

“BIENESTAR PSICOLÓGICO Y ESTILOS DE
AFRONTAMIENTO AL ESTRÉS EN
ESTUDIANTES UNIVERSITARIOS DEL PRIMER
CICLO DE LA CARRERA DE PSICOLOGÍA DE
LIMA NORTE, 2021”

Tesis para optar al título profesional de:

Licenciada en Psicología

Autores:

Wendy Rocio Hernandez Dueñas

Asesor:

Mg. Karim Talledo Sánchez

<https://orcid.org/0000-0003-2083-4793>

Lima – Perú

2024

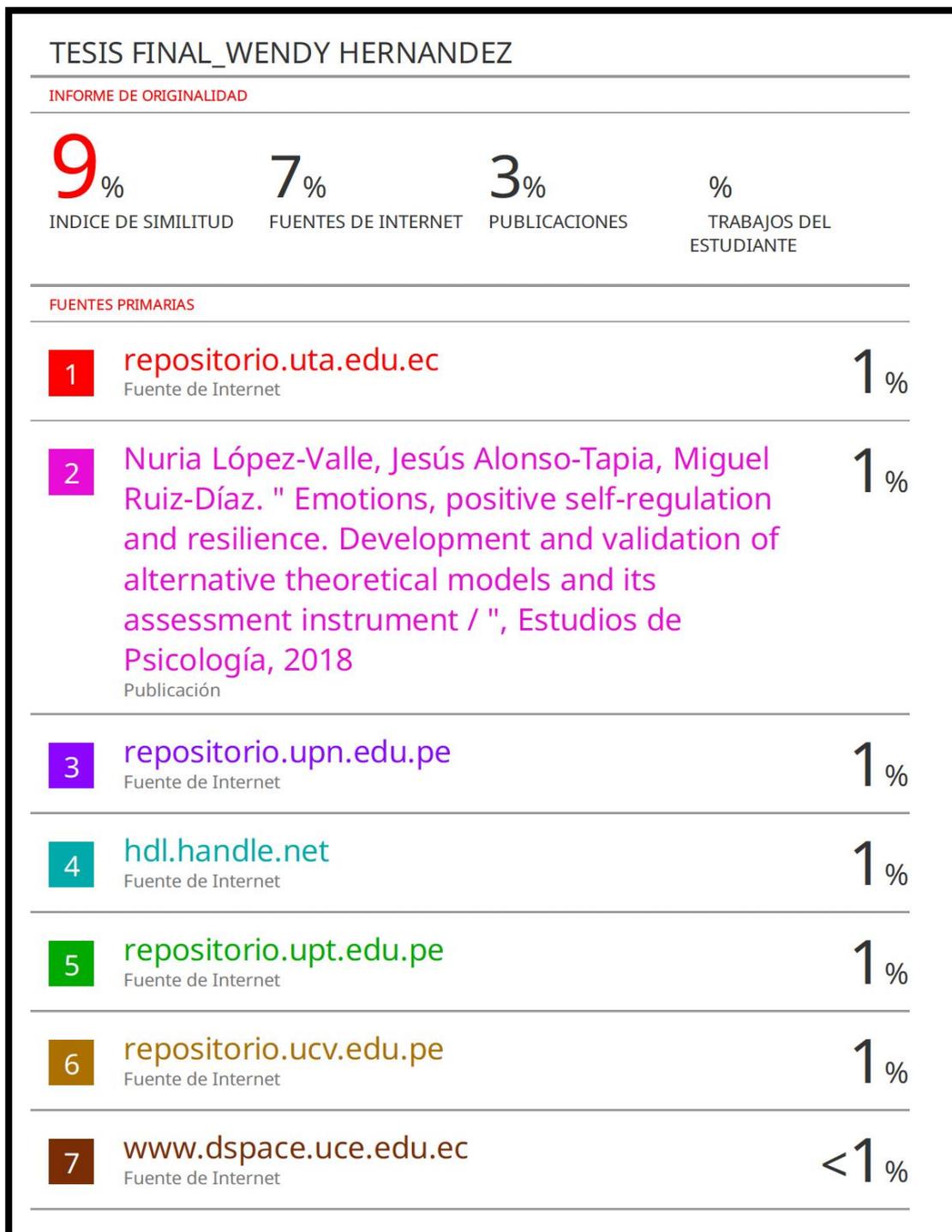
JURADO EVALUADOR

Jurado 1	LIP MARÍN DE SALAZAR, Tania Carmela	08179761
Presidente(a)	Nombre y Apellidos	Nº DNI

Jurado 2	YÉPEZ OLIVA, Eduardo Manuel	06617851
	Nombre y Apellidos	Nº DNI

Jurado 3	GONZALES IBAÑEZ, GUSTAVO	41849520
	Nombre y Apellidos	Nº DNI

INFORME DE SIMILITUD



DEDICATORIA

El trabajo lo dedico a mis familiares quienes día a día se han esforzado por hacer de este logro lo posible. Día a día tuve la dicha de tener guías en mi vida personal y universitaria.

AGRADECIMIENTO

A Dios por cuidarnos y darnos salud,
guiarnos en el buen camino, por darnos la
oportunidad de alcanzar nuestros objetivos y estar
con nuestros seres queridos.

TABLA DE CONTENIDO

JURADO EVALUADOR	2
INFORME DE SIMILITUD	3
DEDICATORIA.....	4
AGRADECIMIENTO	5
TABLA DE CONTENIDO	6
ÍNDICE DE TABLAS.....	7
RESUMEN.....	8
CAPÍTULO I: INTRODUCCIÓN.....	10
CAPÍTULO II: METODOLOGÍA	17
CAPÍTULO III: RESULTADOS	21
CAPÍTULO IV: DISCUSIÓN Y CONCLUSIONES	24
REFERENCIAS	29
ANEXOS	35

ÍNDICE DE TABLAS

Tabla 1_Estadística de correlación entre las variables Bienestar Psicológico y Estilos de Afrontamiento.	21
Tabla 2_Estadística de correlación entre el bienestar psicológico y el estilo de afrontamiento centrado en el problema.	21
Tabla 3_Estadística de correlación entre el bienestar psicológico y el estilo de afrontamiento centrado en la emoción.	22
Tabla 4_Estadística de correlación entre el bienestar psicológico y el estilo de afrontamiento menos útil.....	23
Tabla 5_Prueba de normalidad para la variable Estilos de afrontamiento y sus dimensiones.	38
Tabla 6_Estadísticos descriptivos de la variable Estilos de Afrontamiento y sus dimensiones.	39
Tabla 7_Prueba de normalidad para la variable Bienestar Psicológico y sus dimensiones	40

RESUMEN

El objetivo principal corresponde a determinar la relación que existe entre el bienestar psicológico y los estilos de afrontamiento al estrés en estudiantes universitarios de Lima Norte, 2021. La metodología se despliega mediante un enfoque cuantitativo con un diseño no experimental de corte transversal con alcance correlacional. Para efectos del estudio, se empleó una población que estuvo constituida de 244 personas, para el desarrollo se empleó una muestra de 150 personas con rangos de 18 a 45 años. Para el desarrollo de la investigación se emplearon los instrumentos: Escala de Bienestar Psicológico para Adultos (BIEPS-A) y Escala de Afrontamiento Multidimensional (COPE). En los resultados se encontró valores de ,719 de Rho, entre las variables de bienestar psicológico y los estilos de afrontamiento, lo que indica una correlación positiva y considerable entre ambas variables. Esto refiere, que ambas variables se relacionan en proporción, esto quiere decir que, los estudiantes alcanzarán mayor bienestar psicológico, mientras adopten estrategias para afrontar situaciones en la vida diaria. Por tal razón, se refiere que las personas deben de buscar y/o adoptar formas de afrontar diversas situaciones que traerán como resultado un mejor bienestar psicológico.

PALABRAS CLAVES: Bienestar psicológico, estilos de afrontamiento y bienestar psicológico en jóvenes.

