



***UNIVERSIDAD ANDINA SIMÓN BOLÍVAR***  
***SEDE CENTRAL***  
**Sucre - Bolivia**

**PROGRAMA DE MAESTRÍA EN  
“PSICOLOGÍA CLÍNICA - V VERSIÓN”**

**ESTILOS – ESTRATEGIAS DE AFRONTAMIENTO Y  
BIENESTAR PSICOLÓGICO EN ADOLESCENTES DE  
SECUNDARIA DE LA CIUDAD DE SUCRE BOLIVIA**

**Tesis presentada para obtener el  
Grado Académico de Magister en  
“Psicología Clínica”**

**MAESTRANTE: DANIELA DIAZ PAZ**

Sucre - Bolivia  
2021



**UNIVERSIDAD ANDINA SIMÓN BOLÍVAR**  
**SEDE CENTRAL**  
**Sucre - Bolivia**

**PROGRAMA DE MAESTRÍA EN**  
**“PSICOLOGÍA CLÍNICA - V VERSIÓN”**

**ESTILOS – ESTRATEGIAS DE AFRONTAMIENTO Y**  
**BIENESTAR PSICOLÓGICO EN ADOLESCENTES DE**  
**SECUNDARIA DE LA CIUDAD DE SUCRE BOLIVIA**

**Tesis presentada para obtener el**  
**Grado Académico de Magister en**  
**“Psicología Clínica”**

**MAESTRANTE: DANIELA DIAZ PAZ**

**TUTOR: MSc. JOSÉ REYNALDO SAAVEDRA**

Sucre - Bolivia  
2021

## **DEDICATORIA**

Quiero dedicarle este trabajo especialmente:

A Dios y la Virgen, por darme fortaleza y sabiduría en cada uno de mis pasos.

A mi pequeña hija Valentina, a mi madre y abuelos, porque han aportado grandes cosas a mi vida, y me han ayudado a enfrentar la tarea de encarar a la sociedad.

A mi hermana, tíos, primos y amigos porque me impulsan cada día a ser una mejor persona.

## **AGRADECIMIENTOS**

En primera instancia agradezco a la Universidad Andina Simón Bolívar por haberme permitido formarme en ella.

A mis Docentes y Tutor, personas de gran sabiduría quienes se han esforzado, por ayudarme a llegar al punto donde hoy me encuentro, que compartieron conmigo sus valiosos conocimientos, por su tiempo y dedicación, aportando grandemente en la formación de todos sus alumnos, especialmente el mío.

A mis compañeros de Maestría, por su valiosa amistad.

## RESUMEN

La finalidad de esta investigación fue analizar la influencia de los Estilos-Estrategias de Afrontamiento en el Bienestar Psicológico de adolescentes de secundaria de distintos grupos poblacionales de la ciudad de Sucre-Bolivia. Se trata de una investigación de carácter cuantitativo de tipo descriptivo-correlacional. La muestra de la investigación, estuvo compuesta por 120 adolescentes de diversas poblaciones (Unidad educativa rural, particular y centros de acogida), tomando en cuenta a mujeres como varones, con un rango de edad entre 15 a 18 años. Para la evaluación, se aplicaron La escala de afrontamiento para adolescentes (ACS Frydenberg y Lewis versión TEA 1997) y la escala de bienestar psicológico (BIEPS-J; versión adaptada de Casullo y Castro, 2000).

Los resultados obtenidos indican que los adolescentes de manera general suelen usar el Estilo enfocado en resolver el problema y estrategias como Esforzarse en tener éxito, Preocuparse y Diversiones relajantes. Se encontraron diferencias en cuanto al sexo, siendo los varones quienes usan mayormente la estrategia Invertir en amigos íntimos en comparación de las mujeres. En cuanto al grupo poblacional los adolescentes institucionalizados así como los de unidad educativa rural usan mayormente los estilos enfocados en resolver el problema y de apoyo en otros así como varias de sus estrategias en comparación con los de unidad educativa particular. Los adolescentes presentaron mayores porcentajes de Niveles Medios de Bienestar Psicológico no existiendo diferencias en relación al sexo y grupo poblacional. Finalmente la investigación indica la existencia de relaciones significativas y negativas entre el Estilo Improductivo y parte de sus Estrategias (Reducción de la tensión, Falta de Afrontamiento) con el Bienestar Psicológico y sus dimensiones por lo que existe una relación inversa entre estas dos variables; sin embargo se encontraron también relaciones positivas y significativas en estrategias de afrontamiento directo y de apoyo en otros como Resolver el problema, Esforzarse en tener éxito y Apoyo espiritual.

**Palabras Clave:** Adolescencia, Afrontamiento, Bienestar Psicológico.

## ABSTRACT

The purpose of this research was to analyze the influence of Coping Styles-Strategies on the Psychological Well-being of high school adolescents from different population groups in the city of Sucre-Bolivia. It is a descriptive-correlational quantitative research. The research sample was made up of 120 adolescents from various populations (rural educational unit, private and reception centers), taking into account both women and men, with an age range between 15 to 18 years. For the evaluation, the adolescent coping scale (ACS Frydenberg and Lewis version TEA 1997) and the psychological well-being scale (BIEPS-J; version adapted from Casullo and Castro, 2000) were applied.

The results obtained indicate that adolescents in general tend to use the Style focused on solving the problem and strategies such as Strive to be successful, Worry and Relaxing fun. Differences were found in terms of sex, with men using the Investing in Close Friends strategy the most compared to women. Regarding the population group, institutionalized adolescents as well as those from a rural educational unit mostly use styles focused on solving the problem and support in others, as well as several of their strategies compared to those of a private educational unit. Adolescents had higher percentages of Average Levels of Psychological Well-being, with no differences in relation to sex and population group. Finally, the research indicates the existence of significant and negative relationships between the Unproductive Style and part of its Strategies (Reduction of tension, Lack of Coping) with the Psychological Well-being and its dimensions, so there is an inverse relationship between these two variables; However, positive and significant relationships were also found in direct coping and support strategies in others such as Solving the problem, Striving to be successful and Spiritual support.

**Key Words:** Adolescence, Coping, Psychological Well-being.

## ÍNDICE DE CONTENIDO

### PARTE TEORICA

<b>1. INTRODUCCION.....</b>	<b>01</b>
<b>2. LA ADOLESCENCIA.....</b>	<b>03</b>
2.1. Teorías sobre el Estrés.....	04
2.1.1. Estrés y Afrontamiento.....	04
<b>3. AFRONTAMIENTO.....</b>	<b>08</b>
3.1. Estrategias de Afrontamiento en la adolescencia.....	12
<b>4. BIENESTAR PSICOLÓGICO.....</b>	<b>14</b>
4.1. Bienestar Psicológico en Adolescentes.....	15
<b>5. JUSTIFICACIÓN DEL ESTUDIO.....</b>	<b>17</b>
<b>6. PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA.....</b>	<b>19</b>
<b>7. OBJETIVOS.....</b>	<b>20</b>
7.1. Objetivo General.....	20
7.2. Objetivo Específicos.....	20
<b>PARTE EMPÍRICA</b>	
<b>8. MÉTODO.....</b>	<b>21</b>
8.1. Características de la investigación.....	21
8.2. Sujetos de investigación.....	21
8.3 Instrumentos.....	22
8.4. Procedimiento.....	24
8.5. Análisis de Datos.....	25
<b>9.RESULTADOS.....</b>	<b>26</b>
<b>10.DISCUSION.....</b>	<b>33</b>
<b>11.CONCLUSIONES.....</b>	<b>36</b>
<b>BIBLIOGRAFIA.....</b>	<b>38</b>
<b>ANEXOS.....</b>	<b>43</b>

