes en Canarias. Este estudio no encontró una relación lineal entre las estrategias de afrontamiento y el bienestar, lo que resultó en una $p > 0,05$.

Finalmente, Gaeta, et al. (2022), en México, enfocaron su investigación en analizar los efectos emocionales y las estrategias de afrontamiento en 1290 universitarios quienes respondieron los cuestionarios vía virtual. Los instrumentos utilizados fueron Coping Resources Inventory y Cuestionario de Afrontamiento del Estrés. El género femenino demostró emociones como incertidumbre y ansiedad, mientras que el género masculino se inclinó por gratitud, alegría y esperanza. Asimismo, las destrezas afrontativas más manejadas fueron las contribuyentes a reinterpretación de contextos. En cuanto a correr o caminar, tener área personal para aprender, vivir con la familia y recursos tecnológicos favorecieron emociones positivas. Por otro lado, cuando son expuestos a una visita al médico, las percepciones cambian y se traducen a tristeza, ansiedad y confusión. La investigación concluye recalando las necesidades de accionar social y educativa para ayudar a que los jóvenes afronten un contexto complejo, asimismo, se rescata que los aprendices pueden aprender de la adversidad y experimenten lo más positivo para continuar con sus estudios vía virtual.

A nivel nacional, se debe encomiar el trabajo realizado por Gaona y Ruiz (2020) en la elaboración de un estudio titulado “Estrategias de afrontamiento y satisfacción con la vida de los adultos que estudian y trabajan en el Área Metropolitana de Lima”. El propósito de este estudio fue determinar la existencia de una relación entre las estrategias de afrontamiento y la satisfacción con la vida en 408 adultos que trabajan y estudian en una universidad privada de la ciudad de Lima capital. Había 225 mujeres y 183 hombres con una edad media de 29,82 años ($DE = 6,52$). Se utilizaron los instrumentos como el

Inventario de Estimación del Afrontamiento (COPE 60) y la Escala de Satisfacción con la Vida. Los resultados mostraron que, por un lado, existe una correlación positiva entre la planificación, el afrontamiento positivo y la reinterpretación positiva y el crecimiento y la satisfacción con la vida. Además, se encontraron correlaciones negativas entre el enfoque y la liberación emocional y la satisfacción con la vida. En este sentido, la satisfacción con la vida de una persona está relacionada con el uso de diversas estrategias de afrontamiento. La muestra estuvo conformada por 408 estudiantes y adultos trabajadores que ejercían ocupaciones comerciales en una universidad privada de Lima metropolitana, con edades entre 17 y 55 años, con una edad promedio de 29.82. Con respecto al análisis de correlación entre satisfacción vital y las dimensiones de estrategias de afrontamiento, satisfacción con la vida y el factor Planificación, Afrontamiento Activo y Reinterpretación positiva y crecimiento es de .262 ($p < .01$), con Búsqueda de apoyo social por razones instrumentales y emocionales es de -.001, con Uso del Humor es de -.091, con Afrontamiento religioso es de .068, con Enfocar y liberar emociones es de -.186 y con Negación es de .001. Las correlaciones estadísticamente significativas tienen coeficientes entre .001 y 1.00.

Por su parte, León y More (2022) en su estudio “La influencia de los estilos de supervivencia en el bienestar de los estudiantes universitarios de la universidad privada de Arequipa” intentaron comprender la influencia entre dos variables en una muestra de 456 estudiantes de todas las profesiones entre 17 y 30 años de una universidad privada de la ciudad de Arequipa. Se utilizaron la Escala de Felicidad de Lima y la Escala de Modos de Afrontamiento de Lazarus y Folkman WOC-R. Los resultados mostraron que los estilos de afrontamiento parciales tenían efectos positivos significativos en las cuatro dimensiones de la variable bienestar; las estrategias de afrontamiento que se relacionaron positivamente

con las subescalas de bienestar fueron: evitación, alienación, apoyo social, reevaluación positiva, autocontrol y planificación. El 60,7% de los participantes tenía un nivel relativamente alto de satisfacción con las dimensiones de la vida. Además, las participantes femeninas eran más propensas a utilizar estilos de afrontamiento orientados al autocontrol que los participantes masculinos. Las muestras se seleccionan utilizando un método de probabilidad aleatoria simple. Por otro lado, con la prueba de Pearson, las dimensiones de la escala de felicidad se armonizaron entre sí de forma moderada, positiva y significativa pero solo la dimensión Sentido positivo de la vida se correlacionó de forma negativa, baja y significativa ($r = -.239$) con el estilo de afrontamiento Reevaluación positiva.

Por su parte, Pérez y Valle (2020) presentaron su estudio sobre estudiantes universitarios “Estrategias de afrontamiento e ideación suicida de estudiantes de psicología de una universidad privada al norte de Lima, 2020”. Su estudio tuvo como objetivo determinar la relación entre las estrategias de afrontamiento y la ideación suicida en 324 estudiantes de psicología de una universidad privada del Cono Norte, de 19 a 41 años, que cursaron un semestre. 2019-1. Los instrumentos utilizados en la aplicación de este estudio fueron: Inventario de Estrategias de Afrontamiento (CSI) y Escala de Ideación Suicida (SIS). Los resultados encontrados brindan una relación indirecta entre las dos variables debido al valor significativo de la magnitud ($p < 0,005$). Además, encontramos que las estrategias de afrontamiento dominantes eran a) adaptación terciaria ($\bar{x} = 52$), b) resolución adecuada de problemas de segundo nivel ($\bar{x} = 27.05$) y c) resolución de problemas primarios ($\bar{x} = 13.61$).

De igual manera, Mego (2020) en su proyecto de investigación “Bienestar psicológico y satisfacción con la vida entre estudiantes de psicología de una universidad privada de Trujillo” nos comenta que pretendió comprender la relación entre dos variables

correlacionadas en una muestra de 250 jóvenes de 16 a 25 años, asimismo, estudiantes de la carrera de psicología en una universidad privada del norte. Para evaluar dicha investigación, se utilizó la Escala de Bienestar Psicológico para Adultos (BIEPS – A) y la Escala de Satisfacción con la Vida (SWLS). Resultó que existe una correlación directa entre las dos variables, es decir, cuanto mejores sean las estrategias de afrontamiento que ofrece un individuo, mayor será su satisfacción con la vida. Por otro lado, se aceptó la hipótesis general debido a que la psicología del bienestar incide en la satisfacción con la vida, explicando alrededor del 30% de su variabilidad, por lo que las dimensiones de autoaceptación y autocontrol tienen un mayor impacto en la satisfacción con la vida explica alrededor del 67% de la variabilidad; Variabilidad de la satisfacción; y elementos que explican alrededor del 35% de su variabilidad; finalmente, las conexiones sociales tuvieron un pequeño efecto sobre la satisfacción con la vida, explicando alrededor del 19% de la variabilidad.

Urrelo y Huamani (2020) realizaron un estudio para determinar la relación entre la satisfacción con la vida y los estilos de afrontamiento en jóvenes de escuelas públicas de Arequipa, Perú. Participaron del estudio 872 estudiantes de cuarto y quinto de secundaria, 463 mujeres y 409 hombres. Los instrumentos de evaluación utilizados fueron la Escala de Satisfacción con la Vida del Adolescente y la Escala de Afrontamiento. En los resultados de este estudio, encontraron que el nivel promedio de satisfacción con la vida de su población difería según el género, siendo los hombres los más satisfechos. En cuanto a los estilos de afrontamiento, encontraron que los estilos centrados en relacionarse con los demás fueron utilizados primero por los jóvenes, seguidos de estilos centrados en la resolución de problemas y, finalmente, contraproducentes. Hay una gran diferencia entre hombres y mujeres en este tema, ya que los hombres de 16 años trabajan más con sus problemas buscando a otros, buscando apoyo y recurriendo a otros recursos; también lo

son sus amigos, padres, maestros o dioses. En el análisis estadístico descriptivo de la variable satisfacción con la vida, el 50% puntuó entre 15,81 y 22,02; la mediana, medida por tendencia central, fue de 19,09; es decir, la población en general estaba satisfecha con su vida. De igual forma, la interpretación de las dimensiones muestra que el 71,8% de la población se encuentra en el rango de satisfacción y muy satisfecho, el 8,8% de la población se encuentra en el rango neutral y el 19,3% de la población se encuentra en el rango de satisfacción, frustración y gran frustración. Los estilos de afrontamiento más comunes utilizados por los jóvenes fueron los estilos de afrontamiento orientados a las relaciones, seguidos por los estilos de resolución de problemas y, por último, los estilos contraproducentes. Del mismo modo, los tipos solucionadores de problemas tenían una media de 62,66 (DE = 12,24), hacia los demás 46,74 (DE = 8,82) y los tipos contraproducentes tenían una media de 55,06 (DE = 8,37).

Finalmente, Turpo y Pedraza (2018), en la ciudad del Cuzco, desarrollaron una investigación de ambas variables en un grupo de 187 estudiantes universitarios, lo cual deseaban establecer una correlación entre estas, sin embargo, los resultados no evidenciaron una correlación y sus resultados fueron orientados a una hipótesis nula con respecto a ambas variables ya mencionadas. Los instrumentos fueron la Escala de afrontamiento para adolescentes (ACS) y la Escala de Satisfacción con la Vida (SWLS).

En la definición de estrategias de afrontamiento, Frydenberg (1997), las define como acciones que significan respuestas a situaciones, experiencias o preocupaciones del propio individuo, asimismo, figuran una manera de mantener y modificar el equilibrio por el efecto que estas situaciones puedan provocar.

Las 18 estrategias de afrontamiento se agrupan en tres estilos de afrontamiento: resolución de problemas, subcontratación y afrontamiento contraproducente. Enfrentar un

problema es diferente a enfrentarlo y mantener una actitud optimista. Enfoque de resolución de problemas (Rp): Estrategias que tienen como objetivo encontrar soluciones a los problemas a través de una gama de soluciones alternativas. Fijarse en lo positivo (Po): Estrategias para tratar de ver el lado bueno de una situación y dirigir tus pensamientos hacia cosas más positivas. Distracción física (Fi): se refiere a actividades que incluyen ejercicio, buen estado físico y tratar de mantenerse en forma. Buscar diversiones relajantes (Dr): Describa actividades relajantes y/o pasatiempos: escuchar música, dibujar, leer historias, tocar instrumentos musicales y bailar. Esfuerzo y Éxito (Es): Participar en actos de determinación, dedicación y ambición.

Basado en la referencia a otros, esto significa compartir preguntas e inquietudes con otros y buscar su apoyo de la misma manera. Buscar apoyo social (As): Compartir problemas con otros, buscar apoyo para la resolución de problemas y capacidad para seguir adelante. Inversión en amigos (Ai): está interesado en desarrollar una relación personal o íntima con alguien que ve regularmente. Búsqueda de pertenencia (Pe): Una persona se preocupa y se preocupa por sus relaciones con los demás, preocupándose por lo que piensan de él. Busque apoyo espiritual (Ae): use la oración y la fe en una deidad o líder religioso. Búsqueda de Ayuda Profesional (Ap): Consiste en buscar la opinión de una persona competente, como un profesional, docente o cualquier otro asesor, para solucionar un problema. Acción social (So): mostrar problemas a otros tratando de obtener ayuda organizando un evento.

Finalmente, tenemos estrategias contraproducentes, en este estilo no nos permiten encontrar soluciones a los problemas. Preocupación (Pr): Miedo a lo que pueda pasar en el futuro, experimentar miedo y preocupación. Mantenga la esperanza (Hi): una estrategia basada en la esperanza y la expectativa de un resultado positivo, con la esperanza de que

las cosas funcionen. Retiro (Na): Incapacidad para lidiar con problemas y síntomas físicos. Alivio del estrés (Rt): Intentar sentirse mejor para aliviar el estrés, como consumir alcohol o drogas. Ignorar Problema (Ip): Ignorar y rechazar el problema. Autoculpabilidad (Cu): Se sienten responsables de sus problemas o preocupaciones. Guardar para sí mismo (Re): la persona se distancia de los demás, guardándose el problema para sí mismo.