ABSTRACT

The main objective is to determine the relationship between psychological well-being and coping styles to stress in university students of Lima Norte, 2021. The methodology is deployed through a quantitative approach with a non-experimental cross-sectional design with correlational scope. For the purposes of the study, a population of 244 people was used and for the development of the study a sample of 150 people between 18 and 45 years of age was used. The following instruments were used for the development of the research: Psychological Well-Being Scale for Adults (BIEPS-A) and Multidimensional Coping Scale (COPE). In the results, Rho values of .719 were found between the variables of psychological well-being and coping styles, indicating a positive and considerable correlation between both variables. This indicates that both variables are related in proportion, which means that students will achieve greater psychological well-being to the extent that they adopt strategies to cope with daily life situations. Therefore, it refers that people should seek and/or adopt ways of coping with various situations that will result in greater psychological well-being.

KEYWORDS: Psychological well-being, coping styles, and psychological well-being in young people.

CAPÍTULO I: INTRODUCCIÓN

1.1. Realidad problemática

Macassi (2019) sostiene que la sociedad afronta un desafío para desenvolverse en un ambiente tranquilo dado que, se vive a la expectativa del tiempo, a la exigencia, al desarrollo de competencias y el estar activos a la búsqueda de recursos personales y naturales. Asimismo, Salas (2018) manifiesta que el entorno actual tiene diversas casuísticas como: la violencia, carencia de oportunidades, entre otros y ello se relaciona a los factores que se manifiesta en forma negativa afectando al bienestar psicológico.

La Organización Mundial de la Salud (OMS, 2019), sostiene que la salud psicológica corresponde a un estado de paz y bienestar, donde el individuo posee la habilidad para enfrentarse a diversas situaciones haciendo uso de técnicas o estrategias que permitan desarrollarse de una forma eficaz. En esta línea Moreta et al., (2017) sostiene que el bienestar psicológico muestra importancia en la interrelación con el entorno, contar con la habilidad para ejecutar la toma de decisiones y disfrutar de su trayectoria de vida.

Carranza et al., (2017) a nivel nacional, en el desarrollo académico- universitario, los estudiantes responden a diversas exigencias que repercuten en el bienestar psicológico. Asimismo, las relaciones y experiencias previas permiten al individuo responder de una manera óptima; y en el caso de los universitarios el estilo más resaltante es el de afrontamiento enfocado en el problema, dado que, pueden desarrollar estrategias o técnicas frente a diversas situaciones que el individuo experimenta.

La Organización Mundial de la Salud (2018) sostiene que el bienestar es un estado de confort en el cual el individuo ejecuta sus habilidades y es capaz de encarar el estrés, el estrés regular de la vida, de laborar de manera provechosa y de ayudar a su sociedad. En este sentido positivo, la salud psicológica es el motivo del confort personal y del manejo eficaz de la sociedad.

El bienestar psicológico presenta como autor a Casullo (2002) citado por Salas (2018) define como la percepción que tiene una persona sobre sí misma en los aspectos de sus logros alcanzados, así como lo que realiza y puede realizar. Además, Sandoval et al., (2017) menciona que el bienestar psicológico puede describirse como la capacidad de relacionarse con los demás de forma positiva, el mismo que se construye con las experiencias vividas y puede ser identificado como una forma de motivación intrínseca. Asimismo, se afirma como un estado de ejecución del potencial humano, que permite decidir sobre los resultados que se alcance en base a las exigencias del día a día (Campos, 2018).

Lazarus y Folkman (1986) sostienen que los estilos de afrontamiento, son considerados como aquellos que se forman en los individuos a partir de las experiencias propias, esto va a permitir que en el futuro puedan sobrellevar diversas situaciones problemáticas. Según Valdés (2021) menciona 5 formas en que las personas afrontan situaciones problemáticas. Siendo estas: la espera, la búsqueda de apoyo social, la evitación emocional, la búsqueda de apoyo profesional y social.

En relación con la definición para el estudio de la variable bienestar psicológico se toma como marco teórico referencial la teoría de Casullo (2002), como se citó en Páramo et al., (2011) quien señala que el bienestar psicológico es la valoración de los aspectos físico,

mental y social que permiten generar un estado de desarrollo y realización personal. Casullo apoyándose en la propuesta de Ryff.

Ryff (1995, como citó en Salas, 2018) sostiene el modelo multidimensional del bienestar psicológico menciona que cada dimensión representa un desafío diferente para las personas que buscan alcanzar un desarrollo humano óptimo, por lo cual, las valoraciones cognitivas están presentes cuando se alcanza un objetivo y a su vez influye en las conductas realizadas hacia las metas; de esta manera, las personas con buen bienestar psicológico se plantean metas asequibles, que les permitirán satisfacción y bienestar. Este modelo propone que el buen funcionamiento está integrado por múltiples dimensiones que integran el bienestar psicológico que se detallan a continuación: Autonomía: comprendido como el sentido de determinación que pueda tener uno sobre sí mismo y su vida, Auto aceptación: se define como la evaluación positiva que el individuo tiene de su presente y pasado, Propósito de vida: que consiste en considerar que la vida tiene un significado, la existencia de un propósito para la propia existencia, Relaciones positivas con otros: que entiende como tener y desarrollar relaciones cálidas con otras personas, Dominio del entorno: que tiene que ver con la capacidad que tiene la persona para manejarse de forma efectiva frente a las situaciones que acontecen y Crecimiento personal: que se demuestra cuando el individuo experimenta sentimientos de logro, crecimiento y desarrollo.

En relación de la variable Estilos de Afrontamiento se considera la teoría de Lazarus y Folkman (1986) quienes plantean dos tipos de afrontamiento: El estilo de Afrontamiento centrado en el Problema, siendo su función es manejar la fuente donde predomina el problema, la persona va a percibir que puede modificar la situación y El estilo de Afrontamiento centrado en la Emoción, se basa directamente en las emociones que genera a

la persona la situación que enfrenta, en la cual va a considerar que se mantiene en el tiempo y que no puede ser modificada, en este estilo se trabaja directamente con la persona y el malestar emocional que recae en ella.

Estas definiciones evidencian que un estilo no es mejor que el otro, va a hacer determinado según la situación, los efectos que genera en sí mismo y el tiempo que puede ser a corto o largo plazo.

Los estilos de afrontamiento son los esfuerzos a nivel cognitivo y conductual por la necesidad de responder a las demandas internas y externas que se manifiestan a través de 3 estilos: estilos de afrontamiento centrado en el problema: que son aquellos esfuerzos de tipo cognitivo y conductual dirigidos a cambiar sucesos ambientales que causan estrés. (Brannon y Feist, 2001), estilos de afrontamiento centrado en la emoción: son aquellos esfuerzos de tipo cognitivo y conductual dirigidos a disminuir o eliminar percepciones y sentimientos negativos que causan la situación estresante y estilos de afrontamiento menos útiles: son los esfuerzos de tipo cognitivo y conductual que se desarrolla a modo de afrontar el estímulo que causa el estrés de manera útil; sin embargo, en algunas ocasiones puede interferir en la manera cómo confrontarlo (Cassaretto et al., 2008).

Además, Fujiki (2016) menciona que los estilos de afrontamiento son como la forma de manejar las emociones, sentimientos y pensamientos para enfrentar diferentes contextos positivos o negativos que se atraviesan en la vida diaria. Así mismo, se pueden considerar como una herramienta necesaria en la vida del sujeto para poder sobrevivir a las demandas de los diferentes ámbitos, este proceso va a iniciar con una situación estresante o ansiosa para el individuo que va a recurrir a un tipo de afrontamiento y generará una respuesta que se ajusta a cada persona.