## ÍNDICE DE TABLAS

Tabla 1 Características sociodemográficas.....	22
Tabla 2 Descriptivos Estilos Estrategias Afrontamiento Global.....	26
Tabla 3 Post Hoc de Scheffé entre E.E. Afrontamiento y Grupo Poblacional..	28
Tabla 4 Frecuencias y porcentajes Niveles de Bienestar Psicológico.....	29
Tabla 5 Frecuencias Observadas y Esperadas Sexo y BP.....	30
Tabla 6 Frecuencias Observadas y Esperadas Grupo poblacional y BP.....	30
Tabla 7 Correlación Estilos de Afrontamiento y Bienestar Psicológico.....	31

## PARTE TEÓRICA

### 1. INTRODUCCIÓN

Según la Academia Estadounidense de Psiquiatría del Niño y del Adolescente (2015), el periodo de transición más significativo en la etapa del ser humano se encuentra en la adolescencia y es considerado así por los cambios que lleva consigo, es decir físicos y psicológicos. Vignoli (2007) refiere que la adolescencia es la etapa en que se forman los rasgos propios de la identidad y lo que lleva al desarrollo de la personalidad.

Se estima que la adolescencia es una etapa difícil por los continuos cambios personales y las exigencias que provienen del entorno. El avance del adolescente es el efecto de un conjunto de procesos que tienen que ver con los factores biológicos, psicológicos y de interacción social que inciden en su desarrollo personal. Por ello, los adolescentes deben recurrir a una serie de estrategias cognitivas y comportamentales que coadyuven a una adaptación efectiva (Garaigordobil, 2001).

Los recursos psicológicos que se ponen en marcha para afrontar y resolver las nuevas exigencias son decisivos en la formación de la nueva identidad y en la valoración que, en términos favorables y satisfactorios, los adolescentes realicen respecto a su vida. La forma en que se resuelvan las nuevas experiencias procedentes de los cambios propios de este período (emocional, familiar, académico) va a repercutir de forma importante en el desarrollo psicológico del adolescente (Morfa, 2003).

En cuanto al Bienestar psicológico de acuerdo con Castro-Solano y Sánchez-López (2000), la percepción del bienestar psicológico y la calidad general de vida están relacionadas con el logro de los objetivos vitales de los adolescentes, ya que el bienestar psicológico es un indicador positivo de la relación del sujeto, que incluye aspectos valorativos y afectivos que se integran en la proyección futura y el sentido de la vida.

En la presente tesis se pretendió examinar cual es la influencia de los estilos-estrategias de afrontamiento en el bienestar psicológico de adolescentes de 5to

y 6to de secundaria de tres grupos poblacionales, el primero conformado por adolescentes institucionalizados (centros de acogida), el segundo conformado por adolescentes de una unidad educativa rural y el tercero por estudiantes de una unidad educativa particular. Este estudio nace del interés de conocer cuáles son los recursos, los métodos y/o estrategias que estos adolescentes utilizan en su cotidiano vivir para afrontar las adversidades y cómo estos factores sumados a las características inherentes de su contexto sociocultural repercuten en su bienestar psicológico general.

## 2. LA ADOLESCENCIA

Según la Academia Estadounidense de Psiquiatría del Niño y del Adolescente (2015), el periodo de transición más significativo en la etapa del ser humano se encuentra en la adolescencia y es considerado así por los cambios que lleva consigo, es decir físicos y psicológicos.

Vignoli (2007) refiere que la adolescencia es la etapa en que se forman los rasgos propios de la identidad y lo que lleva al desarrollo de la personalidad (citado en Noguera y Alvarado, 2012). Es por ello que se divide en: a) adolescencia temprana (que se considera entre los 10 y 14 años. Es una etapa que coincide con la pubertad por ello, es donde se presentan los mayores cambios físicos); b) intermedia (que consta de edades entre 15 y 17 años y su principal característica es la búsqueda de independencia); y c) la adolescencia avanzada (que se describe como aquella en que se busca la reafirmación de la pareja y se empieza a tomar en cuenta los aspectos económicos).

La adolescencia implica aspectos de índole biológicos, psicológicos y sociales que naturalmente se pueden sobrellevar de manera adecuada siempre y cuando se cuente con estrategias cognitivas y conductuales efectivas para así lograr una transición y adaptación adecuadas (Viñas et al., 2015).

Se atraviesa por un periodo de transición de la niñez a la adolescencia en los que se plantean también cuestiones psicosociales, como la búsqueda de sí mismos, la evolución del pensamiento abstracto, contradicciones en la conducta, actitud social reivindicativa, necesidad de formulación y respuesta para un proyecto de vida, etc. (Azpiazu, 2010).

Velázquez (2011) indaga sobre lo que se refiere a los aspectos exclusivamente emocionales de la adolescencia y señala que la principal característica en esta etapa es la inestabilidad, siendo la causa de que los conflictos y crisis con el entorno social, familia, amigos y/o pareja sean muy constantes y recurrentes. Sin embargo, estas situaciones pueden fácilmente llevar a los protagonistas al ámbito de las agresiones verbales, físicas e incluso otras vías de escape.

## **2.1. Teorías sobre el Estrés**

### **2.1.1. Estrés y Afrontamiento**

Toda conducta puede ser entendida como un intento de adaptación frente a los constantes desafíos que impone la vida, una forma de lograr el restablecimiento del equilibrio dinámico individual (tendencia a la homeostasis) que se pierde ante la aparición de cada necesidad que genera tensión. Se trata de una especie de compromiso entre las demandas y restricciones ambientales, los objetivos que el individuo desea lograr, los planes para alcanzarlos, y los recursos que dispone para esto (Morris, 1997).

Según Morris (1997) todo proceso de adaptación implica un desequilibrio entre las demandas y expectativas planteadas por una situación dada y las capacidades de una persona para responder a tales demandas. La magnitud de esta discrepancia determina, en parte, el estrés que experimenta el sujeto. Es un proceso de interacción con el medio que promueve el equilibrio dinámico y el crecimiento. Los seres humanos se adaptan biológica, psicológica y socialmente. El objetivo de la adaptación biológica es la supervivencia o estabilidad de los procesos internos. La adaptación psicológica se dirige al mantenimiento de la propia identidad y la autoestima; mientras que la adaptación social depende de las experiencias socioculturales con la sociedad de la que la persona es miembro.

Bermúdez (1996) explica que, desde una perspectiva evolutiva, el proceso adaptativo comienza con los reflejos y reacciones fisiológicas, determinados en su mayor parte por los estímulos ambientales. A medida que asciende el sujeto en la escala evolutiva, la gama de potenciales amenazas a su bienestar personal se incrementa, y los peligros son más sutiles. Ya no se trata de luchar contra peligros físicos, sino que debe enfrentarse por ejemplo al desequilibrio entre las demandas que pueden requerirle un trabajo y las capacidades o preparación que puede tener para hacerle frente. Por lo tanto, el ser humano confía su seguridad, en gran parte, a la capacidad de evaluar continuamente lo que ocurre a su alrededor, y a partir de ahí a la decisión de las estrategias a poner en marcha para dar respuesta a la situación.