Por otro lado, la teoría de la evaluación cognitiva de Lazarus y Folkman en 1984 usó el término afrontamiento para revelar los intentos continuos a nivel conductual, cognitivo y emocional para hacer frente a una situación en la que las personas realmente no tienen todos o suficientes recursos para resolver un problema. Esto significa que todos se enfrentan a una situación en la que se emitirán dos tipos de juicios: un juicio inicial que acerca al individuo a un juicio en el que verá la situación como problemática, cuestionable, manejable, inapropiada, preocupante o nula, evaluación secundaria, que en la práctica utiliza los recursos disponibles para hacer frente a la situación. Al final de esta evaluación, las personas operan en dos direcciones o lo que se denominan estrategias.

Lipowsky (citado en Hallasi, 2019) menciona en su teoría que el afrontamiento es una estrategia que los individuos utilizan en situaciones problemáticas para sentirse seguros y cálidos en su entorno. Nuevamente, el uso de estas estrategias dependerá de las creencias o la educación de la persona a lo largo de la vida, recordando que el afrontamiento también es un proceso que cambia según las circunstancias angustiosas y las soluciones a los problemas. Lipowsky (citado en Hallasi, 2019) mantiene tres hipótesis de afrontamiento que los individuos utilizan en su vida cotidiana: a). Problemas de afrontamiento: este recurso pretende encontrar múltiples soluciones a los problemas a los que se enfrenta en función del criterio del individuo. b). Afrontamiento Emocional: Se refiere a la reducción de las emociones ante las distracciones, por lo que las personas

utilizan la evitación, el aislamiento o la confrontación para afrontar los problemas.-

Contexto de Superación: Se menciona que algunas personas mantienen su fe y espíritu en circunstancias adversas para aumentar la motivación en lugar de sucumbir a la decadencia. Sus diferentes recursos y estrategias dependen no solo de la cognición, el comportamiento, la emoción o la bioquímica, sino también de las diferentes demandas de su entorno.

Pavot y Diener (1993), nos mencionan su definición conceptual en base a la satisfacción con la vida, como una percepción de satisfacción en plenitud y de estado que genera equilibrio interno, asimismo, ello está vinculado a una sensación afectiva que va a surgir a raíz de las metas y objetivos y se busque las necesidades de desarrollo.

Según Barraca & López (1997), a) Satisfacción familiar: se define como un conjunto de apreciaciones cognitivas y emocionales en las que una persona asigna un valor emocional positivo a su integración en la familia. b) Satisfacción de amistad, que significa empatía, comunicación fluida, comunicación fluida y optimizada, c) Satisfacción profesional, que se refiere a las relacionadas con los buenos hábitos cotidianos, el orden, la disciplina y el bienestar, que se desea lograr estabilidad emocional. Siguiendo la misma línea está d). La satisfacción con la pareja se refiere al amor, la comodidad, la reciprocidad, las costumbres, el malestar, etc. (Ciertos problemas en las relaciones de pareja modernas. finalmente yo). La satisfacción económica son las demandas y necesidades que día a día se imponen a nuestro entorno, su uso es natural y específico a cada situación individual. En cuanto al modelo teórico de la satisfacción con la vida,

Venhoven (1994) menciona en su estudio sobre la satisfacción con la vida que el término "calidad de vida" tiene dos significados: 1) la existencia de condiciones necesarias para una buena vida; 2) existencia de buenas prácticas de vida. Cuando decimos que un país tiene una mala calidad de vida, nos referimos a la falta de condiciones necesarias

como alimentación adecuada, vivienda y atención médica. En otras palabras, el país es "invisible" para sus ciudadanos. El segundo significado no se aplica a nivel social. No podemos decir que el país vive bien, el país no "vive", sólo su gente "vive". A nivel personal, este término tiene dos significados. Cuando decimos que alguien no está bien, significa que le falta algo que consideramos esencial. Estas condiciones pueden tener relación mas no concurren necesariamente. Se dice que una persona puede tener mucho poder, pero por otro lado puede estar afligida. Por otra parte, alguien que es pobre, sin poder, puede de cualquier forma tener un buen desarrollo mental y físico.

Según Casas (1999), sugiere que el concepto actual de "calidad de vida" involucra la participación de los ciudadanos en la evaluación de los factores que los afectan, y por lo tanto tiene implicaciones políticas que contribuyen al estudio del bienestar humano. Enlace, necesidades socioemocionales e integran la mediación de la percepción psicológica y social, incluyendo la evaluación de experiencias personales.

Por otro lado, vale la pena mencionar que en este contexto es importante estudiar qué factores contribuyen o están relacionados con la satisfacción con la vida, especialmente cuando se trata de jóvenes que han entrado en el período asociado a encontrar su período con cambios profundos asociados con la vida. Identidad propia, crear un proyecto profesional para encontrar un futuro adecuado y lograr el proceso de independencia de la familia para iniciar la etapa adulta (Florenzano, 1993).

La evidencia muestra que las personas más felices y satisfechas desarrollan una imagen propia positiva, controlan su entorno; muestran más recursos para relacionarse con los demás y sufren menos malestar emocional (Casullo & Castro, 2000). En este sentido, el bienestar subjetivo, conocido como bienestar cotidiano, se entiende como un estado de equilibrio interno, satisfacción plena (Alarcón, 2006), que se combina con sentimientos

afectivos placenteros y conduce a una evaluación constante sobre el proceso de vida en el que se crean objetivos, creencias y esfuerzos para satisfacer las necesidades de desarrollo (Arita, 2005).

Del mismo modo, la satisfacción con la propia vida está relacionada con muchos factores internos y externos de una persona. De igual manera, las diferentes formas en que los jóvenes enfrentaron los eventos estresantes jugaron un papel importante en la satisfacción de enfrentar una serie de demandas, desafíos, responsabilidades y otros eventos complejos que llamaron la atención. La psicología positiva es un nuevo enfoque psicológico que explora lo que hace que la vida valga la pena. Es un análisis de lo que va bien en la vida desde el nacimiento hasta la muerte (Seligman y Csikszentmihalyi, 2000).

Este enfoque explora experiencias óptimas en las que las personas se convierten y dan lo mejor de sí mismas. El propósito de los resultados de la investigación en psicología positiva es promover una comprensión científica más completa y equilibrada de la experiencia humana y brindar lecciones valiosas sobre cómo construir una vida feliz, saludable, productiva y significativa (Park & Petersons, 2009).

El marco psicológico positivo proporciona un marco integral para describir y comprender lo que constituye una buena vida (Park y Peterson, 2009). El campo se puede dividir en cuatro dominios interrelacionados: a). Experiencia subjetiva positiva (felicidad, satisfacción, fluidez), b) cualidades personales positivas (fortalezas de carácter, talentos, intereses, valores), c) relaciones positivas (amistad, matrimonio, comunidad), d) instituciones positivas (familia, escuela, empresa, comunidad). Esta división acepta implícitamente la teoría de que las instituciones positivas promueven el desarrollo de relaciones positivas, las cuales promueven el surgimiento de rasgos positivos, al mismo tiempo que promueven experiencias subjetivas positivas (Park & Peterson, 2009).

Por otro lado, el optimismo y el pensamiento positivo se basan en una expectativa global de más bien que mal. En el lenguaje cotidiano, optimismo significa pensamiento positivo. El pensamiento positivo tiene connotaciones ilusorias e ingenuas, pero las investigaciones muestran que el pensamiento positivo tiene muchos beneficios. Los psicólogos han estudiado ampliamente el optimismo con diferentes significados: el optimismo disposicional propuesto por Carver y Scheir (1981), la esperanza defendida por Snyder (2000) y el estilo interpretativo descrito por Peterson y Seligman (1984).

Tomando como base rasgos positivos, animan a los investigadores y profesionales a centrarse en las fortalezas del carácter, como la esperanza, la sabiduría, la amabilidad y el trabajo en equipo (Peterson & Seligman, 2004; Park & Peterson, 2009). La existencia de las relaciones de carácter positivo son el descubrimiento con mayor consistencia en la psicología positiva porque muestra que las buenas relaciones con otras personas (como amigos, familiares y colegas) son el factor más importante en una buena vida mental. Cabe señalar que los aspectos más relacionados con el bienestar son los sociales: por ejemplo, la extroversión, el apoyo social, el número de amigos, el tiempo libre, el matrimonio y la actividad profesional (pero no los ingresos) (Petersen, 2006).

El propósito y el significado de la vida se definen como una vida significativa en la que las personas se sienten conectadas con algo más grande que ellos mismos (Peterson, Park y Seligman, 2005). El "significado" generalmente se evalúa a través de entrevistas o encuestas de autoinforme, asumiendo que una vida significativa se comprende mejor desde la persona que la vive. A veces, encontrar significado no es lo mismo que crear significado (Steger, Frazier y Oishi, 2006). La bondad y la generosidad nos enseñan que las buenas relaciones sociales y un aspecto especial de ellas son ayudar y dar a los demás. La

investigación muestra consistentemente que el voluntariado, la ayuda y la generosidad están asociados con una alta satisfacción con la vida y una buena salud. De hecho, dar parece ser más beneficioso para el que da que para el que recibe (Brown, Nesse, Vinokur y Smith, 2003).

Usando técnicas de intervención derivadas de la psicología positiva, los psicólogos positivos han demostrado que una serie de intervenciones breves y de corto plazo pueden ayudar a mejorar el bienestar y reducir problemas como la depresión (Park y Peterson, 2005). Estas medidas desempeñaron un papel claro no solo en el alivio de las dificultades diarias de enfrentar dificultades y complicaciones, sino también en la acumulación de recursos para mitigar los efectos negativos de la adversidad. También hay una serie de intervenciones psicológicas positivas con valor potencial en la prevención, promoción y tratamiento, comenzando con "El Saboreo", que se trata de ser consciente de la alegría y hacer un esfuerzo consciente para perseguirla. Una forma de cultivar emociones positivas es maximizar el impacto emocional de las cosas buenas que suceden en nuestras vidas. Bryant y Veroff (2006) estudiaron los efectos de disfrutar eventos positivos y encontraron que las personas que lo hacían estaban más satisfechas.

También identificaron estrategias simples de disfrute, como compartir eventos positivos con otros ahora o más tarde; crear recuerdos de estos eventos (por ejemplo, fotografías, diarios, memoriales); Concéntrese más en la percepción; completamente inmerso en el placer y sin pensar en otras cosas. Los profesionales también pueden facilitar el uso de estas estrategias por parte de sus clientes para maximizar experiencias simples y cotidianas, como comer o caminar. Las personas que lo probaron estaban más felices, más optimistas y menos deprimidas que las que no lo hicieron. Por otro lado, la "gratitud o gratitud" es otra habilidad que involucra a las personas que son agradecidas en diferentes

etapas de la vida, mostrando una mayor satisfacción con la vida (Park, Peterson, & Seligman, 2004). Con un esfuerzo consciente, la gratitud puede incorporarse al repertorio personal, y varios estudios realizados por varios grupos de investigación han demostrado que es eficaz tanto en niños como en adultos para aumentar la alegría y el optimismo y reducir la depresión. (Emmons y McCoullough, 2003).

Finalmente, hay "Enfoques basados en las fortalezas: identificación y uso de las fortalezas del carácter de nuevas formas", que explica que nuestras medidas multidimensionales de las fortalezas del carácter se pueden aplicar a las personas (por ejemplo, en forma de clasificaciones) para identificar sus fortalezas específicas y distinguirlas de ellos de otras fuerzas. Se presume que todos tienen fortalezas, independientemente de cómo se comparen con los demás. Este enfoque basado en las fortalezas es particularmente útil cuando se trabaja con personas con discapacidades, bajo rendimiento o baja autoestima. A estas personas a menudo les resulta difícil encontrar algo que creen que es bueno. Pero si comparamos las 24 fortalezas de una misma persona, podemos encontrar la fortaleza que más pesa en su caso. De esta manera, los profesionales pueden ayudarlos a utilizar estas fortalezas en sus vidas.