En relación con las investigaciones de las variables, Cabrera (2017) ejecutó un estudio que tuvo como objetivo determinar la relación entre los estilos de afrontamiento al estrés y bienestar psicológico en 341 jóvenes de la provincia de Chimbote. El estudio empleó una metodología descriptiva - correlacional en el que se halló un valor de rho de $.395^*$, lo que expresa la existencia de una relación estadísticamente significativa entre las variables de estudio. Además, otro estudio planteado por Arias (2021) analiza la relación entre el bienestar psicológico y los estilos de afrontamiento al estrés en 54 estudiantes de nivel secundario, el estudio empleó una metodología cuantitativa correlacional, en el que se halló un valor de rho de $.625$ lo que expresa la existencia de una relación al bienestar psicológico y los estilos de afrontamiento al estrés.

Asimismo, Tacca & Tacca (2019) ejecutó un estudio que busca conocer la relación entre los estilos de afrontamiento centrado en el problema y bienestar psicológico en estudiantes, encontrando correlación positiva, con valores de rho de $.56$, el estudio expresa que existe correlación entre el bienestar psicológico y estilos de afrontamiento centrado en el problema, asimismo, el estudio refiere a mayor nivel de bienestar psicológico existirá un mayor grado de búsqueda por acabar con el suceso estresante haciendo uso de la estrategia enfocada en el problema, siendo esta esta estrategia la más utilizada por los estudiantes universitarios.

Sumado a ello, Fujiki (2016) ejecutó un estudio que busca conocer la relación entre el bienestar psicológico y los estilos de afrontamiento centrado en la emoción en un grupo de adultos, estos hallazgos indicaron una correlación significativa entre las variables de estudios con un valor de rho de 0.78 , el estudio expresa que el estilo centrado en la emoción es el más empleado entre los adultos.

Rivera y Farfán (2020) ejecutaron un estudio que busca conocer la relación entre el bienestar psicológico y el estilo menos útil en estudiantes, el estudio halló una correlación significativa, negativa y moderadamente baja con $Rho = -, 047$ en relación al bienestar psicológico y el estilo menos útil, lo que indica que los estudiantes, emplean los otros estilos de afrontamiento, debido a que buscan alcanzar estabilidad en sus vidas, los que influyen en su forma de pensar y las decisiones que toma. Asimismo, otro estudio realizado por Melgarejo (2018) estudio la misma variable y dimensión con una muestra de 123 colaboradores, alcanzando un Rho de $.580$ presentando un nivel de significancia positiva y alta, es decir, que los estudiantes emplean las diversas estrategias de afrontamiento, más que basarse en la edad o el sexo, consideran las diferencias en los estilos de afrontamiento que utilizaron según el contexto donde se encuentre.

Ante lo expuesto, se formuló el problema de investigación ¿Existe relación entre bienestar psicológico y estilos de afrontamiento al estrés en estudiantes universitarios del primer ciclo de la carrera de Psicología de Lima Norte?; Asimismo, se plantean las preguntas específicas ¿Existe relación entre el bienestar psicológico y el estilo de afrontamiento centrado en el problema en estudiantes universitarios del primer ciclo de la carrera de Psicología de Lima Norte?; ¿Existe relación entre el bienestar psicológico y el estilo de afrontamiento centrado en la emoción en estudiantes universitarios del primer ciclo de la carrera de Psicología de Lima Norte?; ¿Existe relación entre el bienestar psicológico y el estilo de afrontamiento menos útil en estudiantes universitarios del primer ciclo de la carrera de Psicología de Lima Norte?.

Por tanto, el objetivo principal corresponde a: Determinar la relación entre bienestar psicológico y los estilos de afrontamiento al estrés en estudiantes universitarios del primer

ciclo de la carrera de Psicología de Lima Norte, 2021. Asimismo, los objetivos específicos fueron: a) Determinar la relación entre el bienestar psicológico y el estilo de afrontamiento centrado en el problema en estudiantes universitarios del primer ciclo de la carrera de Psicología de Lima Norte, 2021; b) determinar la relación entre el bienestar psicológico y el estilo de afrontamiento centrado en la emoción en estudiantes universitarios del primer ciclo de la carrera de Psicología de Lima Norte, 2021; c) Determinar la relación entre el bienestar psicológico y el estilo de afrontamiento menos útil en estudiantes universitarios del primer ciclo de la carrera de Psicología de Lima Norte, 2021.

Se planteó como hipótesis principal: Existe relación directa entre el bienestar psicológico y los estilos de afrontamiento al estrés en estudiantes universitarios del primer ciclo de la carrera de Psicología de Lima Norte, 2021, y en las específicas como las siguientes: a) Existe relación directa entre el bienestar psicológico y el estilo de afrontamiento centrado en el problema en estudiantes universitarios del primer ciclo de la carrera de Psicología de Lima Norte, 2021; b) Existe relación inversa entre el bienestar psicológico y el estilo de afrontamiento centrado en la emoción en estudiantes universitarios del primer ciclo de la carrera de Psicología de Lima Norte, 2021; c) Existe relación inversa entre el bienestar psicológico y el estilo de afrontamiento menos útil en estudiantes universitarios del primer ciclo de la carrera de Psicología de Lima Norte, 2021.

CAPÍTULO II: METODOLOGÍA

La investigación presenta un enfoque cuantitativo según Salas (2011), dado que, en ella se recopiló y analizó la información sobre las variables y fenómenos que se ejecutaron en la investigación. Por tanto, esta investigación presenta un enfoque cuantitativo dado que, ejecuta el análisis a través de la medición de las variables.

Asimismo, el estudio presenta un diseño no experimental, ya que no se manipulan las variables; es decir que se observa en su contexto natural; además es de alcance correlacional- descriptivo y de corte transversal pues se recopilaron datos en un tiempo y espacio previamente determinado (Hernández et al., 2014) que permitieron evaluar la relación entre el bienestar psicológico y los estilos de afrontamiento al estrés, así como describir los niveles de prevalencia de cada una de las variables.

La población está conformada por un grupo de individuos con características similares entre sí, que será el referente para la elección de la muestra a partir de una serie de requisitos (Hernández et al., 2014). Por ello, la población que se utilizó en la presente investigación estuvo conformada por 244 estudiantes universitarios, de ambos sexos, matriculados (presencial/ virtual) en el primer ciclo de la carrera de Psicología de una universidad de Lima Norte, con edades comprendidas entre 18 y 45 años.

Asimismo, López (2004) sostiene que la muestra es un subconjunto o parte de una población en la cual se desarrollará una investigación, para este estudio estuvo conformada por 150 participantes (96 mujeres y 54 varones) los cuales cumplían los criterios de selección: estudiantes matriculados del primer ciclo de la carrera de Psicología de una universidad de Lima Norte, de ambos sexos, con edades entre 18 a 45 años y que aceptaron

participar en el estudio respondiendo dos instrumentos: la escala de bienestar psicológico (BIEPS-A) y escala de afrontamiento multidimensional (COP).

El muestreo empleado fue de tipo no probabilístico por conveniencia, dado que durante el periodo en que se recopilaban los datos, aún habían restricciones debido a la pandemia por COVID-19, lo que impidió una recopilación presencial.

El primer instrumento, BIEPS-A, tiene como finalidad medir el bienestar psicológico, consta de 13 ítems, puede ser aplicado a nivel individual y grupal. La evaluación dura máximo 20 minutos. La aplicación está dirigida a adolescentes y adultos de ambos sexos. Las opciones de respuesta están graduadas en una escala que va de 1 a 3 (de acuerdo, ni de acuerdo ni en desacuerdo y, en desacuerdo); está compuesto por 4 dimensiones denominadas aceptación/control de situaciones, autonomía, proyectos y vínculos sociales. Se sostiene que, a mayor puntuación, mayor es la presencia de bienestar psicológico.