El individuo debe responder a la evaluación de la ecuación siempre cambiante constituida por la relación individuo-ambiente. Para entender este proceso de adaptación, es necesario conocer el complejo proceso de afrontamiento de las situaciones estresantes que realiza un sujeto. Uno de los primeros empleos sistemáticos del término estrés procede de la física, donde se distinguía, en el siglo diecisiete, entre la fuerza ejercida sobre una estructura, la dinámica que se desarrolla en la misma para contrarrestar el impacto de la fuerza externa y, finalmente, las consecuencias que para la estructura tiene la confrontación entre la presión ejercida sobre la misma y el proceso de resistencia desarrollado (Bermúdez, 1996)

Según Bermúdez (1996) el término estrés, en este caso, hacía referencia al proceso dinámico puesto en marcha, en la estructura mencionada, para hacer frente a las presiones que inciden sobre ella. En una de las primeras aproximaciones al estudio del estrés en seres humanos, describe lo que denominó “conducta de lucha o huida” para hacer referencia a la reacción del organismo ante cualquier amenaza.

Este concepto fue retomado por Hans Selye (citado en Morris, 1997), que definió al estrés como un patrón inespecífico de activación fisiológica que presenta el organismo ante cualquier demanda del entorno. Se trata de los cambios que se van produciendo en todo organismo como consecuencia de la presencia, más o menos sostenida de un estresor. Este patrón fue denominado “Síndrome General de Adaptación”, y en él se distinguen tres fases:

1. *Fase de alarma*: durante ella el individuo se prepara para hacer algo frente a la amenaza. Se produce una disminución inicial de la resistencia del organismo coincidiendo con el encuentro con el factor amenazante (shock), seguida por una paulatina recuperación del equilibrio a medida que se utilizan estrategias defensivas (contrashock). En esta etapa se moviliza el sistema simpático, apareciendo efectos tales como: aumento de la tensión arterial, aumento de la frecuencia cardíaca, aumento de la secreción de algunas hormonas (por ej. tiroides)

2. *Fase de resistencia*: El organismo se esfuerza por contrarrestar la presión, busca adaptarse al estresor. La activación fisiológica disminuye un poco, pero se mantiene sobre lo normal. Si no tiene éxito en la confrontación o ésta se prolonga, la capacidad para resistir se debilita, y el sujeto comienza a tornarse vulnerable a problemas de salud (úlceras, asma, hipertensión, etc.).

3. *Fase de agotamiento o claudicación*: Debido a la falla en el intento de contrarrestar la presión, se produce un debilitamiento progresivo de la capacidad de defensa, aumentando aún más la vulnerabilidad y susceptibilidad de enfermedad en el organismo, lo que puede llevar a la muerte del mismo.

Fierro (1996) propone conceptualizar el estrés como la experiencia y la presencia de un desafío situacional a un agente con recursos escasos. Según este autor, sólo se dará una situación de estrés cuando sea patente que está en peligro la vida o la calidad de la misma y que la persona ha de hacer algo, pero no cuenta con los recursos necesarios para ello. Si bien de esta manera Fierro restringe la noción de estrés, otros autores la amplían, ya que además de considerar a los eventos vitales peligrosos como estresantes hablan de los pequeños fastidios cotidianos como otros inductores de situaciones de estrés.

Según Bermúdez (1996) existen tres tipos de manifestaciones posibles frente al estrés que sobreviene:

1. *Manifestaciones Fisiológicas*: que a su vez se pueden dividir en:

a) Manifestaciones a nivel del eje simpático-adrenal (Por ej. Aumento de la presión sanguínea, inhibición de funciones digestivas, erección de pelos, incremento de la sudoración, etc.). b. Manifestaciones a nivel del eje pituitario-adrenal (Por ej. el hipotálamo estimula la secreción de la glándula pituitaria de corticotropina. La secreción de corticoesteroides disminuye la eficacia del sistema inmunológico, etc.).

2. *Manifestaciones Conductuales y Motoras*: temblores, tics, parálisis, tartamudeo, hiperactividad, desorganización motora general, comportamientos orientados a enfrentar, evitar, o escapar del problema.

3. *Manifestaciones Emocionales y Cognitivas*: sentimientos de tensión, ansiedad, irritabilidad, miedo, depresión, distorsiones cognitivas, activación de pensamientos o ideas irracionales, de inutilidad, etc.

### 3. AFRONTAMIENTO

La definición del concepto de afrontamiento no es unitaria porque se ha utilizado con diferentes aproximaciones teóricas, lo que conlleva que no tenga una sustentación teórica o un modelo apropiado de evaluación que permitan una investigación más efectiva. Sin embargo, hay consenso bastante generalizado en cuanto a que el afrontamiento tiene un rol importante como elemento mediador entre las circunstancias/situaciones estresantes y la salud (Viñas et al., 2015)

El afrontamiento puede abordarse desde dos orientaciones diferentes: como un estilo personal y como un proceso. Desde la primera, los estilos de afrontamiento se desarrollaron a partir de la premisa de que son disposiciones personales para enfrentar las distintas situaciones generadoras de estrés. Desde la segunda, el afrontamiento (coping) se entiende como los esfuerzos cognitivos y conductuales que realiza una persona para controlar, minimizar, dominar, tolerar las demandas externas y/o internas y su posible conflicto, generadoras de estrés, que se auto-perciben como superando los recursos propios de los que la persona dispone (Lazarus y Folkman, 1986, citados en Viñas et al., 2015).

Es decir, hace referencia al modo en que la persona trata de adaptarse activamente a la situación (Monat y Lazarus, 1991). Desde esta orientación el afrontamiento tiene dos funciones principales, una focalizada en el problema, acciones concretas y directas que el sujeto realiza para cambiar la situación amenazadora o estresante, y otra enfocada en la emoción que tiende a cambiar el modo en que se trata o interpreta lo que está sucediendo para disminuir el estrés, esta puede realizarse a través del apoyo emocional y social.

Teniendo en cuenta estos presupuestos, Frydenberg y Lewis (1997) propusieron un tercer estilo de afrontamiento, el improductivo, en el cual el individuo evita o ignora la situación problemática por la que atraviesa.

Por último, otra de las clasificaciones de afrontamiento la realizan Compas et al (1988) que lo dividen en:

1. *Disfuncional*: En este tipo de afrontamiento no hay un adecuado manejo y expresión de sentimientos, o los mismos se encuentran inhibidos.

2. *Funcional*: En este tipo de afrontamiento se generan soluciones alternativas y se realizan acciones concretas para resolver el problema.

En suma, el afrontamiento desempeña un papel capital como mediador entre las experiencias estresantes a las que están sometidas las personas, los recursos personales y sociales con los que cuentan para hacerles frente y las consecuencias que se derivan para la salud física y psicológica de las personas (Sandín, 2008).

El modelo de Afrontamiento de Erica Frydenberg (1997) define el afrontamiento como las estrategias conductuales y cognitivas para lograr una transición y una adaptación efectivas al medio. Esta perspectiva alude a aquella valoración que se produce una vez que se conocen los resultados de las estrategias utilizadas para tratar de resolver una situación. La persona analiza la eficacia obtenida para decidir si continúa o no con su curso de acción. Esto implica que el camino para enfrentar una situación estresante lleva a reiniciar los procesos de valoración primaria y secundaria.

Basándose en los desarrollos teóricos propuestos por Lazarus y Folkman, los investigadores Frydenberg y Lewis (1991), consideran que las Estrategias de Afrontamiento pueden agruparse en tres Estilos de Afrontamiento que representan aspectos funcionales y disfuncionales como se expone a continuación:

1. *Estilo dirigido a solucionar el problema*: Este estilo consiste en trabajar para resolver la situación problemática, manteniendo el optimismo y la tranquilidad durante el proceso. Abarca las siguientes estrategias específicas: concentrarse en resolver el problema, esforzarse y tener éxito, fijarse en lo positivo, diversiones relajantes y distracción física.