El humanismo es una escuela psicológica que nació en Estados Unidos en la década de 1960 y tiene dos representantes: Abraham Maslow y Carl Rogers. El humanismo surge como reacción al psicoanálisis y al conductismo, que tenían supuestos opuestos, pero estaban muy extendidos en la época. En contraste con estas dos teorías, los humanistas creen que el hombre es el centro de todas las cosas, proclamando que el hombre es un ser racional capaz de descubrir la verdad, hacer el bien e impulsado por un deseo de autorrealización. (Riveros, 2014).

La teoría humanista otorga un valor significativo a los sentimientos, pensamientos,

emociones y acciones de las personas al proporcionar terapia o soluciones a sus problemas.

Mira al individuo como un todo y tiene en cuenta las circunstancias en las que opera. La teoría no se basa en la cuestión de causa y efecto, sino que analiza los cambios, las experiencias de vida y las situaciones que enfrenta una persona, y se enfoca en la incomodidad o incluso la patología que todos estos factores pueden crear para una persona, es decir sobre la parte existencial de la persona (Peiró, 2021).

Asimismo, la taxonomía ofrece 6 virtudes que incluyen 24 fortalezas, aquí sabiduría y conocimiento, que incluyen creatividad, curiosidad, apertura, amor por el conocimiento y previsión. También lo es el coraje, que incluye valentía, resistencia, vitalidad y autenticidad; y la humanidad, que incluye bondad, inteligencia social y amor. La justicia, la capacidad de trabajar en equipo, la justicia y el liderazgo pertenecen a la justicia. Es templanza e incluye dominio propio, prudencia, perdón y humildad. Finalmente, la trascendencia incluye la apreciación de la belleza y la excelencia, la gratitud, la esperanza, el humor y la espiritualidad.

Vázquez & Valbuena (2010) argumentan que las necesidades de las personas se ordenan según su importancia, ocupan más espacio e imponen una mayor necesidad al individuo. La pirámide de Maslow consta de necesidades fisiológicas que están orientadas a la supervivencia humana y se consideran necesidades básicas (beber agua, respirar, dormir, comer, sexo, vivienda) y necesidades de seguridad para la seguridad personal, estabilidad, orden y protección (empleo, seguridad personal, ingresos, recursos, familia y salud). Asimismo, las personas tienen necesidades de amor, afecto y pertenencia, incluyendo la superación de sentimientos de soledad y alienación, y también expresan el deseo de casarse, ser parte de una comunidad y pertenecer a un grupo social. Por otro lado, las necesidades de estima se centran en el respeto por uno mismo, el

respeto por los demás, los logros concretos y el reconocimiento personal en el sentido de que las personas intentan sentirse seguras, necesitadas y valoradas en un grupo social. Por último, están las necesidades de autorrealización, estas son las necesidades con las que nacen las personas que se relacionan con la realización de sus potencialidades

Abraham Maslow desarrolló el concepto de motivación humana basándose en la teoría de la jerarquía de necesidades, la cual propuso una pirámide de necesidades y una secuencia de motivadores humanos, esta jerarquía consta de cinco necesidades dispuestas en orden ascendente, teniendo en cuenta su importancia para las personas en habilidades de supervivencia y motivación (Rutland, 2008).

Usando este modelo jerárquico, Maslow argumentó que cuando las personas luchan por satisfacer sus necesidades básicas, otras personas parecen cambiar su comportamiento, es decir, solo cuando las necesidades están suficientemente satisfechas. Siempre que se satisfagan las necesidades básicas, también se pueden satisfacer las necesidades superiores (Rutland, 2008).

Palella y Martins (2012), definen que la justificación teórica se basa en determinar si existe la veracidad en cuanto a los resultados de la investigación y su complemento con los postulados teóricos que lo fundamentan. Este estudio intenta explicar teóricamente los factores que influyen en la satisfacción con la vida de los estudiantes, tales como la satisfacción financiera, académica, satisfacción de pareja y familiar. Es en este momento de crecimiento personal que tienen que afrontar las complicaciones asociadas a los cambios internos propios del camino que atraviesan, como el ambiente familiar, la complejidad en la toma de decisiones, los problemas laborales y las condiciones de pandemia, el estrés y depresión y desventajas de la educación virtual. En este sentido, identificar lo que les importa y cómo enfrentarlo puede protegerlos al favorecer sus estados de vida más ajustados, felices y

realizados.

Asimismo, como justificación práctica está destinado a resaltar la cooperación del revolvimiento del problema que afecta ya sea de forma indirecta o directa a una existencia colectiva (Palella y Martins, 2012). Por otro lado, se ha considerado que la utilidad de esta investigación está en explicar cómo se relacionan las variables de estrategias de afrontamiento y satisfacción con la vida, así como también, se desea conseguir mediante los resultados logrados, que se proporcione al contexto actual con los estudiantes de psicología que permita mejorar la calidad de vida, proporcionar aprendizaje y bienestar en el desarrollo personal, asimismo, estrategias de afrontamiento en las diversas problemáticas tal como son las exigencias académicas que generen estrés que se relaciona mucho al exceso de responsabilidad, sumándole las adversidades familiares, económicas, sociales y personales.

Con relación a una justificación social, este presente estudio, será una herramienta de utilidad para próximos estudios e investigaciones, asimismo, nos permitirá brindar información necesaria sobre las diversas problemáticas que están relacionadas con la insatisfacción de la cotidianidad, además de ello, plantear alternativas de afrontamiento a las situaciones de problemas en estudiantes de la carrera de Psicología.

Finalmente, a nivel de una justificación metodológica, los estudios correccionales brindan a los investigadores a descubrir la presencia y la fuerza de una relación entre variables planteadas y diferentes, asimismo, suele ser de ayuda a los investigadores a identificar las variables que tienen las relaciones estadísticas más fuertes y a tomar mejores decisiones a largo plazo, asimismo, según Palella y Martins, (2012), lo definen como utilidad o propuesta metodológica y técnicas propias que ayudan en forma de aporte para otras investigaciones que contengan situaciones o problemáticas similares.

En relación a la pregunta principal de investigación, ¿Qué relación se halla entre las

estrategias de afrontamiento y la satisfacción con la vida en estudiantes de una universidad privada de Lima, 2021?, por lo que las preguntas específicas de este estudio consisten en a): ¿existe relación entre la dimensión resolución de problemas y la satisfacción con la vida en estudiantes de una universidad privada de Lima, 2021?, b): ¿existe relación entre la dimensión referencia a los otros y la satisfacción con la vida en estudiantes de una universidad privada de Lima, 2021?, c) ¿existe relación entre la dimensión afrontamiento no productivo y la satisfacción con la vida en estudiantes de una universidad de Lima, 2023?

El objetivo general se basó en analizar la relación entre estrategias de afrontamiento y satisfacción con la vida en estudiantes de una universidad privada de Lima, 2021

Entre los objetivos específicos están: a). Determinar la relación entre la dimensión resolución de problemas y la satisfacción con la vida en estudiantes de una universidad privada de Lima, 2021. b). Demostrar la relación entre la dimensión referencia a los otros y la satisfacción con la vida en estudiantes de una universidad de Lima, 2021. c). Operar la relación entre la dimensión afrontamiento no productivo y la satisfacción con la vida en estudiantes de una universidad de Lima, 2021.

Ante ello, se deduce como hipótesis general, que no existe una relación entre estrategias de afrontamiento y satisfacción con la vida en estudiantes de una universidad de Lima, 2021.

Por otro lado, como hipótesis específicas están a). existe relación entre la dimensión resolución de problemas y la satisfacción con la vida en estudiantes de una universidad de Lima, 2021, b). existe relación entre la dimensión referencia a los otros y la satisfacción con la vida en estudiantes de una universidad de Lima, 2021 y c). existe relación entre la

dimensión afrontamiento no productivo y la satisfacción con la vida en estudiantes de una
universidad de Lima, 2021

CAPÍTULO II. METODOLOGÍA

El presente estudio es de enfoque cuantitativo, ya que se basa en una recolección de información para dar una aprobación de la hipótesis con referencia a la medición numérica y resaltando un análisis estadístico a través del programa SPSS v26, buscando la finalidad de que se evidencie las problemáticas y se puedan dar descripción, análisis y explicación. (Según Hernández – Sampieri y Mendoza, 2018).

De nivel de investigación correlacional, ya que busca determinar el nivel de correlación y semejanza que pueden darse entre dos o más variables (Ato et al., 2013). El diseño es no experimental, ya que dan a explicar que las variables no son manipuladas (Hernández – Sampieri y Mendoza, 2018). De corte transversal, ya que su función principal es que todas las mediciones se hacen en una sola ocasión por lo que no existen periodos de seguimiento (Manterola & Otzen, 2014)

La población fue 2730 estudiantes matriculados y activos en el semestre 2021 – II de primer ciclo a décimo ciclo, de ambos sexos, cuyas edades fueron 17 a 31 años, en el periodo pre grado tradicional de una universidad privada de Lima Metropolitana. Asimismo, esto se define como un conjunto determinado o indeterminado de elementos con características comunes para los cuales resultaran ser extensivas las conclusiones de la investigación. (Arias, 2008).

La muestra estuvo conformada por 170 estudiantes universitarios de la carrera de la psicología de una universidad privada de Lima matriculados y activos en el semestre académico 2021-II. Fue determinada por la técnica de muestreo no probabilístico intencional, ya que la selección de unidades no depende de la probabilidad, sino de razones relacionadas con las características y el contexto del estudio. (Hernández-Sampieri y

Mendoza, 2018). El procedimiento aquí no es mecánico ni electrónico, ni se basa en fórmulas de probabilidad, sino que depende del proceso de toma de decisiones del investigador o equipo de investigación, y por supuesto las muestras seleccionadas cumplen otros criterios. Desde un punto de vista cuantitativo, el muestreo no probabilístico también tiene la ventaja de que es útil para diseños de investigación que no requieren una gran representación de elementos poblacionales, sino una selección cuidadosa y controlada con ciertos pre-especificados. Los ejemplos de funciones se encuentran en la sección Métodos de investigación y preguntas. Su valor radica en profundizar en la unidad de análisis para comprender el comportamiento de las variables de interés dentro de ella.

La técnica usada fue la encuesta, ya que es ampliamente utilizada como procedimiento de investigación, porque obtener y elaborar datos de modo rápido y eficaz. (Casas, Repillo & Donado, 2003). A continuación, las encuestas se realizaron a través de formularios de Google: <https://docs.google.com/forms/d/1KCMqjvFN-RmgJ2hRXd6KPQfz1SHR9GvZL-S4fzlvV9w/edit?pli=1>

El Instrumento para medir la variable estrategias de afrontamiento se usó la Escala de Afrontamiento para Adolescentes (ACS), evaluable entre 12 a 18 años, sin embargo, ambos autores mencionan que el instrumento puede ser aplicado a personas de más edad. Los autores de esta escala son Frydenberg y Lewis en el año 1993 en Australia, tiene como número de ítems 80, sin embargo, 79 ítems son cerrados y este último ítem es una pregunta que desglosa una respuesta personal conforme a lo que el individuo piensa, asimismo, no se tienen en cuenta los estilos ya insinuados por lo compendios anteriores. El tiempo a resolver es de 10 a 15 minutos. Los 79 ítems se puntúan mediante una escala de tipo Likert

de cinco puntos: 1. Nunca lo hago, 2. Lo hago raras veces, 3. Lo hago algunas veces, 4. Lo hago a menudo, 5. Lo hago con mucha frecuencia.