Para evaluar la validez de este instrumento, Domínguez (2014) realizó un análisis factorial confirmatorio de acuerdo con el modelo tetrafactorial por medio de indicadores de ajuste obteniendo los siguientes valores: $X^2 = 169.19$, $GFI = 0.89$, $RMSEA = 0.09$, $RMR = 0.03$ y $CFI = 0.9613$. Respecto a confiabilidad de la adaptación identificó correlaciones ítem-total ubicados entre 0.66 y 0.89 denotando alta homogeneidad y el coeficiente alfa de Cronbach hallado fue $\alpha = 0.96$ Domínguez (2014).

El segundo instrumento, COPE, tiene como finalidad medir los estilos de afrontamiento al estrés, consta de 50 ítems, puede ser aplicado de forma individual o colectiva en un tiempo estimado de entre 15 a 20 minutos. Cuenta con una escala de respuesta con 4 opciones (1= casi nunca hago esto, 2= a veces hago esto, 3= usualmente hago esto y 4= hago esto con mucha frecuencia). Evalúa 3 estilos denominados: estilos de

afrontamiento enfocado en el problema, estilos de afrontamiento enfocados en la emoción y estilos de afrontamientos menos útiles, a su vez cada estilo contiene subescalas que corresponde a 13 estrategias de afrontamiento propuestas por Carver et al. (1989, citado en Fujiki, 2016).

Para evaluar la validez del instrumento, se realizó un análisis a través del criterio de jueces con especialistas en el área mediante el análisis discriminativo de ítems (Fujiki, 2016). Respecto a confiabilidad de la adaptación peruana, Fujiki (2016) reportó que encontró índices de consistencia interna por medio del Alfa de Cronbach iguales o mayores a 0.76

Para la recolección de datos de la investigación se empleó la técnica de la encuesta, por lo cual se construyó un formulario virtual en la plataforma Google, en el cual se incluyó el consentimiento informado y los instrumentos COPE Y BIEPS-A, respectivamente. Seguidamente, se realizó el envío del link a los participantes, a través de las redes sociales como Facebook y WhatsApp durante el periodo de 6 semanas, después se cerraron los formularios.

Para el tratamiento de los datos, estos fueron organizados en primer momento en el programa Excel, a partir de la descarga de datos obtenida del formulario compartido; habiéndose obtenido los puntajes totales de las pruebas requeridos para el análisis y filtrado aquellos datos proporcionados que podrían alterar los resultados debido a la aquiescencia, se procedió a trasladar la data al programa SPSS v.26.

Para el procedimiento del análisis de bondad de ajuste, a partir de la cual se puede determinar si los datos obtenidos se ajustan bien a una distribución normal o no (Moráguez et al., 2015). Se empleó la prueba Kolmogorov Smirnov, dado que el estudio contempla una cantidad de participantes superior a los 50. Asimismo, los métodos de correlación de Pearson

(CP) y Spearman (CS) se consideran como técnicas bivariados que se utilizan en circunstancias multivariadas para el esclarecimiento de diversos fenómenos (Morález et al., 2015). A partir de los hallazgos obtenidos, se consideró que los análisis posteriores se realizarían con estadísticos no paramétricos.

Además, en el desarrollo de la investigación, se contempló el principio de confidencialidad que plantea el Colegio de Psicólogos del Perú (2015) quien sostiene que para el desarrollo de las investigaciones se debe considerar la libre participación de las personas y la confidencialidad de sus datos.

Asimismo, uno de los criterios a considerar en la investigación se orienta a lo que sostiene el Código de Ética para la investigación científica de la Universidad Privada del Norte (2023) en el artículo 1: los principios éticos en la investigación deben ser regido por cumplir veracidad al momento de expresar información, es decir, toda la información ingresada debe de ser fidedigna.

CAPÍTULO III: RESULTADOS

Resultados Descriptivos

Tabla 1.

Estadística de correlación entre las variables Bienestar Psicológico y Estilos de Afrontamiento.

	Correlaciones	Estilos de Afrontamiento
Bienestar Psicológico	Coeficiente de correlación Rho de Spearman	,719**
	Sig. (bilateral)	,000
	N	150

Nota: La correlación es significativa en el nivel 0,01 (bilateral).

En la tabla 1 se halló una relación estadísticamente significativa, positiva y alta entre el bienestar psicológico y los estilos de afrontamiento ($r = ,719$, $p = ,000$); por consiguiente, se acepta la hipótesis alterna. Entonces, se afirma que existe relación significativa y directa entre el bienestar psicológico y los estilos de afrontamiento al estrés en estudiantes universitarios del primer ciclo de la carrera de Psicología de Lima Norte, 2021.

Tabla 2.

Estadística de correlación entre el bienestar psicológico y el estilo de afrontamiento centrado en el problema.

	Correlaciones	Bienestar Psicológico
Afrontamiento centrado en el problema	Coeficiente de correlación Rho de Spearman	,733**
	Sig. (bilateral)	,0

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

En la tabla 2 se encontró una relación estadísticamente significativa, positiva y alta entre el bienestar psicológico y el estilo de afrontamiento centrado en el problema ($r=,733$, $p=,000$); por ello, se acepta la hipótesis alterna. Esto indica que existe relación entre el bienestar psicológico y el estilo de afrontamiento centrado en el problema en estudiantes universitarios del primer ciclo de la carrera de Psicología de Lima Norte, 2021.

Tabla 3.

Estadística de correlación entre el bienestar psicológico y el estilo de afrontamiento centrado en la emoción.

	Correlaciones	Bienestar Psicológico
Afrontamiento centrado en la emoción	Coefficiente de correlación Rho de Spearman	-,270**
	Sig. (bilateral)	,0

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

Ho: No existe relación entre el bienestar psicológico y el estilo de afrontamiento centrado en la emoción en estudiantes universitarios del primer ciclo de la carrera de Psicología de Lima Norte, 2021.

En la tabla 3, se halló relación inversa entre el bienestar psicológico y el estilo de afrontamiento centrado en la emoción ($r=-,270$, $p=,000$); por lo que se acepta la hipótesis nula. Esto significa que existe una relación inversa entre el bienestar psicológico y el estilo de afrontamiento centrado en la emoción en estudiantes universitarios del primer ciclo de la carrera de Psicología de Lima Norte, 2021.

Tabla 4.

Estadística de correlación entre el bienestar psicológico y el estilo de afrontamiento menos útil.

	Correlaciones	Bienestar Psicológico
Afrontamiento menos útil	Coeficiente de correlación Rho de Spearman	-,190**
	Sig. (bilateral)	,0

En la tabla 4, se encontró relación estadísticamente significativa, negativa moderada; por lo que se acepta la hipótesis nula entre el bienestar psicológico y el estilo de afrontamiento menos útil ($r = -,590$, $p = ,000$). Asimismo. Esto significa que existe relación inversa entre el bienestar psicológico y el estilo de afrontamiento menos útil, en estudiantes universitarios del primer ciclo de la carrera de Psicología de Lima Norte, 2021.

CAPÍTULO IV: DISCUSIÓN Y CONCLUSIONES

El estudio del bienestar psicológico cobra importancia pues implica reconocer en qué medida los universitarios están desarrollando las capacidades personales que les permitirán funcionar en su entorno académico y personal y que podría predecir una adecuada adaptación en entornos futuros. Por otro lado, los estilos de afrontamiento al estrés indican en qué concentran su atención los universitarios al verse afectados por situaciones de alta demanda.

Este estudio presenta como limitaciones que, a partir de la escasa cantidad de antecedentes donde se evidencien la relación de ambas variables en la misma población, no se ha podido establecer similitudes o diferencias en los hallazgos en poblaciones similares y, por otro lado, dado el contexto en que se realizó el estudio, el acercamiento a los participantes se encontraba restringido a la virtualidad, lo que supuso una pérdida de oportunidad para realizar una selección de participantes que garantice la representatividad y, en consecuencia, los hallazgos no podrán ser generalizados a toda la población objetivo.