2. *Estilo de afrontamiento en relación con los demás*: Consiste en acercarse a otros para obtener apoyo. Abarca las siguientes estrategias: apoyo social, buscar

a los amigos íntimos, buscar pertenencia, acción social, apoyo espiritual y apoyo profesional.

3. *Estilo improductivo*: Consiste en la evitación o incapacidad empírica para afrontar los problemas por parte del sujeto. Abarca las siguientes estrategias: preocuparse, hacerse ilusiones, no afrontar el problema, reducción de tensión, ignorar el problema, auto-inculparse y reservarlo para sí.

Estos autores postulan la existencia de dos tipos de Afrontamiento: el general que es el modo en que una persona se enfrenta a cualquier situación y el específico que es la forma en que una persona enfrenta una situación particular. Tomando como base estas concepciones teóricas del Afrontamiento, estos autores diseñan y construyen la Escala de Afrontamiento para adolescentes (ACS). Dicha escala, consta de dos partes: La primera está formada por preguntas de carácter abierto sobre los principales problemas vividos durante los últimos 6 meses.

La segunda parte consiste en un inventario en forma de auto-informe compuesto por 80 elementos, 79 de tipo cerrado y uno abierto. La ACS, permite evaluar con gran fiabilidad 18 estrategias de afrontamiento que se agrupan en los tres estilos de afrontamiento ya mencionados.

A continuación se presentan las 18 Estrategias de Afrontamiento que se identifican en la escala:

AS. Buscar Apoyo Social: Consiste en compartir el problema con los demás y conseguir ayuda.

RP. Centrarse en Resolver el Problema: Se dirige a abordar el problema sistemáticamente, teniendo en cuenta distintos puntos de vista para alcanzar la solución.

ES. Esforzarse y Tener Éxito: Son las conductas de trabajo e implicación personal.

PR. Preocuparse: Se refiere al temor por el futuro o a la preocupación por la felicidad posterior.

AI. Invertir en Amigos Íntimos: Esfuerzo por comprometerse en alguna relación personal íntima.

PE. Buscar Pertenencia: Preocupación o interés en las relaciones con los demás, y específicamente por lo que los otros piensan de uno.

HI. Hacerse Ilusiones: Se refiere a las expectativas de que todo tendrá un final feliz.

NA. Falta de Afrontamiento: Es la incapacidad para enfrentar el problema y la tendencia a desarrollar síntomas psicósomáticos.

RT. Reducción de la Tensión: Intento de sentirse mejor mediante acciones que reduzcan la tensión.

SO. Acción Social: Consiste en dar a conocer a otros la preocupación que se tiene y buscar apoyo organizando actividades como reuniones, peticiones, etc.

IP. Ignorar el Problema: Esfuerzo consciente por negar o desentenderse del problema.

CU. Auto-inculparse: El sujeto se ve a sí mismo como el culpable de su dificultad.

RE. Reservarlo Para Sí: El sujeto tiende a aislarse y a impedir que otros conozcan su preocupación.

AE. Apoyo Espiritual: Tendencia a rezar y creer en la ayuda de Dios o de un líder espiritual frente a los problemas.

PO. Fijarse en lo Positivo: Visión optimista de la situación presente y tendencia a ver el lado bueno de las cosas y sentirse afortunado.

AP. Buscar Ayuda Profesional: Uso de consejeros profesionales como maestros o psicólogos.

DR. Distracciones relajantes: Situaciones de ocio y relajantes como la lectura o la televisión.

FI. Distracciones Físicas: Dedicación al deporte, el esfuerzo físico y a mantenerse en forma.

### **3.1. Estrategias de Afrontamiento en la adolescencia.**

La adolescencia constituye una etapa evolutiva de transición a la vida adulta, caracterizada por la vivencia de continuos cambios a nivel físico, emocional, cognitivo y social que pueden convertirse en una fuente de estrés. Cómo afrontan los y las adolescentes estos cambios y las repercusiones que estos generan en su desarrollo psicosocial, ha sido una de las líneas de investigación más ampliamente estudiadas (Bermúdez y Buela-Casal, 2009).

En este sentido, se presta una especial atención a las funciones que cumple el afrontamiento: a) Modificar la situación o acontecimiento estresante a través de la utilización de estrategias focalizadas en el problema; entre las que se incluirían aquellas destinadas a alterar la relación descompensada entre la persona y su entorno, mediante la modificación de las circunstancias problemáticas o mediante la aportación de nuevos recursos que contrarresten el efecto negativo de las condiciones ambientales; y b) Regular los estados emocionales evocados por la situación o acontecimiento estresante a través de la utilización de estrategias centradas en la emoción, como la evitación o la búsqueda de apoyo social (Lazarus y Folkman citados en Bermúdez y Buela-Casal, 2009).

Aunque la mayoría de los esfuerzos en la conceptualización, evaluación e investigación del afrontamiento se han llevado a cabo con poblaciones adultas, ha habido un incremento en el número de estudios sobre este tema con niños y adolescentes (Ayers et al., 1998).

Las primeras nociones de afrontamiento en la adolescencia surgieron alrededor de los años setenta sobre la base de la literatura teórica y empírica existente sobre estrés y afrontamiento en la adultez. El trabajo con adultos proveyó los modelos conceptuales y las herramientas metodológicas para la investigación con adolescentes; sin embargo, luego de algunos años, los investigadores se preguntaron qué tanto los modelos y resultados encontrados con los adultos podían ser generalizables a poblaciones más jóvenes, lo cual llevó a centrar los estudios en el afrontamiento propio de la adolescencia (Hoffman et al., 1992).

Las diversas investigaciones en este campo se han centrado no sólo en describir las estrategias de afrontamiento, sino también en conocer los eventos estresores más comunes en esta etapa de la vida, intentándose así tener una visión más clara y profunda sobre el tema del estrés y el afrontamiento en la adolescencia. Varios han sido los métodos empleados para elaborar diversos instrumentos, los que tienen como objetivo evaluar el afrontamiento en la adolescencia, tanto desde la perspectiva situacional como desde la disposicional (Boekaerts, 1996).

En la evaluación del afrontamiento en adolescentes destacan los trabajos de Frydenberg y Lewis, que a partir del estudio de las conductas de afrontamiento más frecuentes de los adolescentes, elaboraron una escala en la que se incluyen dieciocho estrategias de afrontamiento que se distribuyen entre los dos estilos propuestos anteriormente por Lazarus y Folkman dirigido a la resolución del problema y afrontamiento en relación con los demás, y un tercer estilo, el improductivo, propuesto por Frydenberg y Lewis (Bermúdez y Buela-Casal, 2009).

#### **4. BIENESTAR PSICOLÓGICO**

Según Casullo (1998) el Bienestar Psicológico es un concepto que se fue precisando a partir del desarrollo de las sociedades industrializadas y del interés por las condiciones de vida. La investigación acerca de este constructo ha sido abordada por diversos investigadores de manera difusa y poco precisa, manejándose indistintamente conceptos tales como satisfacción vital, felicidad, calidad de vida, etc.; en este sentido son necesarios datos cuantificables para medir el constructo de Bienestar Psicológico, tales como indicadores económicos de una sociedad, la desigualdad social, las libertades políticas, el respeto por los derechos humanos y otros.

García y González (2000) señalan también que el Bienestar Psicológico es una experiencia personal vinculada al presente que también tiene proyección al futuro, ya que se relaciona con los logros humanos. En este sentido el Bienestar surge del balance entre las expectativas de proyección hacia el futuro y los logros alcanzados en el presente. Diener (1994) sostiene que el elevado Bienestar depende de la apreciación positiva que perdura a lo largo del tiempo y el bajo Bienestar depende del desajuste entre las expectativas personales y los logros alcanzados.