Los ítems están asociados en 18 escalas, agrupados secuencialmente en tres estilos, y presentados como resolución de problemas, donde las estrategias se basan en enfocarse en la resolución de problemas (Rp), esforzarse y tener éxito (Es), enfocarse en lo positivo (Po), y encontrar la relajación (Dr) y distracción física (Fi). Además, existe un estilo de referirse a los demás, por lo que las estrategias son buscar apoyo social (As), invertir en amigos cercanos (Ai), buscar pertenencia (Pe), actividades sociales (So), buscar apoyo espiritual (Ae) y buscando profesionales. ayuda (Ap). Finalmente, dichos estilos se refieren a estrategias de afrontamiento contraproducentes, que incluyen preocuparse (Pr), hacerse ilusiones (Hi), incapacidad para afrontar (Na), reducción de estrés (Rt), ignorar los problemas (Ip), culparse a uno mismo (Cu) y mantenerlos a sí mismo (Re). Nuevamente, se encontró que los sujetos eran razonablemente estables y reportaron un coeficiente test - re test superior a 0,32.84 para la forma general. Además, la prueba reportó un coeficiente de consistencia interna de 0,62 a 0,87 para la forma específica y de 0,54 a 0,84 para la forma general. Solo dos escalas en la forma específica (búsqueda de recreación y distracción física) y tres escalas en la forma general (distracción física, búsqueda de recreación y falta de afrontamiento) tuvieron coeficientes por debajo de .65 (Friedenberg y Lewis, 1997). Por otro lado, Izquierdo (2021), evaluó el instrumento en 225 estudiantes universitarios entre las edades 17 y 19 años de edad. Se encontró que la confiabilidad del instrumento osciló en .77 y a la vez sus subescalas como Buscar apoyo social, Concentrarse en resolver el problema, Fijarse en lo positivo, y Buscar diversiones relajantes, alcanzaron puntuaciones estables de .81 a .82. Por su parte, Miyasato (2014), utilizó el instrumento Escala de Afrontamiento para adolescentes (ACS)

en una población de 391 estudiantes entre las edades 17 y 25 años, avalando lo mencionado ya por los autores (Frydenberg y Lewis, 1997) que el instrumento puede ser aplicado a personas de más edad. Con referencia a su consistencia interna de su investigación, su valor Alpha estuvo entre .48 a .84, lo que determina que la utilidad de la escala ACS – Lima es confiable, asimismo con un Alpha de Cronbach de .47 y .92 en las estrategias de afrontamiento.

El instrumento para la variable 2 tiene como nombre completo Escala de Satisfacción con la Vida (SWLS) creado por Diener, Emmons, Larsen y Griffin (1985), de origen inglés. Consta de 10 ítems de 5 minutos de duración y puntuables de 0 a 25 puntos. Esta escala permite obtener un índice global de satisfacción con la vida de las personas. Las categorías ajustadas antes de la prueba indicaron que una puntuación de 31 a 35 indica una satisfacción extrema con la vida, una puntuación de 26 a 30 indica ninguna satisfacción con la vida y una puntuación de 21 a 25 indica una satisfacción leve con una puntuación neutral de 20. Del mismo modo, las puntuaciones de 15 a 19 indican una insatisfacción leve con la vida, de 10 a 14 indican una insatisfacción severa con la vida y, finalmente, las puntuaciones de 5 a 9 corresponden a la categoría extrema de insatisfacción (Pavot & Diener, 1993). En cuanto a su validez, Diener et al. (1985), realizaron un análisis factorial en la escala y encontraron un factor que explicaba el 66% de la varianza. Asimismo, diversos estudios han correlacionado la SWLS con otras medidas de bienestar subjetivo y, entre otras, han mostrado correlaciones moderadamente fuertes con escalas de satisfacción con la vida (Diener et al., 1985). En términos de confiabilidad, la escala de informes SWLS tenía un coeficiente alfa de 0,87 y un coeficiente de estabilidad test-retest de dos meses de 0,82 (Diener et al. 1985). Moya (2018), halló en una muestra de 308 estudiantes universitarios entre 17 a 20 años, la confiabilidad de la prueba que es de .84,

denotando así, una puntuación muy buena. Por ende, se concluye que la escala es apropiada y aplicable en la población.

Los ítems de esta escala son positivos y se responden en una escala Likert de 5 puntos. Para lograr el PD se suman las respuestas (5 puntos: Totalmente de Acuerdo; 4 puntos: De acuerdo; 3 puntos: Indiferente; 2 puntos: En Desacuerdo y 1 punto: Totalmente en desacuerdo). A mayor puntaje, resulta mayor satisfacción con la vida

En el procedimiento de la recolección de datos, se comenzó con una presentación de un documento formal que será dirigido al rector de la institución universitaria respectiva, donde tendrá la intención de señalar que se desea realizar una investigación con el único objetivo de conocer si existe una relación entre las estrategias de afrontamiento y satisfacción con la vida en estudiantes de una universidad privada de Lima, 2021. En cuanto este requisito se apruebe, se procedió a la coordinación por medio de e-mail, con determinados docentes universitarios que en sus tiempos respectivos brindaran clases a los estudiantes universitarios de la carrera de psicología del ciclo I hasta el ciclo X, 2021 – II.

Asimismo, la encuesta será publicada en los grupos de las redes sociales de la facultad, de tal modo a que se garantizará a la población de estudio por acceder a contestar vía remota al cuestionario. Se consideró a elaborar la encuesta en Google Formulario vinculadas a Drive para la recolección de datos, luego se compartió el enlace durante los meses de septiembre y octubre del 2021. En la parte inicial de la encuesta se señaló que la participación es voluntaria y confidencial, asegurando que la información se utilizó solo para fines académicos.

Con relación al procedimiento de análisis de datos, se ejecutó la prueba de

normalidad de Kolmogórov-Smirnov en la comprobación de la hipótesis nula. Por último, se utilizó el coeficiente de correlación de Spearman (Rho) para analizar la correlación de las variables y comprobar las hipótesis.

Tabla 1: Prueba de normalidad de Kolmogorov - Smirnov(a) de las variables de estudio y sus dimensiones

Variables	Estadístico	<i>G</i> _l	<i>p</i>
Satisfacción con la vida (unidimensional)	,071	170	,037
Estrategias de afrontamiento (Global)	,045	170	,200
<i>Resolución de problemas</i>	,043	170	,200
<i>Referencia a los otros</i>	,084	170	,005
<i>Afrontamiento no productivo</i>	,040	170	,200

En la tabla 2, se aprecia una distribución no normal para la variable satisfacción con la vida ($p = 0.037$; $p < 0.05$), mientras que se observa una distribución normal para la variable estrategias de afrontamiento ($p = 0.200$; $p > 0.05$). Por lo tanto, las pruebas de correlación a seleccionar corresponden a las no paramétricas como la Rho de Spearman.

En base a los aspectos éticos, para llevar el proceso de la investigación se consideraron los establecidos en Código de Ética del investigador científico UPN: se tomó en cuenta la evaluación solo a los estudiantes que de manera voluntaria accedan a participar de la presente investigación. Se les informó detalladamente cuáles serán los objetivos de la investigación, además de ello, se les proporcionó el consentimiento

informado a los participantes en el que se detalló el propósito de la investigación, como será el procedimiento y/o beneficio.

Se respetó el anonimato de los estudiantes evaluados. De la misma forma, la investigadora tendrá la asignación de comprometerse a acatar el principio de la propiedad intelectual, de tal forma, que el procedimiento de los datos, el análisis y su divulgación de los resultados serán realizados bajo el respeto del precepto de la confidencialidad

En cuanto a los aspectos éticos de la Academia Peruana de Psicólogos, nuestro artículo 22 establece que todo psicólogo que realice investigación debe cumplir con las normas internacionales y nacionales de investigación en seres humanos, en el artículo 23, cabe mencionar que todo psicólogo que realice un proyecto de investigación que involucre seres humanos debe ser aprobado por un comité de ética en investigación debidamente reconocido por la autoridad competente para ello. Asimismo, el artículo 24 establece que los psicólogos deben tener presente que toda investigación con personas requiere el consentimiento de su representante legal en el caso de menores, el psicólogo también deberá obtener el consentimiento del menor implicado. Si se trata de personas inhábiles su consentimiento lo debe permitir su representante legal, ya sean padres o tutores y en caso de ser mayores de edad, se ocuparía su curador.

En cuanto al artículo 25, en cualquier proceso de investigación, los psicólogos deben asegurarse de que los intereses de los participantes superen los riesgos y considerar la salud mental del individuo más que los intereses de la ciencia y la salud. El artículo 26 establece que cuando los psicólogos publiquen información de investigaciones psicológicas, independientemente de los resultados, no deben falsificar, plagiar o declarar que existe un conflicto de interés. Finalmente, el artículo 27 establece que los psicólogos

en su ejercicio profesional público y privado no podrán utilizar procedimientos rechazados por centros universitarios o instituciones científicas legalmente reconocidas, así como pruebas psicológicas y/u otros métodos que no tengan validez científica.

CAPÍTULO III. RESULTADOS

Después de recolectar los datos, se procedió a realizar la calificación y tabulación estadística de los instrumentos mediante el programa SPSS v. 26. Los resultados son presentados considerando el orden de los objetivos de la investigación

Tabla 2: Correlación de Spearman entre las variables Satisfacción con la vida y Estrategias de afrontamiento

	Correlaciones		Satisfacción con la vida
Estrategias de afrontamiento	Coefficiente de correlación Rho de Spearman		.080
	Sig. (bilateral)		.301
	N = muestra		170

En la tabla 3, se halló una sig .301, que es mayor a ($p > 0.05$) lo cual indica que se acepta la hipótesis nula. Se evidencia una Rho de Spearman de tipo positivo de .080, que es de termino bajo según (Hernández - Sampieri y Mendoza 2018). En tal sentido se aprecia que a mayor Estrategias de afrontamiento mayor será la Satisfacción con la vida en los estudiantes de una universidad privada de Lima, 2021.

Tabla 3: Correlación de Spearman entre Satisfacción con la vida y la dimensión Resolución de problemas

	Correlaciones		Satisfacción con la vida
Resolución de problemas	Coefficiente de correlación Rho de Spearman		.197**
	Sig. (bilateral)		.010
	N= muestra		170

** La correlación es significativa en el nivel 0,01 (bilateral)

En la tabla 4, se evidencia una correlación positiva débil ($Rho = 0.197$) y estadísticamente significativa ($p \leq 0.01$). Por tanto, se acepta la hipótesis de investigación que sí existe relación entre satisfacción con la vida y la dimensión resolución de problemas en estudiantes de una universidad privada de Lima, 2021.

Tabla 4: Correlación de Spearman entre la variable Satisfacción con la vida y la dimensión Referencia a los otros

	Correlaciones	Satisfacción con la vida
Referencia a los otros	Coefficiente de correlación Rho de Spearman	.213**
	Sig. (bilateral)	.005
	N= muestra	170

** La correlación es significativa en el nivel 0,01 (bilateral)

En la tabla 5, se obtuvo una correlación positiva débil ($Rho = 0.213$) y estadísticamente significativa ($p < 0.01$). Por tanto, se acepta la hipótesis de investigación que sí existe relación entre satisfacción con la vida y la dimensión referencia a los otros en estudiantes de una universidad privada de Lima, 2021.

Tabla 5: Correlación de Spearman entre Satisfacción con la vida y la dimensión

Afrontamiento no productivo

	Correlaciones	Satisfacción con la vida
Afrontamiento no productivo	Coefficiente de correlación Rho de Spearman	-.213**
	Sig. (bilateral)	.005
	N= muestra	170

** La correlación es significativa en el nivel 0,01 (bilateral)

En la tabla 6, se evidencia una correlación negativa débil ($Rho = - 0.213$) y estadísticamente significativa ($p < 0.01$). Por tanto, se acepta la hipótesis de investigación que indica que sí existe relación entre satisfacción con la vida y la dimensión afrontamiento no productivo en estudiantes de una universidad de Lima, 2021.

CAPÍTULO IV. DISCUSIÓN Y CONCLUSIONES

En este capítulo se discutirán los hallazgos principales de la investigación, así mismo, se tendrá en cuenta los aportes diversos de los autores, así como también las teorías que avalan los fundamentos de las variables de la investigación. Esta investigación tuvo como objetivo general determinar la relación entre estrategias de afrontamiento y satisfacción con la vida en estudiantes de una universidad de Lima, 2021.