La presente investigación tuvo por objetivo principal determinar la relación entre bienestar psicológico y los estilos de afrontamiento al estrés en estudiantes universitarios del primer ciclo de la carrera de Psicología de Lima Norte, 2021. En los resultados se encontró un valor de Rho de .719, entre el bienestar psicológico y los estilos de afrontamiento, lo que muestra una correlación significativa y directa entre las variables. Este resultado se relaciona con lo señalado por Cabrera (2017) quien halló un valor significativo de $r = .395$ entre los estilos afrontamiento y el bienestar psicológico en jóvenes, en específico entre en el estilo accionar sobre el problema, el cual se relaciona de forma directa con todas las dimensiones del bienestar psicológico, lo que implica que mayor uso de los modos de afrontamiento, mayor será el bienestar que experimentan los jóvenes.

En base al primer objetivo específico, busca determinar la relación entre el bienestar psicológico y el estilo de afrontamiento centrado en el problema en estudiantes universitarios del primer ciclo de la carrera de psicología de Lima Norte, 2021. En los resultados se encontró un valor de Rho de .733 entre el bienestar psicológico y el estilo de afrontamiento centrado en el problema, encontrando una relación significativa. Tales resultados muestran relación con lo hallado por Tacca y Tacca (2019) cuyo estudio pretendió conocer la relación entre los estilos de afrontamiento y bienestar psicológico en estudiantes de postgrado, encontrando correlación positiva y grande, siendo los valores más altos el estilo de afrontamiento centrado en el problema con el valor de .56, Es decir, que a mayor nivel de bienestar psicológico existirá un mayor grado de búsqueda por acabar con el suceso estresante haciendo uso de la estrategia enfocada en el problema, siendo esta estrategia la más utilizada por los estudiantes universitarios.

El segundo objetivo específico buscó determinar la relación entre el bienestar psicológico y el estilo de afrontamiento centrado en la emoción en estudiantes universitarios del primer ciclo de la carrera de Psicología de Lima Norte, 2021. En los resultados se encontró un valor de Rho de - .270 entre bienestar psicológico y estilos de afrontamiento centrado en la emoción, lo que indica una correlación inversa. Estos resultados difieren con los antecedentes de Fujiki (2016) quién analizó la relación entre el bienestar psicológico y el estilo de afrontamiento centrado en la emoción en un grupo de adultos, quien encontró un valor de rho de .78 que refiere la existencia de correlación entre el bienestar psicológico y el estilo de afrontamiento centrado en la emoción.

El tercer objetivo específico, buscó determinar la relación entre el bienestar psicológico y el estilo de afrontamiento menos útil en estudiantes universitarios del primer

ciclo de la carrera de Psicología de Lima Norte, 2021. En los resultados se encontró un valor de Rho de $-.190$ entre el bienestar psicológico y el estilo de afrontamiento menos útil, lo que indica una correlación inversa. Estos hallazgos son cercanos con la investigación de Rivera y Farfán (2020) quien evidenció una correlación significativa, inversa y moderadamente baja con Rho $-.47$ en un estudio aplicado a jóvenes, en base a la relación bienestar psicológico y el estilo menos útil, lo que indica que los estudiantes, emplean los otros estilos de afrontamiento, debido a que buscar alcanzar estabilidad en sus vidas, los que influyen en su forma de pensar y las decisiones que toma, asimismo, el estudio realizado por Melgarejo (2018) difiere con los resultados obtenidos en la presente investigación, se desarrolló con una muestra de 123 colaboradores, alcanzando un Rho de $.580$ presentando un nivel de significancia positiva y alta, es decir, que los estudiantes emplean las diversas estrategias de afrontamiento, más que basarse en la edad o el sexo, consideran las diferencias en los estilos de afrontamiento que utilizaron según el contexto donde se encuentre.

Respecto de las implicancias derivadas de los resultados de este estudio, se puede afirmar que al existir una correlación directa y fuerte entre las variables de estudio, el bienestar psicológico se va a ver afectado por la adopción de estilos de afrontamiento al estrés; sin embargo, los índices de relación encontrados evidencian que el bienestar psicológico y el estilo de afrontamiento centrado en el problema se afectan de forma directa, esto es que cuando el estudiante se centra en identificar la fuente que origina el problema que enfrenta y reconoce qué puede hacer para modificar su situación, no sólo centrará sus esfuerzos cognitivos y conductuales en dicha solución sino que también esto le permitirá mantener una percepción más positiva de sus propias capacidades. Sin embargo, a partir del hallazgo de relaciones inversas y débiles entre los estilos de afrontamiento centrado en la

emoción y menos útil, pese a que el estudiante centrará sus esfuerzos en cambiar sus percepciones y sentimientos que considere causantes del problema sin, incluso, lograrlo, la percepción de sus capacidades sobre aquello que podría realizar no se ve severamente afectada. En este sentido, se puede plantear talleres o conversatorios para afianzar y modular el bienestar de los estudiantes.

En un sentido práctico, esto implica que los estudiantes incrementan su bienestar cuando tienen formas de contrarrestar a las diversas situaciones que les genera estrés, por lo que se puede confirmar que potenciando las herramientas de afrontamiento, principalmente centrado en el problema, las personas tendrán mayores mecanismos de respuesta ante una situación ya conocida o una nueva experiencia. Por lo cual es importante, considerar estos hallazgos para la generación de espacios y oportunidades en las que el estudiante sea capaz de asumir estos estilos. Por tanto, es importante gestionar programas dónde se promocióne y refuerzo los conceptos del bienestar y los estilos de cómo afrontar situaciones complejas, esto con el fin de generar estrategias para los estudiantes de psicología. A nivel metodológico, los instrumentos de medición han sido adaptados a la realidad peruana, por tanto, explica mayor fiabilidad en la ejecución del mismo.

Además, se evidenció la problemática actual que viven los estudiantes, debido que, al hallar relación entre ambas variables puede desencadenar patologías como el estrés, ansiedad, depresión, al no poder dar respuesta o solución de lo que los aqueja, afectando las diferentes áreas de su vida a nivel, social, académico o laboral. Por consiguiente, se puede plantear una nueva hipótesis: Existe relación significativa entre los tipos de estilos de afrontamiento y la carrera universitaria, lo que permitirá que se siga investigando en este

campo. Finalmente, fomentar y potenciar las diferentes formas de afrontamiento en las diferentes instituciones para que los jóvenes, lleven una vida plena.

A partir de los resultados presentados, se concluyó que existe relación directa entre el bienestar psicológico y los estilos de afrontamiento al estrés en estudiantes universitarios del primer ciclo de la carrera de psicología. Es decir, que a mayor nivel de bienestar psicológico existirá un mayor grado de búsqueda por acabar con el suceso estresante.

Adicionalmente, se puede concluir que el estilo de afrontamiento centrado en el problema se relaciona de manera directa y fuerte con el bienestar psicológico; como tercera conclusión, la relación entre el bienestar psicológico y el estilo de afrontamiento centrado en la emoción es inversa pero débil y, finalmente, como cuarta conclusión, se plantea que la relación entre el estilo de afrontamiento menos útil y el bienestar psicológico es inversa y muy débil; lo que quiere decir que los estudiantes, prefieren hacer frente a la situación y no optar por medidas nuevas o que desconozcan.