Figuroa et al. (2005) señalan que es más apropiado concebir el Bienestar Psicológico como productor tanto de efectos positivos como negativos. Aunque se suele asociar el estrés con los efectos negativos; es posible observar que puede ser motor para el afrontamiento de una situación, con lo que su efecto sería positivo. Desde la perspectiva de Carol Ryff la concepción de Bienestar Psicológico es considerada como virtud, en el sentido de la búsqueda constante de la excelencia personal. También se relaciona con las nociones de ajuste psicosocial y de cumplimiento con las tareas evolutivas (Casullo, 2002).

Ryff (1989) critica los estudios clásicos sobre el Bienestar Psicológico argumentando que en ellos se ha considerado al bienestar como la ausencia de malestar o trastornos psicológicos, ignorando las teorías sobre la autorrealización, el ciclo vital, el funcionamiento mental óptimo, y el significado de la vida.

Zubieta (2010) señala que debido al aporte de Ryff y Keyes, en sus diferentes estudios realizados con la población adulta de Estados Unidos, descubren la multidimensionalidad del concepto de Bienestar Psicológico, señalando 6 dimensiones de este constructo:

1. *Apreciación positiva de uno mismo*: Entendida como la actitud positiva o apreciación positiva de uno mismo estando consciente de las propias limitaciones.
2. *Capacidad para manejar de forma efectiva el medio y la propia vida*: Es la habilidad personal para elegir o crear entornos favorables y satisfacer los propios deseos y necesidades.
3. *Presencia de relaciones sociales significativas o vínculos psicosociales*: Hace referencia a relaciones estables socialmente significativas, vínculos psicosociales de confianza en las amistades y la capacidad de amar.
4. *Creencia de propósito y sentido de la vida*: En función de objetivos claros y metas realistas que doten de significado a las experiencias ya vividas y por vivir.
5. *Sentimientos positivos hacia el crecimiento y la madurez*: En función de la búsqueda del desarrollo del propio potencial y el fortalecimiento de las capacidades.
6. *Sentido de autodeterminación o autonomía*: Se basa en las propias convicciones y en el mantenimiento de la propia independencia y autoridad personal en el transcurso del tiempo.

Tomando como referencia este modelo teórico los autores citados diseñaron y construyeron la Escala de Bienestar Psicológico que mide cada una de las dimensiones ya mencionadas.

#### **4.1. Bienestar Psicológico en Adolescentes**

El concepto y las dimensiones de bienestar psicológico no deben generalizarse, pues varían según la población. Dicha afirmación se hace más patente en adolescentes, pues numerosos estudios ponen de manifiesto las diferencias

existentes entre lo que es considerado como bienestar psicológico para adolescentes como para jóvenes y adultos (Casullo y Castro, 2000)

El bienestar psicológico es un constructo que, como se ha mencionado anteriormente, expresa el sentir positivo y el pensar constructivo del ser humano acerca de sí mismo, que se define por su propia naturaleza subjetiva vivencial y se relaciona estrechamente con aspectos particulares del funcionamiento físico, psíquico y social. Desde una perspectiva psicológica y social, el bienestar en adolescentes no consiste solo en la ausencia de síntomas o la presencia de emociones positivas, sino que también implica que la persona se valore a sí misma, tenga relaciones positivas con otros y crea que controla su ambiente (Bilbao, 2008).

En relación a este hecho, Castro y Casullo (2000), realizaron un estudio con adolescentes argentinos en el cual evidenciaron que las variables género, edad y contexto sociocultural no afectan significativamente la percepción subjetiva del bienestar psicológico en la adolescencia. Sin embargo, los adolescentes son más vulnerables, ya sea por la dinámica evolutiva y/o las exigencias del entorno, a ser parte de un medio inestable y a presentar desajustes consigo mismos.

Casullo et al. (2002) diseñaron un instrumento para medir el Bienestar Psicológico, basándose en las 6 dimensiones propuestas por Ryff. A partir de esto, elaboraron la Escala de Bienestar Psicológico para Jóvenes o adolescentes BIEPS-J, en esta se redujeron a 4 las 6 dimensiones originales de forma que se seleccionaron las siguientes: a) Aceptación positiva de sí mismo b) Vínculos psico-sociales positivos c) Capacidad de manejo del entorno d) Propósito de vida. La BIEPS-J goza de adecuadas propiedades psicométricas según indican sus autores y ha sido utilizada en varias investigaciones en Iberoamérica.

## 5. JUSTIFICACIÓN DEL ESTUDIO

Los adolescentes se encuentran en el proceso continuo de búsqueda de identidad, de reconocimiento personal y de los roles que se deben cumplir en la sociedad. En ese sentido, los jóvenes van tomando decisiones en ámbitos como el sexual, el vocacional, el laboral, el religioso, etc., teniendo cada vez más claras las características que los autodefinen y los diferencian. De ahí, que en esta etapa surja el deseo de perfeccionar las propias capacidades y elaborar un proyecto personal que concentre todas aquellas expectativas planteadas con respecto al futuro, a los estudios, a las amistades, a la pareja y al trabajo (Castillo, 2007).

La adolescencia es una etapa evolutiva de enorme crecimiento en la que los y las adolescentes pueden alcanzar un desarrollo saludable de todas sus potencialidades siempre que mantengan unas relaciones adecuadas con su entorno. En este sentido, conocer aquellos estilos y estrategias de afrontamiento que favorezcan una transición y adaptación efectiva a su medio ambiente, resulta de gran utilidad para poder interpretar sus sentimientos, ideas, y conductas (Frydenberg y Lewis, 1997).

La etapa de estudios de secundaria de Bachillerato es crucial para los adolescentes, debido a que están en plena búsqueda de identidad, así mismo la influencia de los pares es fundamental. La vida cotidiana de estudiantes de unidades educativas privadas y fiscales, así como la de los adolescentes institucionalizados varía en diversas esferas como la económica, social e ideológica, es a raíz de estos factores que surge el interés del presente estudio en comparar estos grupos poblacionales, conocer los recursos y estrategias que utilizan para afrontar sus problemas y cómo éstos repercuten en su bienestar psicológico e integral.

Por los motivos expuestos y considerando el interés clínico y social que suscita esta etapa del desarrollo, se considera relevante conocer el tipo de Estilos y Estrategias a las que recurren estos adolescentes para enfrentar las adversidades y cómo éstas se relacionan con la el Bienestar Psicológico que perciben.

Este estudio permitirá conocer herramientas útiles de diagnóstico que servirán para proponer e implementar programas psicoeducativos que coadyuven a la salud mental de los y las adolescentes y promover estrategias más efectivas para mejorar el Bienestar y la calidad de vida de estos jóvenes.

## **6. PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA**

Una vez expuesta la relevancia de las variables del presente estudio surge la siguiente interrogante:

¿Cuál será la influencia del uso de los diferentes Estilos-Estrategias de Afrontamiento en la percepción del Bienestar Psicológico de adolescentes de secundaria de distintos grupos poblacionales de la ciudad de Sucre-Bolivia?

## **7. OBJETIVOS**

### **7.1. Objetivo General**

Analizar la influencia de los Estilos-Estrategias de Afrontamiento en el Bienestar Psicológico de adolescentes de secundaria de distintos grupos poblacionales de la ciudad de Sucre-Bolivia.