Para el objetivo general se aceptó la hipótesis nula, ya que se encontró una sig .301, que es mayor a ($p > 0.05$), asimismo, se evidencia una Rho de Spearman de tipo positivo de .080, que desglosa un término bajo según (Hernández - Sampieri y Mendoza 2018). Estos resultados coinciden con Turpo y Pedraza (2018) donde obtuvieron una correlación baja con ambas variables, decantándose en aceptar una hipótesis nula donde no existe correlación entre las estrategias de afrontamiento y satisfacción con la vida. En este sentido, la teoría propuesta por Lipowsk (citado por Hallasi, 2019) menciona que el afrontamiento es la estrategia que utiliza el individuo en una situación problemática, es decir, el ser humano busca poder conseguir seguridad y calidez para un bienestar propio.

En cuanto al objetivo específico 1 sobre la dimensión resolución de problemas y satisfacción con la vida se encontró una correlación positiva débil ($Rho = 0,197$) y estadísticamente significativa ($p < 0,01$) con la primera hipótesis. Por lo tanto, se aceptó la hipótesis de investigación sobre la relación significativa entre la satisfacción con la vida y la dimensión de resolución de problemas entre los estudiantes universitarios privados de Lima en el año 2021. Por lo tanto, esto contrasta con los resultados de Meneses y Medina (2019), quienes tuvieron 313 participantes; el estudio concluyó que, a mayores niveles de salud mental, se encuentran mayor uso de estrategias de resolución de conflictos por parte

de los estudiantes que utilizaron estrategias centradas en la emoción (búsqueda de recompensas). Las correlaciones de Pearson reflejaron correlaciones significativas entre las dos variables estudiadas; la reevaluación positiva (0,267), la búsqueda de sugerencias (0,178), la resolución de problemas (0,234) y la búsqueda de recompensas (0,249) estuvieron fuertemente relacionadas con Bienestar Subjetivo. Esto es similar a la teoría de la psicología positiva propuesta por Bryant y Veroff (2006), quienes estudiaron los efectos de disfrutar eventos positivos y encontraron que las personas que lo hacían también estaban más satisfechas, e identificaron estrategias simples de disfrute como compartir eventos positivos, otros tanto en el momento como después; crear recuerdos de tales eventos (por ejemplo, fotografías, diarios, memoriales); felicitándose cuando suceden cosas buenas; experimentar una mayor atención perceptiva al experimentar buenos eventos; sumergirse en el placer sin pensar en otras sustancias.

En cuanto al segundo objetivo específico, se obtuvo una correlación positiva débil ($Rho = 0,213$) y significancia estadística ($p=0.005$; $p < 0,01$). Por lo tanto, se acepta la hipótesis de investigación, en la que existe una correlación positiva entre la satisfacción con la vida de los estudiantes universitarios privados en Lima 2021 y la dimensión referencia a los otros. Esto, a su vez, se contrapone con Gaona y Ruiz (2020), quienes investigaron la relación entre las variables de satisfacción con la vida y las dimensiones de la estrategia de afrontamiento en una muestra de 408 adultos que trabajaban y estudiaban en una universidad privada de Lima metropolitana. El análisis de correlación entre variables tiene correlación negativa. La satisfacción con la vida se relacionó con la planificación, el afrontamiento positivo y la reinterpretación positiva para el crecimiento, -0.001 para la búsqueda de apoyo social por razones instrumentales y emocionales, -0.001 para los factores afectivos -0.091 para el uso, 0.068 para el Afrontamiento de la religión,

.186** para concentración y liberación de emociones, 0,001 para negación. Los coeficientes de correlación estadísticamente significativos oscilan entre 0,001 y 1,00. Por otro lado, Peterson (2006) identificó las relaciones positivas como el hallazgo más consistente en la psicología positiva, mostrando que las buenas relaciones con otras personas (como amigos, familiares y colegas) son contribuyentes importantes. Por tanto, para asegurar una buena vida espiritual, cabe señalar que los aspectos más relacionados con el bienestar son aspectos sociales como la extroversión, el apoyo social, el número de amigos, las actividades de ocio, el matrimonio y el empleo (pero no los ingresos).

En cuanto a el tercer objetivo, se demostró una correlación negativa débil ($Rho = -0,213$) y significación estadística ($p=0.05$; $p < 0,01$). Por lo tanto, se aceptó la hipótesis de investigación de una correlación positiva entre la satisfacción con la vida y la dimensión del afrontamiento no productivo entre los estudiantes universitarios privados de Lima en el 2021. Esto contrasta fuertemente con lo informado por Pérez y Valle (2020), quienes nos mostraron una muestra de 324 estudiantes de psicología en referencia a sus objetivos e hipótesis, a saber, las estrategias de afrontamiento y la ideación suicida de los estudiantes. En las que se aceptaron las hipótesis de investigación y significativamente (p =valor con una correlación negativa ($p<0,005$) en un nivel alto (mala adaptación = $-,80$ y fitness = $-,82$). Esto es consistente con la teoría de evaluación cognitiva de Lazarus y Folkman de 1984, que utiliza el término "afrontamiento" para explicar los intentos en curso a nivel conductual, cognitivo y emocional para hacer frente a una situación en la que una persona es incapaz. Todos o suficientes recursos para superar el problema. Se refiere a dos tipos de evaluaciones que ocurren cuando las personas se encuentran con una situación: la primera se basa en el hecho de que una persona emite un juicio en el que consideraría la situación como problemática, controlable, inapropiada, disruptiva o no perturbador. El segundo es el

uso de los recursos disponibles para resolver la situación en la práctica.

Por lo tanto, este estudio no solo ayuda a realizar un análisis de correlación bivariado, sino que también proporciona información importante sobre las muestras seleccionadas. Aporta datos importantes sobre cómo se logró el afrontamiento y las estrategias utilizadas, considerando y midiendo la satisfacción individual. Se concluyó que el uso de diferentes estrategias de afrontamiento de las condiciones en que se tiene que vivir puede determinar la satisfacción con la vida. Sin embargo, es importante notar que hay otros factores en la actitud de una persona hacia la vida. También cabe mencionar que tanto la satisfacción como el afrontamiento están relacionados con el campo de la psicología positiva. Esta área debe investigarse y desarrollarse más para que las personas adquieran gradualmente una perspectiva más positiva de la vida y de sí mismas.

Por otro lado, las limitaciones identificadas fueron en que la Escala de Afrontamiento para adolescentes fue difícil de utilizar debido a la cantidad limitada de temas y especificaciones de contenido, así como el bajo interés de los estudiantes en lo que quieren saber sobre la cooperación, asimismo, como sucedió en el contexto de la pandemia vía virtual, algunos jóvenes mencionaban que el proceso para responder es muy largo y que no estaban con tiempo de hacerlo, asimismo, algunos de ellos no estaba contaban con el saldo suficiente, sin embargo, estas limitaciones fueron solucionadas con éxitos.

En base a las conclusiones, se evidencia que no existe correlación significativa entre las variables del objetivo general, pero se encuentra una correlación entre los objetivos específicos. Por tanto, se rechaza la hipótesis de investigación y se acepta la hipótesis nula que indica que no existe relación significativa entre satisfacción con la vida y estrategias de afrontamiento en estudiantes de una universidad privada de Lima, 2021. Asimismo, también

se encontró que, si existe una relación con la dimensión referencia a los otros y la satisfacción con la vida en estudiantes de una universidad privada de Lima, 2021. Siguiendo la misma línea, también se encontró que, si existe la relación entre la dimensión de afrontamiento no productivo y la satisfacción con la vida en estudiantes de una universidad privada de Lima, 2021. Por otro lado, se apreció una distribución no normal para la variable satisfacción con la vida ($p = 0.037$; $p < 0.05$), mientras que se observa una distribución normal para la variable estrategias de afrontamiento ($p = 0.200$; $p > 0.05$), indicando que las pruebas de correlación a seleccionar corresponden a las no paramétricas como la Rho de Spearman.

De acuerdo a las implicancias, esta investigación refiere a que esta exploración permite tener mayor conocimiento sobre las estrategias y puede estimular la creación de recursos que puedan reforzarlos, con el objetivo de beneficiar a la calidad de vida de las personas desde lo psicológico, social y laboral, asimismo dar a conocer cuáles son las estrategias más empeladas por los estudiantes universitarios al relacionarse con la satisfacción en sus vidas.

Con referencia a las recomendaciones, se debería ampliar estudios en la misma población tomando en cuenta diferentes variables, por ello, que esto evidencie cuales son las problemáticas presentes que afecten a este grupo social. Por otro lado, expandir la investigación de estrategias de afrontamiento y satisfacción con la vida en grupos sociales variados, con el propósito de verificar la persistencia del problema en el transcurso del tiempo. Además, en cuanto al uso de las encuestas virtuales puede producir cierto sesgo debido a la falta de acompañamiento en el llenado de los cuestionarios, asimismo, al ser extensas podría afectar el interés de los estudiantes para completar o desarrollar un llenado adecuado de las encuestas. Para finalizar, también se toma en cuenta la réplica del estudio

para corroborar si la relación entre estrategias de afrontamiento y satisfacción con la vida se mantiene en otras poblaciones con universitarios.

REFERENCIAS

- Alarcón, R. (2006). Desarrollo de una Escala para medir la Felicidad. Revista Interamericana de Psicología, 40 (1),99-106. DOI:
<http://pepsic.bvsalud.org/pdf/rip/v40n1/v40n1a10.pdf>
- Arias, F. (2008). Perfil del profesor de Metodología de la Investigación en Educación superior. Caracas: Universidad Central de Venezuela.
- Arita, B. (2005). Satisfacción por la vida y Teoría Homeostática del Bienestar. Psicología y Salud, 15, 001, 121-126. DOI:
<https://psicologiaysalud.uv.mx/index.php/psicysalud/article/view/826>
- Aservi, M. (2022). Relación entre el estrés académico y las estrategias de afrontamiento en estudiantes universitarios [, Universidad de Lima].
<https://hdl.handle.net/20.500.12724/16015>
- Ato Manuel, López Juan J., Benavente Ana. Un sistema de clasificación de los diseños de investigación en psicología. Anal. Psicol. [Internet]. 2013 Oct [citado 2023 Jun 19]; 29(3): 1038-1059. Disponible en:
http://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0212-97282013000300043&lng=es. <https://dx.doi.org/10.6018/analesps.29.3.178511>.
- Barraca, J. & López, Y. (1997). Escala de Satisfacción Familiar por Adjetivos. (2da. Edición). España: Tea Ediciones.
- Barrera Vázquez J, Silva Murga J, & Quispe Arana A. Nivel de depresión en estudiantes de enfermería de una universidad privada de Lima Norte. Rev. Cient. Cuidado y Salud

Pública. 2021; 1(2): 40-45. DOI:

<http://www.cuidadoysaludpublica.org.pe/index.php/cuidadoysaludpublica/article/view/24/204>

Bello, I., Peterson, P., Martínez, A. & Sánchez, L. (2021). Estrategias de afrontamiento: efectos en el bienestar psicológico de universitarios durante la pandemia del COVID – 2019. Dialnet. Vol. 46, No. 4. Doi: <https://cris.unibe.edu.do/bitstream/123456789/236/1/CyS-10.22206cys.2021.v46i4.pp31-48.pdf>

Brown, Stephanie & Nesse, Randolph & Vinokur, Amiram & Smith, Dylan. (2003). Providing Social Support May Be More Beneficial Than Receiving It: Results From a Prospective Study of Mortality. *Psychological science*. 14. 320-7. 10.1111/1467-9280.14461.