REFERENCIAS

- Andrews, F. y Withey, S. (1976). Social indicators of well-being: American's perception of life quality. New York: Plenum.
- Arias, Y. (2021) Bienestar psicologico y afrontamiento al estres en estudiantes de la institución Educativa Publica "Luis Carranza" Ayacucho 2021.
https://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13032/25812/BIENESTAR_PSICOLOGICO_AFRONTAMIENTO_AL_ESTRES_ARIAS_QUIspe_YUL_Y_PILAR.pdf?sequence=3&isAllowed=y
- Ballesteros, B., Medina, A. y Caycedo, C. (2006). El Bienestar Psicológico Definido Por Asistentes A Un Servicio De Consulta Psicológica En Bogotá. Redalyc, 239-258.
- Campos, D. (2018). Bienestar psicológico en estudiantes de universidad privada de Lima.
<https://repositorio.urp.edu.pe/bitstream/handle/URP/1624/tesis%20DANIEL%20CAMPOS%20A%20MPOS.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Carranza et al., (2017) Bienestar psicológico y rendimiento académico en estudiantes de pregrado de psicología.
http://scielo.iics.una.py/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2226-40002017000200133
- Cabrera, S. (2017) Bienestar psicologico y estrategias de afrontamiento al estres en usuarios de un puesto de salud del distrito de Chimbote (2017)
https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/400/cabrera_ss.pdf?sequence=1&isAllowed=y

Casullo, M. (1998). Adolescentes en riesgo. Buenos Aires: Paidós

Universidad Privada del Norte (2023). Código de Ética para la investigación científica. <https://www.upn.edu.pe/sites/default/files/documentos/codigo-de-etica-para-la-investigacion-cientifica-en-upn.pdf>

Colegio de Psicólogos del Perú (2015) Código de ética profesional del psicólogo peruano. https://sipsych.org/wp-content/uploads/2015/09/Peru_-_Codigo_de_Etica.pdf

Córdova, J y Sulca, L. (2018). Estilos de afrontamiento y felicidad en estudiantes de la facultad de psicología. <https://core.ac.uk/download/pdf/337285957.pdf>

Condori, J. (2020) Afrontamiento y bienestar psicológico en estudiantes de ingeniería en una universidad privada de Lima metropolitana. https://tesis.pucp.edu.pe/repositorio/bitstream/handle/20.500.12404/19143/CONDORI_MORAN_JUAN_FERNANDO%20%281%29.pdf?sequence=1&isAllowed=y

Chávez, C. (2016). Calidad de vida y bienestar psicológico en personas con discapacidad motriz de un centro de integración de discapacitados de Trujillo. <http://repositorio.upao.edu.pe/bitstream/upaorep/1768/1/>

Delgado, A y Tejeda, M. (2020). Bienestar psicológico en estudiantes universitarios latinoamericanos. https://repository.ucc.edu.co/bitstream/20.500.12494/16343/1/2020_estudiantes_psicologico_bienestar.pdf

Domínguez, J. (2015) Manual de metodología de la investigación científica. https://www.uladech.edu.pe/images/stories/universidad/documentos/2018/manual_de_metodologia_de_investigaci%C3%B3n_cient%C3%ADfica_MIMI.pdf

Fujiki, V. (2016). Estilos de afrontamiento en adultos que padecen de psoriasis en Lima metropolitana.

https://repositorio.ulima.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12724/3281/Fujiki_Pereyra_Veronica.pdf?sequence=1&isAllowed=y

Galeano, R. (2017) Bienestar psicológico y estrategias de afrontamiento en funcionarios de una Institución Educativa. file:///C:/Users/Microsoft/Downloads/Dialnet-BienestarPsicologicoYEstrategiasDeAfrontamientoEnF-6235581%20(1).pdf

Guzmán, K., Santa Cruz, K. (2016). Bienestar psicológico y estrategias de afrontamiento relacionadas al noviazgo en estudiantes de una universidad en Cajamarca. <http://repositorio.upagu.edu.pe/bitstream/handle/UPAGU/273/Ps.%200008%20INF%20RME%20DE%20TESIS%20-%202022.%2003.16.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

Hernández, S et al. (2014) Metodología de la investigación. <https://www.uca.ac.cr/wp-content/uploads/2017/10/Investigacion.pdf>

Harvey, J et al. (2021) Bienestar psicológico y estrategias de afrontamiento frente a la COVID-19 en universitarios. file:///C:/Users/Microsoft/Downloads/6206-Texto%20del%20art%C3%ADculo-27757-3-10-20210920.pdf

Matalinares, M et al., (2016). Afrontamiento del estrés y bienestar psicológico en estudiantes universitarios de Lima y Huancayo.

<https://revistasinvestigacion.unmsm.edu.pe/index.php/psico/article/view/12894/115>
23

Melgarejo, C. (2018) Afrontamiento al estrés y bienestar psicológico en trabajadores de la subgerencia de salud y programas sociales de la municipalidad de Puente Piedra

2017.https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/14401/Melgarejo_UCE.pdf?sequence=1

Meneses, D., Medina, L. (2019). Estrategia de afrontamiento y bienestar subjetivo: Un estudio correlacional en una muestra de estudiantes universitarios. <https://repository.usta.edu.co/bitstream/handle/11634/19679/2019lauramedina.pdf?sequence=5&isAllowed=y>

Ministerio de Salud (2019). Minsa inauguró el primer centro de salud comunitario universitario en la Universidad Mayor de San Marcos. <https://www.gob.pe/institucion/minsa/noticias/52552-minsa-inauguro-el-primer-centro-de-salud-mental-comunitario-universitario-en-la-universidad-mayor-de-san-marcos>.

López, P. (2004). Población, muestra y muestreo. http://www.scielo.org.bo/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1815-02762004000100012

Moráguez et al. (2015). La prueba de hipótesis Kolmogorov-Smirnov para dos muestras pequeñas con una cola.

Organización Panamericana de la salud (2018). Aceleración mundial de las medidas para promover la salud de los adolescentes. <file:///C:/Users/Administrador/Downloads/9789275320136-spa.pdf>

Organización Mundial de la Salud (2018) Salud mental: Fortalecer nuestra respuesta. <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/mental-health-strengthening-our-response>

Organización Mundial de la Salud (2019) Salud Mental: Fortalecer nuestra respuesta.

<https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/mental-health-strengthening-our-response>.

Organización Mundial de la Salud (2021) Suicidio. <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/suicide>

Macassi, S.(2019). Conflictos sociales urbanos en Lima: la centralidad de la comunicación en las disputas en torno a la residencialidad.

<https://doi.org/10.26439/contratexto2019.n031.3893>

Moreta et al., (2017). El bienestar psicológico y la satisfacción con la vida como predictores del bienestar social en una muestra de universitarios ecuatorianos. salud & sociedad.

Paredes, L., Hacha, M. (2020) Estrategias de Afrontamiento al estrés y Bienestar psicológico en estudiantes del primer año académico de psicología, de una universidad estatal de Arequipa:

[http://repositorio.unsa.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12773/11539/PSpahulm%26h ahume.pdf?sequence=1&isAllowed=y](http://repositorio.unsa.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12773/11539/PSpahulm%26h%20ahume.pdf?sequence=1&isAllowed=y)

Lazarus, R., Folkman, S. (1986). Estrés y procesos cognitivos. Evaluación, afrontamiento y consecuencias adaptativas.

Páramo et al. (2011) Bienestar psicológico, estilos de personalidad y objetivos de vida en estudiantes universitarios. <http://www.scielo.org.co/pdf/pepsi/v10n1/v10n1a01.pdf>

Rivera, M., Farfán, Y. (2020) Afrontamiento del estrés y su relación con el bienestar psicológico a causa del estado de emergencia generado por el Covid-19 en estudiantes de la carrera de psicología de una universidad privada de Lima este.

https://repositorio.upeu.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12840/3765/Maria_Trabajo_Bachiller_2020.pdf?sequence=1&isAllowed=y

Salas, H. (2011). Investigación Cuantitativa (Monismo Metodológico) y Cualitativa (Dualismo Metodológico). <https://scielo.conicyt.cl/pdf/cmoebio/n40/art01.pdf>

Sandoval, S et al., (2017). Bienestar psicológico en estudiantes de carreras de salud. <http://www.scielo.org.mx/pdf/iem/v6n24/2007-5057-iem-6-24-00260.pdf>

Salas, C. (2018). Afrontamiento del estrés y su relación con el bienestar psicológico e inteligencia emocional en alumnos preuniversitarios del CEPURP 2016. https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/21238/Salas_MC.pdf?sequence=1&isAllowed=y

Tacca, D y Tacca, A. (2019). Estilos de afrontamiento y bienestar psicológico en estudiantes de postgrado. http://www.scielo.org.bo/pdf/rip/n21/n21_a04.pdf

Universidad Privada del Norte (2023). Reglamentos de grados y títulos. <https://www.upn.edu.pe/sites/default/files/documentos/reglamento-grados-titulos.pdf>

Valdés, M. (2021) Relación Entre Estrategias de Afrontamiento y Bienestar Psicológico en Estudiantes de Instituciones de Educación Superior. <file:///C:/Users/Microsoft/Downloads/Trabajo%20de%20Grado.pdf>

ANEXOS

Anexo 1: Consentimiento

El presente estudio se titula “Bienestar psicológico y Estilos de afrontamiento al estrés en estudiantes universitarios del primer ciclo de la carrera de psicología de lima norte,2021”. Esta investigación está dirigida por Wendy Hernández Dueñas, con el objetivo de determinar la relación entre el Bienestar psicológico y Estilos de afrontamiento al estrés en estudiantes universitarios del primer ciclo de la carrera de psicología de lima norte,2021. Así pues, se le pide la participación en la encuesta que le tiene una duración de 25 a 30 minutos de su tiempo.