### **7.2. Objetivos específicos**

1. Identificar los Estilos y Estrategias de Afrontamiento predominantes en estos adolescentes y si existen diferencias en función del sexo y grupo poblacional.
2. Explorar el nivel de Bienestar Psicológico de estos adolescentes y si existe relación entre el Bienestar con la variable sexo y grupo poblacional.
3. Conocer cómo se relacionan los Estilos y Estrategias de Afrontamiento con el Bienestar Psicológico General y sus dimensiones en esta población adolescente.

## PARTE EMPÍRICA

### 8. MÉTODO

#### 8.1. Características de la investigación

El enfoque de la presente Tesis es *cuantitativo* ya que se recurre al análisis estadístico y numérico de las variables. La investigación es de tipo *descriptiva y correlacional* ya que se trata de una investigación donde se miden incidencias y valores a través de una recogida de datos realizada en situaciones naturales y mediante el uso de auto-informes o test estandarizados y donde se establecen relaciones entre las variables estudiadas. La investigación es de carácter *transversal* ya que la recolección de datos se realizará en un único momento del tiempo (Ramírez, 2013).

#### 8.2. Sujetos de investigación

La muestra seleccionada para la presente investigación fueron 120 adolescentes de 5to y 6to de secundaria de distinto grupos poblacionales: 1) adolescentes de Unidad educativa Rural (San Juan de Horcas, Poroma), 2) adolescentes de Unidad educativa Particular (San Cristóbal) 3) adolescentes institucionalizados (Centros de acogida de la ciudad de Sucre). Estos adolescentes se encuentran en un rango de edad entre los 15 a 18 años ( $M = 16,80$ ;  $D.T. = 1,01$ ).

Se consideraron para la selección los siguientes criterios:

##### **Criterios de inclusión:**

- Adolescentes de 5to y 6to de secundaria que asistían con regularidad a sus unidades educativas.
- Adolescentes que desearon participar voluntariamente del estudio.

##### **Criterios de exclusión:**

- Adolescentes de cursos diferentes a los mencionados o que no asistían con regularidad a sus centros educativos.
- Adolescentes que no desearon participar del estudio.

Se consideraron también los siguientes características sociodemográficas, las que se pueden observar en la tabla 1:

**Tabla 1.**  
**Características Sociodemográficas**

<b>Variables</b>		<b>Frecuencia</b>	<b>Porcentaje</b>
<b>Sexo</b>	Masculino	61	51 %
	Femenino	59	49 %
	Total	120	100 %
<b>Grado academico</b>	5to de secundaria	45	38 %
	6to de secundaria	75	62 %
	Total	120	100 %
<b>Grupo Poblacional</b>	Adolescentes U. E. Rural	35	29 %
	Adolescentes U. E. Particular	60	50 %
	Adolescentes Institucionalizados	25	21 %
	Total	120	100 %

### **8.3. Instrumentos**

Para la presente investigación se usaron los siguientes instrumentos de medición:

**a) La Escala de Afrontamiento para Adolescentes ACS** (Adolescent Coping Scales, Frydenberg y Lewis, 1996, versión castellana editada por TEA 1997).

La ACS está formada por 80 ítems, uno de ellos de carácter abierto (otras estrategias que la persona utiliza) y los 79 restantes que se puntúan en una escala tipo Likert de cinco puntos desde “no me ocurre nunca o no lo hago” (1), a “me ocurre o lo hago con mucha frecuencia” (5). La ACS evalúa 18 estrategias que se corresponden a tres estilos diferenciados de Afrontamiento:

**1. Estilo dirigido a solucionar el problema:** Este estilo consiste en trabajar para resolver la situación problemática, manteniendo el optimismo y la tranquilidad durante el proceso.

**2. Estilo de afrontamiento en relación con los demás:** Consiste en acercarse a otros para obtener apoyo y buscar soluciones.

**3. Estilo improductivo:** Consiste en la evitación o incapacidad para afrontar los problemas por parte del sujeto.

Las 18 estrategias mencionadas y sus ítems correspondientes son:

- AS. Buscar Apoyo Social. (1, 19, 37, 55, 71)
- RP. Centrarse en Resolver el Problema. (2, 20, 38, 56, 72)
- ES. Esforzarse y Tener Éxito. (3, 21, 39, 57, 73)
- PR. Preocuparse. (4, 22, 40, 58, 74)
- AI. Invertir en Amigos Íntimos. (5, 23, 41, 59, 75)
- PE. Buscar Pertenencia. (6, 24, 42, 60, 76)
- HI. Hacerse Ilusiones. (7, 25, 43, 61, 77)
- NA. Falta de Afrontamiento. (8, 26, 44, 62, 78)
- RT. Reducción de la Tensión. (9, 27, 45, 63, 79)
- SO. Acción Social de Apoyo. (10, 28, 46, 64)
- IP. Ignorar el Problema. (11, 29, 47, 65)
- CU. Auto-inculparse. (12, 30, 48, 66)
- RE. Reservar el Problema Para Sí. (13, 31, 49, 67)
- AE. Apoyo Espiritual. (14, 32, 50, 68)
- PO. Fijarse en lo Positivo. (15, 33, 51, 69)
- AP. Buscar Ayuda Profesional. (16, 34, 52, 70)
- DR. Distracciones Relajantes. (17, 35, 53)
- FI. Distracciones Físicas. (18, 36, 54)

El análisis de fiabilidad de la escala reveló una puntuación  $\alpha=.827$  de Alpha de Cronbach siendo una fiabilidad aceptable.

**b) La Escala de Bienestar Psicológico para adolescentes BIEPS-J** (Ryff 1989, Versión Castellana adaptada por Casullo y Castro, 2000). Para el diseño de la BIEPS-J, estos autores Argentinos tomaron como referencia las propuestas teóricas de Ryff (1989) y Schumutte y Ryff (1997). Esta versión castellana está formada por 13 ítems, con tres opciones de respuesta: De acuerdo (3), ni de acuerdo ni en desacuerdo (2), en desacuerdo (1). La escala evalúa una dimensión global de Bienestar Psicológico y cuatro específicas:

Control de situaciones, Vínculos psicosociales, Propósito de vida y Aceptación de sí mismo.

El análisis de fiabilidad de la escala reveló una puntuación  $\alpha=.769$  de Alpha de Cronbach, siendo una fiabilidad aceptable.

#### **8.4. Procedimiento**

El estudio se llevó a cabo en la gestión 2020, y debido a la situación compleja de la Pandemia del Covid 19 la aplicación de instrumentos se realizó de manera virtual. Se llevaron a cabo los siguientes procedimientos para la investigación:

- Se realizó el contacto correspondiente con los directores de las Unidades Educativas tanto la Privada, Rural y de los Centros de Acogida para solicitar los permisos pertinentes para llevar a cabo la investigación, aclarándoles los objetivos que tendría el estudio.
- En este caso los instrumentos de evaluación fueron digitalizados mediante la plataforma Forms, para obtener el enlace o el link correspondiente para poderlo compartir posteriormente con los grupos de whatsapp de los estudiantes. Se tuvo el cuidado de explicar detalladamente las instrucciones en los encabezados para reducir al máximo la probabilidad de incurrir en errores.
- Una vez obtenida las licitaciones pertinentes, a través de los directores, profesores y responsables de las unidades educativas y los centros de acogida, se programaron reuniones virtuales con los adolescentes para explicarles detalladamente todo lo referido a la investigación y el llenado correcto de los instrumentos; también se compartió el documento de consentimiento informado para que los adolescentes puedan hacerlo conocer a sus padres, aclarándoles que se mantendría la confidencialidad de sus datos y que eran libres de participar de manera totalmente voluntaria.
- Finalmente se compartió el enlace (vínculo) generado previamente en la plataforma forms para que los estudiantes puedan acceder al llenado de

los instrumentos, insistiendo en que llenen los instrumentos de manera honesta y personal, y que la investigadora estaría conectada para absolver cual duda. Finalizado este proceso se les agradeció a los adolescentes su participación y se procedió al vaciado de datos para el análisis estadístico.