Bryant, F. B., y Veroff, J. (2006). *The process of savoring: A new model of positive experience*. Mahwah, NJ: Lawrence Erlbaum

Canino, C. (2019). *Estilos de afrontamiento de hechos vitales negativos y su repercusión en la felicidad subjetiva*. Trabajo de fin de Máster. Universidad de la Laguna. DOI: <https://repository.usta.edu.co/bitstream/handle/11634/19679/2019lauramedina?sequence=5&isAllowed=y>

Carver, C. S., & Scheier, M. F. (1981). *Attention and Self-Regulation: A Control Theory Approach to Human Behavior*. New York: Springer. <http://dx.doi.org/10.1007/978-1-4612-5887-2>

- Campo – Arias, A. & Oviedo, H. (2008). Propiedades Psicométricas de una Escala: la Consistencia Interna. *Salud Pública*. Vol. 10, 5, 831 – 839. DOI:
<https://www.redalyc.org/pdf/422/42210515.pdf>
- Casas Anguita, J.R. Repullo Labrador, J. Donado Campos, (2003) La encuesta como técnica de investigación. *Elaboración de cuestionarios y tratamiento estadístico de los datos (I)*, *Atención Primaria*, Volume 31, Issue 8
- Casas, F. (1999), *Calidad de vida y calidad humana*. *Revista Papeles del Psicólogo*. N°74. Madrid. DOI: <http://www.papelesdelpsicologo.es/resumen?pii=812>
- Casas, J., Repullo, J. & Donado J. (2003). La encuesta como técnica de investigación. *Elaboración de cuestionarios y tratamiento estadístico de los datos (I)*. *Investigación*, 31(8):527-38. DOI: <https://core.ac.uk/download/pdf/82245762.pdf>
- Casullo, M. & Castro, A. (2000). Evaluación del bienestar psicológico en estudiantes adolescentes argentinos. *Revista de Psicología de la PUCP*, 18(1), 36-67. DOI:
<https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=4531342>
- Cuadra, H. & Florenzano, R. (2003). El Bienestar Subjetivo: hacia una psicología positiva. *Revista de psicología de la Universidad de Chile*, 12 (1),83-96. DOI:
https://www.academia.edu/34824259/El_Bienestar_Subjetivo_Hacia_una_Psicolog%C3%ADa_Positiva_Subjective_Well_being_Towards_a_Positive_Psychology
- De Besa, M., Gil, J., & García, A., (2019). Variables psicosociales y rendimiento académico asociados al optimismo en estudiantes universitarios españoles de nuevo ingreso. *Acta Colombiana de Psicología*, 22, 1; 152-163. <https://doi.org/10.14718/acp.2019.22.1.8>

- Diener, E., Emmons, R., Larson, R. & Griffin, S. (1985). The Satisfaction with Life Scale. *Journal of Personality Assessment*. Vol. 5, 2, 164 – 172. DOI:
https://www.researchgate.net/publication/7404119_The_Satisfaction_With_Life_Scale
- Diener, E. (2006). Guidelines for national indicators of subjective well-being and ill being. *Applied Research in Quality of life*, Springer Science, The International Society for Quality-of-life studies, (ISQOLS) Vol. 1, 2: 151-157. DOI:
<https://link.springer.com/article/10.1007/s11482-006-9007-x>
- Domínguez, R. E., y Ibarra, E. (2017). La psicología positiva: Un nuevo enfoque para el estudio de la felicidad. *Razón y palabra*, Vol. 21, 96, 660-679. DOI:
<https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=199551160035>
- Emmons, R. A., y McCullough, M. E. (2003). Counting blessings versus burdens: An Experimental investigation of gratitude and subjective well-being in daily life. *Journal of Personality and Social Psychology*, 84, 377–389.
- Escanés, G., Merlino, A., & Ayllón, S. (2011). Variables que influyen en la deserción de estudiantes universitarios de primer año. Construcción de índices de riesgo de abandono. *Revista Electrónica "Actualidades Investigativas En Educación"*, 11(2), 1-30. Retrieved from http://revista.inie.ucr.ac.cr/uploads/tx_magazine/variables-influyen-desercion-estudiantes-universitarios-primer-ano-merlino.pdf
- Espinosa, J., Hernández, J., Rodríguez, J., Chacín, M. & Bermudez, V. (16 de febrero del 2020). Influencia del estrés sobre el rendimiento académico. *Sociedad Venezolana de Farmacología Clínica y Terapéutica*. vol. 39, núm. 1, pp. 63-69. DOI:
<https://zenodo.org/record/4065032>

Florenzano, R. (1993) En el camino de la vida. Editorial Universitaria. Santiago de Chile.

Frydenberg, E. (1997). Adolescent Coping. Theoretical and Research Perspectives. Nueva York: Routledge. Vol. 22, 2, 17 – 18.

Frydenberg, E. y Lewis, R. (1997) Coping with stress and concerns during adolescence: A longitudinal study. Paper presented at the Annual Meeting of the American Educational Research Association (Chicago, IL. March 24-28)

Gaeta, M., Rodríguez, M. & Gaeta, L. (2022). Efectos emocionales y estrategias de afrontamiento en universitarios mexicanos durante la pandemia de covid-19. Educación y Educadores, 25(1), e2512. DOI: <https://doi.org/10.5294/edu.2022.25.1.2>

Gaona, G. & Ruíz, M. (2020). Las estrategias de afrontamiento y satisfacción con la vida en adultos que estudian y trabajan en Lima Metropolitana. (Tesis de licenciatura). Universidad Peruana de Ciencias Aplicadas. Lima, Perú. DOI: https://repositorioacademico.upc.edu.pe/bitstream/handle/10757/650452/Gaona_PG.pdf?sequence=1&isAllowed=y

Gonzales, R., Gonzales, P. & Freire, C. (2009). El afrontamiento del estrés en estudiantes de ciencias de la salud: diferencias entre hombres y mujeres. Redined. Vol. 37, 2, 3 – 10. DOI: <https://redined.educacion.gob.es/xmlui/bitstream/handle/11162/4970/01720103008065.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

Hallasi, M. (2019). Riesgos ergonómicos y estrés laboral en los trabajadores del Centro Médico Universitario Pedro P. Díaz Arequipa, 2019 [Tesis, Universidad Nacional de San Agustín de Arequipa]. <http://repositorio.unsa.edu.pe/handle/UNSA/10098>

- Hernández-Sampieri, R. & Mendoza, C (2018). Metodología de la investigación. Las rutas cuantitativa, cualitativa y mixta, Ciudad de México, México: Editorial Mc Graw Hill Education, Año de edición: 2018, ISBN: 978-1-4562-6096-5, 714 p.
- Izquierdo, R. (2021). ESTRATEGIAS DE AFRONTAMIENTO Y BIENESTAR PSICOLÓGICO. [Tesis de licenciatura, Universidad Privada Atenor Orrego]. DOI: [http://repositorio.upao.edu.pe/bitstream/20.500.12759/8474/1/REP_PSIC_ROSMERY_IZQUIERDO ESTRATEGIAS.AFRONTAMIENTO.BIENESTAR.PSICOL%
c3%93GICO.ESTUDIANTES.FOR%
c3%81NEOS.UNIVERSIDAD.PRIVADA.TRUJILLO.pdf](http://repositorio.upao.edu.pe/bitstream/20.500.12759/8474/1/REP_PSIC_ROSMERY_IZQUIERDO ESTRATEGIAS.AFRONTAMIENTO.BIENESTAR.PSICOL%c3%93GICO.ESTUDIANTES.FOR%c3%81NEOS.UNIVERSIDAD.PRIVADA.TRUJILLO.pdf)
- Koç, Kenan & Pepe, Osman. (2018). The Investigation of the Relationship between Happiness Levels of the Faculty of Sports Sciences and the Levels of Life Satisfaction and Optimism. World Journal of Education. 8. 74. 10.5430/wje.v8n6p74.
- Lazarus, R. & Folkman, S. (1984). Estrés y procesos cognitivos. Barcelona, España: Martínez Roca. DOI: <https://explorable.com/es/el-estres-y-la-evaluacion-cognitiva>
- León, G. & More, S. (2022). Impacto de los estilos de afrontamiento en la felicidad de los estudiantes universitarios de una universidad privada de la ciudad de Arequipa. (Tesis de licenciatura). Universidad Católica San Pablo. Arequipa, Perú. DOI: https://repositorio.ucsp.edu.pe/bitstream/20.500.12590/17484/2/LEON_GUTIERREZ_GAB_IMP.pdf
- López, P. (2004). Población muestra y muestreo. SciELO. Vol. 09 (08), 30 – 39. Bolivia. DOI:

https://www.uaeh.edu.mx/docencia/P_Presentaciones/huejutla/enfermeria/2017/Poblacion_Muestra_Muestreo.pdf

MANTEROLA, C. & OTZEN, T (2014). Estudios observacionales. los diseños utilizados con mayor frecuencia en investigación clínica. *Int.J. Morphol.*, 32(2):634-645,

Martínez, M., Meneghel, I. & Peñalver, J. (2019). ¿El género afecta en las estrategias de afrontamiento para mejorar el bienestar y el desempeño académico? *Revista de Psicodidáctica*. 24(2), 111–119. DOI: 10.1016/j.psicod.2019.01.003

Medellín, A. (2010). Contraste entre dos modelos motivacionales de autodeterminación para predecir la deserción de estudiantes universitarios. *Acta Colombiana de Psicología*. Vol. 23, 2, 57 – 68. DOI:

[https://www.researchgate.net/publication/262754499_Contrast_between_two_self-determination_motivational_models_in_order_to_predict_university_students'_dropou
t](https://www.researchgate.net/publication/262754499_Contrast_between_two_self-determination_motivational_models_in_order_to_predict_university_students'_dropout)

Mego, R. (2020). Bienestar Psicológico y Satisfacción con la vida en estudiantes de una universidad privada de Trujillo. (Tesis de licenciatura). Universidad Privada del Norte. Trujillo, Perú. DOI:

[https://repositorio.upn.edu.pe/bitstream/handle/11537/24754/T055_70990727_T.pdf?s
equence=1&isAllowed=y](https://repositorio.upn.edu.pe/bitstream/handle/11537/24754/T055_70990727_T.pdf?sequence=1&isAllowed=y)

Merlino, A., Ayllón, S. & Escanés G. (2011). Variables que influyen en la deserción de estudiantes universitarios de primer año. construcción de índices de riesgo de abandono. (11), 2pp. 1-30. DOI:

<https://revistas.ucr.ac.cr/index.php/aie/article/view/10189/18047>

- Ministerio de Salud. (14 de agosto del 2015). Minsa aprueba documento técnico para mejorar la calidad de vida de la población universitaria. DOI:
<https://www.gob.pe/institucion/minsa/noticias/30058-minsa-aprueba-documento-tecnico-para-mejorar-la-calidad-de-vida-de-la-poblacion-universitaria>
- Ministerio de Salud. (noviembre del 2018). Lineamientos de Política Sectorial en Salud Mental. DOI: <http://bvs.minsa.gob.pe/local/MINSA/4629.pdf>
- Ministerio de Salud. (30 de abril del 2021). Pandemia e impacto psicológico en la población. DOI: <https://www.incn.gob.pe/2021/04/30/pandemia-y-su-impacto-psicologico-en-la-poblacion/>
- Miyasato, S. AFRONTAMIENTO Y SATISFACCIÓN DE PAREJA EN UN GRUPO DE ESTUDIANTES UNIVERSITARIOS DE LIMA. [Tesis de licenciatura, Pontificia Universidad Católica del Perú]. DOI:
<https://tesis.pucp.edu.pe/repositorio/handle/20.500.12404/6843>
- Moya, M. (2018). Satisfacción con la vida y estrategias de afrontamiento en estudiantes de una universidad pública de Trujillo. [Tesis de licenciatura. Universidad Privada del Norte]. DOI:
<https://repositorio.upn.edu.pe/bitstream/handle/11537/22097/Moya%20Padilla%20Mariana%20Isabel.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Muñoz, M., Jiménez, A. & Mayorga, C. (2023). Salud mental, autoestima y satisfacción vital en universitarios del sur de Chile. *Revista Latinoamericana de Ciencias Sociales, Niñez y Juventud*, 21(2), 1-27. DOI: <https://doi.org/10.11600/rllcsnj.21.2.5428>

- Novoa, C. & Barra, E. (2015). Influencia del apoyo social percibido y los factores de personalidad en la satisfacción vital de estudiantes universitarios. *Terapia Psicológica*. Vol. 33, N° 3, 239-245. DOI: <https://scielo.conicyt.cl/pdf/terpsicol/v33n3/art07.pdf>
- Organización Mundial de la Salud. (31 de marzo del 2023). Depresión. DOI: <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/depression>
- Organización Mundial de la Salud. (2002). Decenio de envejecimiento saludable. DOI: https://www.who.int/docs/default-source/decade-of-healthy-ageing/final-decade-proposal/decade-proposal-final-apr2020-es.pdf?sfvrsn=73137ef_4
- Palella, S. & Martins. (2012). Metodología de la Investigación Cuantitativa. Universidad Pedagógica Experimental Libertador.
- Paredes, M. (2015). Relación entre intención emprendedora, aspiraciones y satisfacción con la vida en universitarios limeños. (Tesis para bachiller en Psicología). Universidad Peruana de Ciencias Aplicadas, Lima.
- Meneses y Medina (2019), en Colombia
- Park, N., y Peterson, C. (2009). Achieving and sustaining a good life. *Perspectives on Psychological Science*, 4, 422-428.
- Pavot, W. & Diener, E.D. (1993). The affective and cognitive context of self-reported measures of subjective well-being. *Social Indicators Research*, 28, 1-20.
- Pavot, W., & Diener, E. (1993). Review of the Satisfaction With Life Scale. *Psychological Assessment*, 5(2), 164–172. <https://doi.org/10.1037/1040-3590.5.2.164>
- Peiró, J. M. (2021). CAMBIOS EN LOS COMPONENTES DEL SIGNIFICADO DEL TRABAJO DURANTE LOS PRIMEROS AÑOS DE EMPLEO: UN ANÁLISIS

LONGITUDINAL. *Anales de Psicología / Annals of Psychology*, 17(2), 201–217.