Su participación en la investigación es voluntaria, no está obligado de participar si en caso no deseara, cabe mencionar que la evaluación es anónima por lo que sus datos y respuestas serán confidenciales como lo dictamina el código de ética del Colegio de Psicólogos, asimismo sus respuestas serán utilizadas con fines académicos.

Al finalizar la encuesta, si usted tiene alguna duda o sugerencia puede contactarse con nosotros a través de los siguientes correos institucionales.

Anexo 2: Ficha técnica de la Escala de Bienestar Psicológico para Adultos (BIEPS-A)

Autores: Casullo (2001)

Año: 2001

Adaptación: Domínguez (2014)

Administración: Individual y Colectiva

Aplicación: Población universitaria no clínica

Estructura: 4 dimensiones

Calificación: Likert, puntuación del 1 al 3

Reseña histórica

En España participaron 359 adultos argentinos (178 mujeres y 181 varones), de 19 a 61 años, de los cuales 40% tenía entre 18 y 25 años, y un 27% entre 26 y 35 años, y el porcentaje restante fueron mayores de 35 años, asimismo, En Perú, La muestra de estudio estuvo conformada por 222 estudiantes de Psicología de una universidad privada de Lima Metropolitana, 67 varones y 156 mujeres, de edades comprendidas entre 16 y 44 años (Media=20.8; Desviación Estándar=3.58). El muestreo utilizado fue de tipo intencional.

Consigna de aplicación

El instrumento puede ser aplicado a nivel individual y grupal. La evaluación dura máximo 20 minutos. La aplicación es dirigida a adolescentes y adultos de ambos sexos.

Calificación e interpretación

Las respuestas se califican según las 3 alternativas asignadas a todos los ítems correspondientes a cada dimensión. Al obtener el puntaje respectivo por dimensión, se ubica cada uno de ellos en la categoría pertinente según el baremo adaptado. A mayor puntuación, mayor es la presencia de bienestar psicológico. Los reactivos o los ítems de la prueba se realizan con lápiz y papel.

Anexo 3: Ficha técnica del cuestionario Escala de Afrontamiento Multidimensional (COPE)

Nombre de la prueba: Escala de Afrontamiento Multidimensional (COPE) Autor: Carver, Scheier y Weintraub

Año: 1989

Procedencia: Estados Unidos

Adaptación: Perú- 2016- Estudiantes universitarios.

Duración: 15 a 20 minutos

Administración: Individual o colectiva

Grupo de aplicación: 16 años a más

Estructura: 3 dimensiones

Significación: En todos los ámbitos.

Reseña histórica

En estados Unidos se evaluó a 978 estudiantes universitarios. Respecto a la consistencia interna de las escalas presentaron índices alfa de Cronbach entre 0.45 hasta 0.92; siendo el área débil desentendimiento mental con una alfa menor de 0.60 ($\alpha=0.45$). Además. en España. Crespo y Cruzado (1997) analizaron las respuestas al COPE en 401 estudiantes universitarios, si bien los autores encuentran varias similitudes con la estructura de 15 factores planteada por Carver y sus colaboradores,

Consigna de aplicación

El instrumento puede ser aplicado de forma individual o colectiva, que puede ser realizado entre 15 a 20 minutos.

Calificación e interpretación

Para la clasificación se suman los puntajes obtenidos en cada una de las 13 áreas, al puntaje obtenido se le multiplica con la constante 0.25, se ubica el puntaje hallado en el perfil, considerando que dicho perfil presente en % multiplique el puntaje por 10.

Anexo 5: Estadística de resultados.

Tabla 5.

Prueba de normalidad para la variable Estilos de afrontamiento y sus dimensiones.

Estilos de Afrontamiento	Estadístico	Gl	Sig.
Afrontamiento centrado en el problema	,371	150	,000
Afrontamiento centrado en la emoción	,201	150	,000
Afrontamiento menos útil	,339	150	,000
TOTAL	,301	150	,000

En la tabla 4 con el propósito de efectuar un análisis correlacional y corroborar las hipótesis planteadas, se ejecutó la evaluación de bondad de ajuste para validar los estilos de afrontamiento, por lo que se afirma que los datos no se distribuyen normalmente. Pues se observa que el valor de p para la variable estilos de afrontamiento ($p = 0.00$) es menor a 0.05. Por tanto, a fin de realizar el análisis correlacional entre ambas variables se usó el coeficiente de Rho Spearman.

Tabla 6.

Estadísticos descriptivos de la variable Estilos de Afrontamiento y sus dimensiones.

	Min.	Max	Media	D.E	Asimetría	Curtosis
Afrontamiento centrado en el problema	49	67	60,24	8,252	-,479	-1,769
Afrontamiento centrado en la emoción	55	58	56,08	,916	,318	-,901
Afrontamiento menos útil	21	27	23,47	2,299	,426	-1,634
Estilos de Afrontamiento	131	146	139,79	5,870	-,453	-1,677

En la tabla 2 se muestran los estadísticos descriptivos de la variable estilos de afrontamiento con un valor mínimo de 131, máximo de 146 y con la media de 139,79.

Asimismo, se muestra las dimensiones: afrontamiento centrado en el problema con valor mínimo de 49, máximo de 67 con media 60,24, afrontamiento centrado en la emoción con valor mínimo de 55, máximo de 58 con media 56,08 y afrontamiento menos útil con valor mínimo 21, máximo 27 con media 23,47.

Resultados Exploratorios

Prueba de Normalidad.

Ha: Los datos no se distribuyen normalmente.

Ho: Los datos se distribuyen normalmente.

Tabla 7.
Prueba de normalidad para la variable Bienestar Psicológico y sus dimensiones

Bienestar Psicológico	Estadístico	gl	Sig.
Control de situaciones	,337	150	,000
Autonomía	,244	150	,000
Proyectos	,360	150	,000
Vínculos Sociales	,461	150	,000
TOTAL	,222	150	,000

En la tabla 5 con el propósito de efectuar un análisis correlacional y corroborar las hipótesis planteadas, se ejecutó la evaluación de bondad de ajuste para validar el bienestar psicológico, por lo que se afirma que los datos no se distribuyen normalmente. Pues se observa que el valor de p para la variable bienestar psicológico ($p = 0.00$) es menor a 0.05. Por tanto, a fin de realizar el análisis correlacional entre ambas variables se usó el coeficiente Rho de Spearman.

Anexo 6: Propiedades psicométricas de la adaptación de la Escala de Bienestar Psicológico para Adultos (BIEPS-A)

Propiedades psicométricas originales del instrumento

Carver, Scheier y Weintraub en 1989, utilizaron la validez de constructo y para ello sometieron sus respuestas a un análisis factorial exploratorio lo cual permitió obtener los factores principales a través de la rotación oblicua, por ser necesario establecer las correlaciones entre factores. Dicho análisis determinó la existencia de 12 factores con eigenvalues mayores a 1,0 de los cuales 11 fueron fácilmente interpretables y los ítems que componían el factor restante no llegaron a una carga factorial superior a 0,30 por lo que no se incluyó en el resultado final. En relación con la estructura factorial, la composición de los 11 factores estuvieron en completo acuerdo con la asignación de ítems de escala que los autores habían realizada previamente.