### **8.5. Análisis de Datos**

Para el procesamiento estadístico de los datos, se recurrió al paquete estadístico SPSS (Statistical Package for the Social Sciences) versión 26.

Los estadísticos que fueron utilizados para el análisis fueron los siguientes:

- Frecuencias y estadísticos descriptivos (medias y desviaciones típicas) para el análisis de las diferentes variables.
- Análisis de la fiabilidad del instrumento, recurriendo para estos fines al coeficiente de fiabilidad Alpha de Cronbach.
- Se llevó a cabo una comparación mediante la prueba t de student para muestras independientes para el análisis de los estilos-estrategias de afrontamiento con las variable sexo.
- Se usó la prueba Chi cuadrado, para la comparación de los Niveles de Bienestar Psicológico con las variables sexo y grupo poblacional.
- La prueba Anova de un Factor para establecer si existen diferencias en los estilos-estrategias de afrontamiento con los grupos poblacionales (rural, particular e institucional).
- Correlaciones bivariadas para analizar la relación entre los Estilos-Estrategias de Afrontamiento y Bienestar Psicológico recurriendo al coeficiente de Correlación de Pearson ( $r_{xy}$ ).

## 9. RESULTADOS

Los resultados se presentarán siguiendo el mismo orden establecido en el apartado de objetivos.

### 1. Identificar los Estilos y Estrategias de Afrontamiento predominantes en estos adolescentes y si existen diferencias en función del sexo y grupo poblacional.

En primera instancia se expresan las medias y desviaciones típicas para las dimensiones de los Estilos-estrategias de Afrontamiento.

**Tabla 2. Descriptivos Estilos Estrategias de Afrontamiento Global. n= 120**

<b>Estilos y Estrategias de Afrontamiento</b>	<b>M</b>	<b>DT</b>
<b>Estilo Dirigido a Resolver el Problema</b>	67.66	11.772
Concentrarse resolver el problema	63.33	16.973
Esforzarse tener éxito	72.43	16.215
Fijarse en lo positivo	68.29	15.990
Diversiones relajantes	69.07	19.651
Distracción física	65.16	20.043
<b>Estilo en Relación con los demás</b>	55.30	11.156
Buscar apoyo social	58.00	15.703
Invertir en amigos íntimos	52.80	16.288
Acción social	43.42	16.373
Apoyo espiritual	61.79	19.390
Buscar pertenencia	57.53	14.080
Buscar ayuda profesional	58.25	21.100
<b>Estilo Improductivo</b>	54.20	9.338
Preocuparse	70.03	15.479
Hacerse ilusiones	61.20	14.599
Falta de afrontamiento	45.93	12.985
Reducción de la tensión	38.33	12.549
Ignorar el problema	51.67	16.644
Auto inculparse	54.17	18.002
Reservarlo para sí	58.04	17.803

Los resultados más relevantes en la tabla 2 son:

En cuanto a los Estilos de afrontamiento de manera global los adolescentes recurren mayormente al Estilo dirigido a Resolver el Problema ( $M = 67.66$ ;  $DT = 11.772$ ).

En cuanto a los resultados sobre las Estrategias de afrontamiento las estrategias más empleadas por los adolescentes son:

Esforzarse tener éxito: ( $M = 72.43$ ;  $DT = 16.215$ )

Preocuparse: ( $M = 70.03$ ;  $DT = 15.479$ )

Diversiones relajantes: ( $M = 69.07$ ;  $DT = 19.651$ )

a) Con el objetivo de evaluar si existían diferencias en los Estilos-estrategias de Afrontamiento en función de la variable sexo, se llevó a cabo una comparación mediante la prueba t de Student para muestras independientes, se mostrarán a continuación solo los resultados más relevantes.

Se encontraron diferencias estadísticamente significativas en:

Estrategia Invertir en Amigos Íntimos  $t_{(118)} = 2.272$ ;  $p = 0.025$ . Siendo los varones los que recurren mayormente a esta estrategia en comparación con las mujeres. (Hombres  $M = 56.07$ ;  $DT = 15.941$ ; Mujeres  $M = 49.42$ ;  $DT = 16.082$ )

En los demás Estilos-Estrategias de Afrontamiento no se encontraron diferencias que sean estadísticamente significativas.

b) Con el objetivo de evaluar si existían diferencias en los Estilos-estrategias de Afrontamiento en función de la variable grupo poblacional (rural, particular e institucional), se llevó a cabo una comparación mediante la prueba ANOVA de un factor, se mostrarán a continuación solo los resultados más relevantes.

Se encontraron diferencias estadísticamente significativas en:

Estilo de afrontamiento en relación con los demás  $F_{(2)} = 3.603$ ;  $p = 0.030$

Estrategia Esforzarse en tener éxito  $F_{(2)} = 5.346$ ;  $p = 0.006$

Estrategia Invertir en amigos íntimos  $F_{(2)} = 4.354$ ;  $p = 0.015$

Estrategia Reducción de la tensión  $F_{(2)} = 4.090$ ;  $p = 0.019$

Estrategia Acción social  $F_{(2)} = 3.378$ ;  $p = 0.037$

Estrategia Ayuda profesional  $F_{(2)} = 8.779$ ;  $p = 0.001$ .

A continuación, en la tabla 3 se analiza la comparación múltiple por pares:

**Tabla 3. Resultados Post Hoc de Scheffé entre Estilos-estrategias de Afrontamiento y Grupo Poblacional**

<b>Estilos-estrategias de Afrontamiento</b>	<b>Grado Poblacional (U.E. Rural; U.E. Particular; Centro de Acogida)</b>		<b>Diferencia de medias (I-J)</b>	<b>Sig.</b>
Estilo de Afrontamiento en Relación con los Demás	U.E. Rural	U.E. Particular	6.067	0.036
Estrategia Esforzarse en tener éxito	U.E. Rural	U.E. Particular	8.543	0.041
	Centro de Acogida	U.E. Particular	10.280	0.025
Estrategia Invertir en amigos íntimos	U.E. Particular	Centro de Acogida	11.027	0.016
Estrategia Reducción de la tensión	U.E. Rural	U.E. Particular	7.438	0.019
Estrategia Acción social	U.E. Rural	U.E. Particular	8.798	0.040
Estrategia Ayuda profesional	Centro de Acogida	U.E. Particular	18.517	0.001

Las comparaciones múltiples post hoc mediante el estadístico Scheffé de la tabla 3, mostraron la existencia de diferencias estadísticamente significativas en cinco de las Estrategias y uno de los Estilos de Afrontamiento en función del grupo poblacional.

El estilo de afrontamiento en relación con los demás, así como las estrategias esforzarse en tener éxito, reducir la tensión y la acción social son más usadas por adolescentes de unidad educativa rural a diferencia de los de unidad educativa particular.

Las estrategias esforzarse en tener éxito y ayuda profesional son mayormente empleadas por los adolescentes de los centros de acogida a diferencia de los de unidad educativa particular; sin embargo, en la estrategia invertir en amigos íntimos son éstos últimos quienes resaltan.