Recuperado a partir de <https://revistas.um.es/analesps/article/view/28951>Área, 2010

Perez, N. & Valle, L. (2020). Estrategias de afrontamiento e ideación suicida en estudiantes de la carrera profesional de Psicología de una universidad privada del cono norte, Lima, 2020. [Tesis de licenciatura. Universidad Privada del Norte] Lima, Perú. Doi: <https://repositorio.upn.edu.pe/bitstream/handle/11537/24199/Perez%20Baca%2c%20Nelida%20%20Valle%20Espinoza%2c%20Luz%20Angela.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

Peterson, C. & Seligman, M. (1984). Causal explanations as a risk factor for depression: Theory and evidence. *Psychological Review*, 91, 347-374.

Peterson, C. (2006). *A primer in positive psychology*. New York: Oxford University Press. Steger, Frazier y Oishi, 2006)

Peterson, C. y Seligman, M. (2004). *Character strengths and virtues: A classification and handbook*. Washington, DC: American Psychological Association/New York: Oxford University Press

Peterson, C., Park, N., y Seligman, M. (2005). Orientations to happiness and life satisfaction: The full life versus the empty life. *Journal of Happiness Studies*, 6, 25-41.

Peterson, C. (2006). *A primer in positive psychology*. New York: Oxford University Press. Steger, Frazier y Oishi.

Peterson, C., y Park, N. (2009). Increasing happiness in lasting ways. *The Psychologist*, 22, 304-307.

- Piratoba, B. & Barbosa, O. (2011). Factores de deserción de los estudiantes en la facultad de enfermería de la universidad de ciencias aplicadas y ambientales durante el periodo: 2009-2010 y 2011. Vol. 16, 2, 553 – 562. DOI:
<https://revistas.udca.edu.co/index.php/ruadc/article/view/932/1134>
- Povedo Velasco, (2019). Los factores que influyen sobre la deserción universitaria. Estudio en la UMRPSFXCh – Bolivia, análisis con ecuaciones estructurales. Investigaciones y Negocios. (12), 20. DOI: http://www.scielo.org.bo/pdf/riyn/v12n20/v12n20_a07.pdf
- Ramírez, P. E., & Fuentes, C. A. (2013). Felicidad y rendimiento académico: efecto moderador de la felicidad sobre indicadores de selección y rendimiento académico de alumnos de ingeniería comercial. Formación Universitaria, 6(3), 21-30.
<http://dx.doi.org/10.4067/S0718-50062013000300004>
- Reina, M.C., Oliva, A. y Parra, A. (2010). Percepciones de autoevaluación: autoestima, autoeficacia y satisfacción vital en la adolescencia. Psychology, Society & Education, 2(1), 55-69.
- Riveros, E. (2014). La psicología humanista: sus orígenes y su significado en el mundo de la psicoterapia a medio siglo de existencia. Scielo. Vol. 12, 2; 135 – 186.
- Rodríguez, Y. (2004). El estrés en estudiantes de medicina de la facultad de ciencias médicas. XVII Forum Nacional de Ciencias Médicas. Santiago de Cuba. DOI:
<http://riul.unanleon.edu.ni:8080/jspui/retrieve/2969>
- Rosales, M. (2016). Medios, géneros y sexualidades: debates en el campo del saber comunicacional. EN: Actas. Universidad Nacional de La Plata. Facultad de Humanidades y Ciencias de la Educación. Centro Interdisciplinario de Investigaciones

en Género. Disponible en:

https://www.memoria.fahce.unlp.edu.ar/trab_eventos/ev.9992/ev.9992.pdf

Rutland, M., & Barlex, D. (2008). Perspectives on Pupil Creativity in Design and Technology in the Lower Secondary Curriculum in England. *International Journal of Technology and Design Education*, 18, 139-165.

San Martín, J. L., y Barra, E. (2013). Autoestima, apoyo social y satisfacción vital en adolescentes. *Terapia psicológica*, 31(3), 287-291.

Sánchez, A. (2018). Relación entre estrés académico e ideación suicida en estudiantes universitarios. *Eureka*. 15(1):27–38. DOI:
https://psicoeureka.com.py/sites/default/files/articulos/eureka-15-1-9_0.pdf

Seligman, M & Csikszentmihalyi, M. (2000). Positive Psychology: An introduction. *American Psychologist*, 55 (1), 5 – 15. DOI:
<https://www.redalyc.org/pdf/679/67920210.pdf>

Sicre, E. & Casaro, L. (2014). Estrategias de afrontamiento en estudiantes de Psicología. *Revista de Psicología*. Vol. 10. N° 20, pp. 61-72. DOI:
<https://erevistas.uca.edu.ar/index.php/RPSI/article/view/2293>

Snyder, C.R. (2000) The Past and Possible Futures of Hope. *Journal of Social and Clinical Psychology*, 19, 11-28. <http://dx.doi.org/10.1521/jscp.2000.19.1.11>

Steger, M., Frazier, P., Oishi, S. & Kaler, M. (2006). El cuestionario del sentido de la vida: Evaluar la presencia y la búsqueda del sentido de la vida. *Revista de Psicología de Consejería*, 53 (1), 80–93. DOI: <https://doi.org/10.1037/0022-0167.53.1.80>

Tavera, L. & Martínez. C. (2021). Jóvenes universitarios y la Covid-19: una mirada desde la categoría de acontecimiento. *Revista Mexicana de Ciencias Políticas y Sociales*.

(LXVI). N° 242, pp. 313-343. DOI:

<https://www.redalyc.org/journal/421/42170572012/42170572012.pdf>

Turpo, J. & Pedraza, K. (2018). Estrategias de Afrontamiento y Satisfacción con la Vida en estudiantes adolescentes de educación básica alternativa ciclo avanzado del distrito de Cusco. [Tesis de licenciatura. Universidad Andina del Cusco]. DOI:

<https://repositorio.uandina.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12557/2459/RESUMEN.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

UNISEF. (24 de marzo del 2021). 114 millones de estudiantes ausentes de las aulas de

América Latina y el Caribe. DOI: [https://www.unicef.org/peru/comunicados-](https://www.unicef.org/peru/comunicados-prensa/114-millones-de-estudiantes-ausentes-de-las-aulas-de-am%C3%A9rica-latina-y-el-caribe)

[prensa/114-millones-de-estudiantes-ausentes-de-las-aulas-de-am%C3%A9rica-latina-y-el-caribe](https://www.unicef.org/peru/comunicados-prensa/114-millones-de-estudiantes-ausentes-de-las-aulas-de-am%C3%A9rica-latina-y-el-caribe)

Urrelo, A. & Huamani, J. (2020). Satisfacción con la vida y estilos de afrontamiento en adolescentes de colegios públicos en la ciudad de Arequipa. Universidad Católica San Pablo. Arequipa, Perú. DOI:

<https://revistas.ucsp.edu.pe/index.php/psicologia/article/view/394/338>

Vázquez & Valbuena (2010) La Pirámide de Necesidades de Abraham Maslow.

https://www.google.com/url?sa=t&rct=j&q=&esrc=s&source=web&cd=&ved=2ahUK EwjN4ri73M__AhUCILkGHT97AMAQFnoECAwQAQ&url=https%3A%2F%2Fcdn.goconqr.com%2Fuploads%2Fmedia%2Fpdf_media%2F29856360%2F48453f6b-

547f-49ad-8a6c-

d488e112a74c.pdf&usg=AOvVaw2fFB4OzIWEOnj0OJPLAIT4&opi=89978449

Vera, J., Yañez, A., y Grubits, S. (2013). Evaluación del bienestar subjetivo en estudiantes

universitarios de México y Brasil. *Psicología para América Latina*, (25), 77-90. DOI:

<http://pepsic.bvsalud.org/pdf/psilat/n25/a06.pdf>

Veenhoven, R. (1999) El estudio de la satisfacción con la vida. *Intervención Psicosocial*.

Vol. (3), 87-116. Holanda. DOI: <https://personal.eur.nl/veenhoven/Pub1990s/94d->

[fulls.pdf](#)

ANEXOS

ANEXO 1: Matriz de Consistencia

PROBLEMA GENERAL	OBJETIVO GENERAL	HIPOTESIS GENERAL	VARIABLES	METODOLOGÍA
¿Existe relación entre las estrategias de afrontamiento y la satisfacción con la vida en los estudiantes de una universidad privada de Lima, 2021?	Analizar la relación entre estrategias de afrontamiento y satisfacción con la vida en estudiantes de una universidad privada de Lima, 2021.	No existe una relación entre la satisfacción con la vida y las estrategias de afrontamiento en estudiantes de una universidad privada de Lima, 2021.	1.- Variable: Estrategias de afrontamiento D1: resolución de problemas D2: referencia a los otros D3: afrontamiento no productivo 2.- Variable: Satisfacción con la vida D1: Satisfacción con la familia D2: Satisfacción amical D3: Satisfacción con la pareja D4: Satisfacción económica D5: Satisfacción académica	Enfoque de investigación: Cuantitativo Diseño de investigación: No experimental Tipo: Correlacional Población y muestra: La unidad de muestreo está constituida por 170 estudiantes de la facultad de psicología que se encuentran matriculado y activo en el semestre académico 2021 – 2 de una Universidad Privada de Lima Metropolitana. Según los datos de la población de alumnos en una Universidad Privada de Lima Metropolitana, matriculados y activos en el semestre 2021 – II, de primer ciclo a décimo ciclo, de ambos sexos, cuyas edades son 17 a 31 años, en el periodo pre grado tradicional son 2730 estudiantes.
PROBLEMAS ESPECÍFICOS	OBJETIVOS ESPECÍFICOS	HIPÓTESIS ESPECÍFICAS		
P1: ¿existe relación entre la dimensión resolución de problemas y la satisfacción con la vida en estudiantes de una universidad privada de Lima, 2021?	O1: Determinar la relación entre la dimensión resolución de problemas y la satisfacción con la vida en estudiantes de una universidad privada de Lima, 2021.	H1: Existe relación positiva entre la dimensión resolución de problemas y la satisfacción con la vida en estudiantes de universidad privada de Lima, 2021.		
P2: ¿existe relación entre la dimensión referencia a los otros y la satisfacción con la	O2: Demostrar la relación entre la dimensión referencia a	H2: Existe relación positiva entre la dimensión referencia a los otros y la satisfacción con la vida en estudiantes de		

vida en estudiantes de una universidad privada de Lima, 2021?

los otros y la satisfacción con la vida en estudiantes de una universidad privada de Lima, 2021.

una universidad privada de Lima, 2021.