Propiedades psicométricas peruanas

En el Perú, el COPE de 52 ítems fue adaptado por Casuso (1996) en una muestra de 817 universitarios. En ese estudio se encontró para las estrategias índices alfa de Cronbach que oscilan entre 0.40 y 0.86, siendo las escalas con confiabilidad más bajas desentendimiento mental ($\alpha=0.48$) y negación ($\alpha=0.40$). A nivel de la validez, el análisis factorial exploratorio con rotación varimax arrojó 13 escalas con valores rigen mayores a 1 y adecuadas cargas factoriales, aunque la estructura factorial no coincidió totalmente con la original. Además, en el Perú, la versión disposicional del COPE fue adaptada y validada por Salazar en 1993, sometiendo la versión traducida del cuestionario al criterio de cuatro jueces psicólogos con conocimientos de inglés, cuyas observaciones fueron consideradas para la versión final del instrumento.

Propiedades psicométricas de la prueba piloto

La versión fue aplicada a 82 estudiantes de ambos sexos correspondientes a 2 universidades de Lima, una estatal y otra privada. La data fue inducida a un análisis estadístico para corroborar la validez ítem-test del instrumento. A través de este análisis se determinó que los ítems construidos teóricamente para formar parte de un estilo particular correlacionaron en forma significativa con sus respectivos estilos con índices superiores a 0,32, indicando que tales ítems son válidos para medir el constructo que cada escala pretendía medir. Luego, Cassuso (1996) realizó una nueva validación y adaptación de la prueba aplicándola a 817 estudiantes universitarios de ambos sexos. Se calculó el Coeficiente de Alfa de Cronbach para cada escala, encontrándose en varios casos que los valores eran inferiores a los hallados por Carver, Scheier y Weintraub en 1989. Además, al realizarse un análisis factorial, se encontró que la estructura factorial no coincidía con la obtenida originalmente por los autores de la prueba. Tales resultados permitieron a Cassuso reorganizar los ítems de las estrategias presentadas por Carver et al. (1989), apoyándose en los valores obtenidos por el Alfa de Cronbach dando origen a un inventario COPE modificado el cual se denominó reorganizado (Choy, 2007).

Anexo 7: Matriz de C.I.

BIENESTAR PSICOLOGICO Y ESTILOS DE AFRONTAMIENTO AL ESTRÉS EN ESTUDIANTES UNIVERSITARIOS DEL PRIMER CICLO DE LA CARRERA DE PSICOLOGÍA DE LIMA NORTE, 2021.							
Problema	Objetivos	Hipótesis	Variable e indicadores				
Problema general: ¿Existe relación entre bienestar psicológico y estilos de afrontamiento al estrés en estudiantes universitarios del primer ciclo de la carrera de Psicología de Lima Norte? Problemas específicos: ¿Existe relación entre el bienestar psicológico y el estilo de afrontamiento centrado en el problema en estudiantes universitarios del primer ciclo de la	Objetivo general: Determinar la relación entre bienestar psicológico y los estilos de afrontamiento al estrés en estudiantes universitarios del primer ciclo de la carrera de Psicología de Lima Norte, 2021. Objetivos específicos: Determinar la relación entre el bienestar psicológico y el estilo de afrontamiento centrado en el problema en estudiantes universitarios del primer ciclo de la	hipótesis general: Existe relación directa entre el bienestar psicológico y los estilos de afrontamiento al estrés en estudiantes universitarios del primer ciclo de la carrera de Psicología de Lima Norte, 2021. Hipótesis específicas: Existe relación directa entre el bienestar psicológico y el estilo de afrontamiento centrado en el problema en estudiantes universitarios del	Variable 1. Bienestar Psicológico.				
			Dimensiones	Cantidad de Instrumento	Instrumento	Escala de medición	Niveles o rangos
			aceptación/control de situaciones.	1	Cuestionario de BIEPS-A	Escala Likert	(de acuerdo, ni de acuerdo ni en desacuerdo y, en desacuerdo)
			autonomía				
			proyectos				
			vínculos sociales				
			Variable 2.Estilos de Afrontamiento.				
			Dimensiones	Cantidad de Instrumento	Instrumento	Escala de medición	Niveles o rangos
			Centrado en el Problema.	1	Cuestionario de modos de afrontamiento de Carver (1985).	Escala Likert	Muy pocas veces emplea esta forma de afrontar de “0 a 10”.
			Centrado en la emoción.				
Adicionales al estrés							
				Depende de las circunstancias de “15 a 70.			
				Forma frecuente de afrontar el estrés de “70 a 100”			

<p>carrera de Psicología de Lima Norte?</p>	<p>carrera de Psicología de Lima Norte, 2021.</p>	<p>primer ciclo de la carrera de Psicología de Lima Norte, 2021.</p>					
<p>¿Existe relación entre el bienestar psicológico y el estilo de afrontamiento centrado en la emoción en estudiantes universitarios del primer ciclo de la carrera de Psicología de Lima Norte?</p>	<p>Determinar la relación entre el bienestar psicológico y el estilo de afrontamiento centrado en la emoción en estudiantes universitarios del primer ciclo de la carrera de Psicología de Lima Norte, 2021.</p>	<p>Existe relación inversa entre el bienestar psicológico y el estilo de afrontamiento centrado en la emoción en estudiantes universitarios del primer ciclo de la carrera de Psicología de Lima Norte, 2021.</p>					
<p>¿Existe relación entre el bienestar psicológico y el estilo de afrontamiento menos útil en estudiantes universitarios del primer ciclo de la carrera de Psicología de Lima Norte?.</p>	<p>Determinar la relación entre el bienestar psicológico y el estilo de afrontamiento menos útil en estudiantes universitarios del primer ciclo de la carrera de Psicología de Lima Norte, 2021.</p>	<p>Existe relación inversa entre el bienestar psicológico y el estilo de afrontamiento menos útil en estudiantes universitarios del primer ciclo de la carrera de Psicología de</p>					

		Lima 2021.	Norte,					
--	--	---------------	--------	--	--	--	--	--

Anexo 8: Operacionalización de la variable Estilos de Afrontamiento

Estilos del Cuestionario de Estilos de Afrontamiento (COPE).		
Estilos	Subescalas	Ítems
Estilo de afrontamiento centrado en el problema.	Afrontamiento activo	1, 14, 26 y 39
	Planificación.	2, 15, 27 y 40.
Estilo de afrontamiento centrado en la emoción.	Supresión de actividades competentes	3, 16, 28 y 41
	Postergación del afrontamiento	4, 29 y 42.
	Búsqueda de apoyo social por razones instrumentales	5, 17, 30 y 43.
	Búsqueda de apoyo social por razones emocionales	6, 18, 31 y 44.
	Reinterpretación positiva y crecimiento	7, 19, 32 y 45.
	Aceptación	8, 20, 33 y 46.
	Negación	11, 23, 36 y 49.
Estilo de afrontamiento menos útiles.	Acudir a la religión	9, 21, 34 y 47.
	Enfocar y liberar emociones	10, 22, 35 y 48.
	Desentendimiento conductual	12, 24, 37 y 50.
	Desentendimiento mental	13, 25 y 38.

Anexo 9: Operacionlización de la variable Bienestar Psicológico

Escala de Bienestar Psicológico para Adultos (BIEPS-A).		
Variable	Subescalas	Ítems
Bienestar psicológico	Control de situaciones	1,5,10,13
	Autonomía	4,7,9.
	Proyectos.	3,6,12.
	Vínculos Sociales.	2,8,11.