P3: ¿existe relación entre la dimensión no productivo y la satisfacción con la vida en estudiantes de una universidad privada de Lima, 2021?

O3: Operar la relación entre la dimensión no productivo y la satisfacción con la vida en estudiantes de una universidad privada de Lima, 2021.

H3: Existe relación negativa entre la dimensión no productivo y la satisfacción con la vida en estudiantes de una universidad privada de Lima, 2021.

Anexo 2. Matriz de Operacionalización de la Variable 1:

VARIABLE	DEFINICIÓN CONCEPTUAL	DEFINICIÓN OPERACIONAL	DEFINICIÓN DE DIMENSIÓN	INDICADORES E ÍTEMS
Variable 1: Estrategias de afrontamiento	Frydenberg (1997), define al término estrategias de afrontamiento como acciones que significan respuestas a situaciones, experiencias o preocupaciones del propio individuo, asimismo, figuran una manera de mantener y modificar el equilibrio por el efecto que estas situaciones puedan provocar.	En base al Instrumento para la variable 1, tienes como nombre completo Escala de Afrontamiento para Adolescentes (ACS), los autores de esta escala son Frydenberg y Lewes en el año 1993, tiene como número de ítems 79, el tiempo a resolver es de 10 a 15 minutos. Los 79 ítems se puntúan mediante una escala de tipo Likert de cinco puntos: 1. Nunca lo hago, 2. Lo hago raras veces, 3. Lo hago algunas veces, 4. Lo hago a menudo, 5. Lo hago con mucha frecuencia.	D1: Resolución de problemas	Concentrarse en resolver problemas (<i>Rp</i>) (02, 21, 39, 57, 73) Esforzarse y tener éxito (<i>Es</i>) (03, 22, 40, 58, 74) Fijarse en lo positivo (<i>Po</i>) (16, 34, 52, 70) Buscar diversions relajantes (<i>Dr</i>) (18, 36, 54) Distracción física (<i>Fi</i>) (19, 37, 55)
			D2: Referencia a los otros	Buscar apoyo social (<i>As</i>) (01, 20, 38, 56, 72) Invertir en amigos íntimos (<i>Ai</i>) (05, 24, 42, 60, 76) Buscar pertenencia (<i>Pe</i>) (06, 25, 43, 61, 77) Acción social (<i>So</i>) (10, 11, 29, 47, 65) Buscar apoyo espiritual (<i>Ae</i>) (15, 33, 51, 69) Buscar ayuda profesional (<i>Ap</i>) (17, 35, 53, 71)
			D3: Afrontamiento no productivo	Preocuparse (<i>Pr</i>) (04, 23, 41, 59, 75) Hacerse ilusiones (<i>Hi</i>) (07, 26, 44, 62, 78) Falta de afrontamiento (<i>Na</i>) (08, 27, 45, 63, 79) Reducción de tensión (<i>Rt</i>) (09, 28, 46, 64, 80) Ignorar el problema (<i>Ip</i>) (12, 30, 48, 66) Auto inculparse (<i>Cu</i>) (13, 31, 49, 67) Reservarlo para si (<i>Re</i>) (14, 32, 50, 68)

Anexo 3. Matriz de Operacionalización de la Variable 2:

VARIABLE 2	DEFINICIÓN CONCEPTUAL	DEFINICION OPERACIONAL	DEFICIÓN DE DIMENSIONES	INDICADORES E ÍTEMS
Satisfacción con la vida	Pavot y Diener (1993), no mencionan su definición conceptual en base a la satisfacción con la vida, como una percepción de satisfacción en plenitud y de estado que genera equilibrio interno, asimismo, ello está vinculado a una sensación afectiva que va a surgir a raíz de las metas y objetivos y se busque las necesidades de desarrollo.	Los ítems de esta escala son positivos y se responden en una escala Likert de 5 puntos. Para lograr el PD se suman las respuestas (5 puntos: Totalmente de Acuerdo; 4 puntos: De acuerdo; 3 puntos: Indiferente; 2 puntos: En Desacuerdo y 1 punto: Totalmente en desacuerdo). A mayor puntaje, resulta mayor satisfacción con la vida.	D1: Satisfacción con la vida	1, 2, 3, 4, 5
			D2: Satisfacción familiar	6
			D3: Satisfacción con la pareja	7
			D4: Satisfacción académica	8
			D5: Satisfacción económica	9

Anexo 4

Escalas de Afrontamiento para Adolescentes (ACS)

Autor original: Frydenberg & Lewis, 1997

Utilidad de la prueba en un mismo contexto: Miyasato 2014 e Izquierdo 2021

En este cuestionario encontrarás una lista de formas diferentes con las que la gente de tu edad suele encarar una gama amplia de problemas o preocupaciones.

Deberás indicar, marcando la casilla correspondiente, las cosas que tú sueles hacer para enfrentarte a esos problemas o dificultades. En cada afirmación debes marcar los números 1, 2, 3, 4 o 5 según creas que es tu manera de reaccionar o de actuar. No hay respuestas correctas o erróneas. No dediques mucho tiempo a cada frase; simplemente responde a lo que crees que se ajusta a tu forma de actuar.

1	2	3	4	5
Nunca lo hago	Lo hago raras veces	Lo hago algunas veces	Lo hago a menudo	Lo hago con mucha frecuencia

ITEMS		1	2	3	4	5
1	Hablar con los otros para saber lo que ellos harían si tuviesen el mismo problema					
2	Dedicarme a resolver lo que está provocando el problema					
3	Seguir con mis tareas como es debido					
4	Preocuparme por mi futuro					
5	Reunirme con mis amigos					
6	Producir una buena impresión en las personas que me importan					
7	Esperar que ocurra algo mejor					
8	No puedo hacer nada para resolver el problema, así que no hago nada					
9	Llorar o gritar					
10	Organizar una acción o petición en relación con mi problema					
11	Ignorar el problema					
12	Criticarme a mí mismo					
13	Guardar mis sentimientos para mí solo					
14	Dejar que Dios se ocupe de mis problemas					
15	Acordarme de los que tienen problemas peores, de forma que los míos no parezcan tan graves.					
16	Pedir consejo a una persona competente					
17	Encontrar una forma de relajarme; por ejemplo, oír música, leer un libro, tocar un instrumento musical, ver la televisión					
18	Hacer deporte.					
19	Hablar con otros para apoyarnos mutuamente					
20	Dedicarme a resolver el problema poniendo en juego todas mis capacidades					
21	Asistir a clase con regularidad					
22	Preocuparme por mi felicidad					
23	Llamar a un amigo íntimo					
24	Preocuparme por mis relaciones con los demás					
25	Desear que suceda un milagro					

26	Simplemente, me doy por vencido					
27	Intentar sentirme mejor bebiendo alcohol, fumando o tomando otras drogas (no medicamentos)					
28	Organizar un grupo que se ocupe del problema					
29	Ignorar conscientemente el problema					
30	Darme cuenta de que yo mismo me hago difíciles las cosas					
31	Evitar estar con la gente					
32	Pedir ayuda y consejo para que todo se resuelva					
33	Fijarme en el aspecto positivo de las cosas y pensar en las cosas buenas					
34	Conseguir ayuda o consejo de un profesional					
35	Salir y divertirme para olvidar mis dificultades					
36	Mantenerme en forma y con buena salud					
37	Buscar ánimo en otros					
38	Considerar otros puntos de vista y tratar de tenerlos en cuenta					
39	Trabajar intensamente					
40	Preocuparme por lo que está pasando					
41	Empezar una relación personal estable					
42	Tratar de adaptarme a mis amigos					
43	Esperar que el problema se resuelva por sí solo					
44	Me pongo malo					
45	Trasladar mis frustraciones a otros					
46	Ir a reuniones en las que se estudia el problema					
47	Borrar el problema de mi mente					
48	Sentirme culpable					
49	Evitar que otros se enteren de lo que me preocupa					

50	Leer un libro sagrado o de religión					
51	Tratar de tener una visión alegre de la vida					
52	Pedir ayuda a un profesional					
53	Buscar tiempo para actividades de ocio					
54	Ir al gimnasio a hacer ejercicios					
55	Hablar con otros sobre mi problema para que me ayuden a salir de él					
56	Pensar en lo que estoy haciendo y por qué.					
57	Triunfar en lo que estoy haciendo					
58	Inquietarme por lo que me pueda ocurrir					
59	Tratar de hacerme amigo íntimo de un chico o de una chica					
60	Mejorar mi relación personal con los demás					
61	Soñar despierto que las cosas irán mejorando					
62	No tengo forma de afrontar la situación					
63	Cambiar las cantidades de lo que como, bebo o duermo					
64	Unirme a gente que tiene el mismo problema					
65	Aislarme del problema para poder evitarlo					
66	Considerarme culpable					
67	No dejar que otros sepan cómo me siento					
68	Pedir a Dios que cuide de mí					
69	Estar contento de cómo van las cosas					
70	Hablar del tema con personas competentes					
71	Conseguir apoyo de otros, como mis padres o amigos					
72	Pensar en distintas formas de afrontar el problema					
73	Dedicarme a mis tareas en vez de salir					
74	Inquietarme por el futuro del mundo					

75	Pasar más tiempo con el chico o chica con quien suelo salir					
76	Hacer lo que quieren mis amigos					
77	Imaginar que las cosas van a ir mejor					
78	Sufro dolores de cabeza o de estómago					
79	Encontrar una forma de aliviar la tensión; por ejemplo, llorar, gritar, beber, tomar drogas.					

80. Anota cualquier otra cosa que sueles hacer para afrontar tus problemas:

Anexo 5

Escala de Satisfacción con la vida (SWLS)

Autor original: Diener, Emmons, Larsen y Griffin (1985)

Utilidad del test en el mismo contexto: Moya 2018

A continuación, encontrarás 10 afirmaciones con las cuales podrás estar de acuerdo o en desacuerdo, Indica el grado de acuerdo o desacuerdo marcando con un aspa la respuesta que consideres más apropiada. Las posibles respuestas están debajo de cada afirmación. Por favor, sé sincero y recuerda que este cuestionario es absolutamente anónimo.

1	2	3	4	5
Muy en desacuerdo	Ligeramente en desacuerdo	Ni de acuerdo ni en desacuerdo	Ligeramente de acuerdo	Muy de acuerdo

ÍTEMS		1	2	3	4	5
1	En la mayoría de aspectos mi vida es cercana a mi ideal					
2	Las condiciones de mi vida son excelentes					
3	Estoy satisfecho con mi vida					
4	Hasta ahora he conseguido las cosas importantes que he deseado en la vida					
5	Si pudiera vivir mi vida de nuevo no cambiaría casi nada					
6	Con respecto a mi familia, me siento					
7	Con respecto a mis amigos, me siento					
8	Si actualmente tienes pareja, con respecto a mi relación de pareja, me siento					
9	Con respecto a mis estudios, me siento					
10	Con respecto a mi situación económica, me siento					

Anexo 6: Consentimiento informado

ESTRATEGIAS DE AFRONTAMIENTO Y SATISFACCIÓN CON LA VIDA EN ESTUDIANTES DE UNA UNIVERSIDAD PRIVADA DE LIMA, 2021



Estimados (as) participantes:

Gracias por participar de la presente investigación, recibe el cordial saludo de mi persona, Araceli Maguina Cubas Bazán, soy estudiante de la carrera de psicología del décimo ciclo.

La presente investigación tiene como objetivo determinar cuál es la relación entre las estrategias de afrontamiento y la satisfacción con la vida en los estudiantes universitarios. Se solicita su participación para poder resolver dos instrumentos de investigación, por ello se le pide que responda con la mayor sinceridad para así poder obtener resultados verídicos y auténticos.

Este cuestionario es completamente anónimo, los datos recaudados serán empleados únicamente en la investigación presentada. ¿Acepta participar voluntariamente en esta investigación? *

- Si
- No