**2. Explorar el nivel de Bienestar Psicológico de estos adolescentes y si existe relación entre el Bienestar con la variable sexo y grupo poblacional.**

Para cumplir con este objetivo primero se calculó la puntuación promedio para el análisis del Bienestar Psicológico General ( $M = 33.28$ ;  $DT = 5.048$ ), a partir de esta puntuación se calculó el percentil 25 que representa el Bajo Bienestar Psicológico correspondiente a una puntuación de 31 y el percentil 75 que representa el Alto Bienestar Psicológico correspondiente a una puntuación de 37. Esta recodificación se estableció en base a los baremos originales de la adaptación propuesta por Casullo y Castro (2000). Estos resultados se pueden observar en la tabla 4.

**Tabla 4. Frecuencias y porcentajes correspondientes a los Niveles de Bienestar Psicológico de los adolescentes global.**

Niveles de Bienestar Psicológico	Frecuencia	Porcentaje
Bajo Bienestar	33	27.5 %
Bienestar Medio	56	46,7 %
Alto Bienestar	31	25.8 %
Total	120	100 %

Como puede observarse en la tabla 4, el mayor porcentaje de los adolescentes 46,7 % presenta Bienestar Psicológico Medio, seguido de un Bajo Bienestar con el 27,5 % y el menor porcentaje presenta un Alto Bienestar con el 25,8 %.

- a) Para analizar si existía relación entre los Niveles de Bienestar Psicológico con la variable sexo, se llevó a cabo una comparación mediante la prueba Chi cuadrado de Pearson, a continuación, se muestra la tabla de contingencias con las frecuencias observadas y esperadas:

**Tabla 5 Frecuencias Observadas y Esperadas Sexo y Bienestar Psicológico**

Sexo	Frecuencias	Bienestar Psicológico			Total
		Bajo	Medio	Alto	
Hombres	Observada	17	25	19	61
	Esperada	16.8	28.5	15.8	61.0
Mujeres	Observada	16	31	12	59
	Esperada	16.2	27.5	15.2	59.0
<b>Total</b>	Observada	33	56	31	120
	Esperada	33.0	56.0	31.0	120.0

La prueba chi cuadrado de la tabla 5 muestra el siguiente resultado  $X^2$  (2) = 2,221;  $p= 0,329$ , lo que indica que no es significativo. Esto explica que no existe una asociación entre estas dos variables, siendo ambas independientes.

b) Para analizar si existía relación entre los Niveles de Bienestar Psicológico con la variable grupo poblacional, se llevó a cabo una comparación mediante la prueba chi cuadrado de Pearson, a continuación, se muestra la tabla de contingencias con las frecuencias observadas y esperadas:

**Tabla 6 Frecuencias Observadas y Esperadas Grupo poblacional y Bienestar Psicológico**

Grupo Poblacional	Frecuencias	Bienestar Psicológico			Total
		Bajo	Medio	Alto	
Centro de Acogida	Observada	7	14	4	25
	Esperada	6.9	11.7	6.5	25.0
U.E. Rural	Observada	10	20	5	35
	Esperada	9.6	16.3	9.0	35.0
U.E. Particular	Observada	16	22	22	60
	Esperada	16.5	28.0	15.5	60.0
<b>Total</b>	Observada	33	56	31	120
	Esperada	33.0	56.0	31.0	120.0

La prueba chi cuadrado de la tabla 6 muestra el siguiente resultado  $X^2$  (4) = 8,076;  $p= 0.089$ , lo que indica que no es significativo. Esto explica que no existe una asociación entre estas dos variables, siendo ambas independientes.

### 3. Conocer cómo se relacionan los Estilos y Estrategias de Afrontamiento con el Bienestar Psicológico General y sus dimensiones en esta población adolescente.

El análisis se realizó mediante el Coeficiente de Correlación de Pearson ( $r_{xy}$ ), entre las dimensiones de los Estilos-Estrategias de Afrontamiento y el Bienestar Psicológico. Los resultados se muestran a continuación en la tabla 7, se remarcaron solamente los resultados que fueron significativos:

**Tabla 7. Correlación entre Estilos-Estrategias de Afrontamiento y Bienestar Psicológico**

<b>Estilos y Estrategias de Afrontamiento</b>	<b>BP General</b>	<b>Control de situaciones</b>	<b>Vínculos Personales</b>	<b>Proyecto de Vida</b>	<b>Aceptación de sí mismo</b>
Estilo Improductivo	-,116 ,208	<b>-,189*</b> <b>,046</b>	-,107 ,247	-,081 ,380	-,044 ,635
Estrategia Resolver el Problema	<b>,211*</b> <b>,021</b>	<b>,235**</b> <b>,010</b>	,049 ,596	<b>,219*</b> <b>,016</b>	,134 ,144
Estrategia Esforzarse en tener éxito	,098 ,286	,100 ,278	,000 1,000	<b>,183*</b> <b>,046</b>	,015 ,867
Estrategia Falta de Afrontamiento	-,123 ,182	<b>-,186*</b> <b>,042</b>	-,073 ,431	-,058 ,526	-,038 ,682
Estrategia Reducción de la Tensión	-,121 ,186	<b>-,193*</b> <b>,035</b>	-,019 ,834	-,106 ,250	-,080 ,386
Estrategia Apoyo Espiritual	<b>,199*</b> <b>,029</b>	<b>,255**</b> <b>,005</b>	,080 ,383	,066 ,472	<b>,194*</b> <b>,034</b>

\*\* . La correlación es significativa al nivel 0,01 (bilateral).

\* . La correlación es significativa al nivel 0,05 (bilateral).

Los resultados de la tabla 7 de correlaciones expresan que:

Existe una correlación negativa entre el Estilo de Afrontamiento Improductivo y la dimensión Control de Situaciones del BP ( $r_{xy} = -,189$ ;  $p = 0,046$ ).

Existe una correlación negativa entre la estrategia Falta de Afrontamiento y la dimensión Control de Situaciones del BP ( $r_{xy} = -,186$ ;  $p = 0,042$ ).

Existe una correlación negativa entre la estrategia Reducción de la tensión y la dimensión Control de Situaciones del BP ( $r_{xy} = -,193$ ;  $p = 0,035$ ).

Existe una correlación positiva entre la estrategia Resolver el Problema y el Bienestar Psicológico General ( $r_{xy} = ,211$ ;  $p = 0,021$ ).

Existe una alta correlación positiva entre la estrategia Resolver el Problema y la dimensión Control de situaciones del BP ( $r_{xy} = ,235$ ;  $p = 0,010$ ).

Existe una correlación positiva entre la estrategia Resolver el Problema y la dimensión Proyecto de vida del BP ( $r_{xy} = ,219$ ;  $p = 0,016$ ).

Existe una correlación positiva entre la estrategia Esforzarse en tener éxito y la dimensión Proyecto de vida del BP ( $r_{xy} = ,183$ ;  $p = 0,046$ ).

Existe una correlación positiva entre la estrategia Apoyo Espiritual y el Bienestar Psicológico General ( $r_{xy} = ,199$ ;  $p = 0,029$ ).

Existe una alta correlación positiva entre la estrategia Apoyo Espiritual y la dimensión Control de situaciones del BP ( $r_{xy} = ,255$ ;  $p = 0,005$ ).

Existe una correlación positiva entre la estrategia Apoyo Espiritual y la dimensión Aceptación de sí mismo del BP ( $r_{xy} = ,194$ ;  $p = 0,034$ ).

Las Estilos-Estrategias de Afrontamiento son la variable explicativa y el Bienestar Psicológico la variable explicada; en este sentido la correlación negativa entre estas dos variables indica una relación inversa, es decir que a medida que incrementa el uso del Estilo Improductivo y parte de sus estrategias disminuirá el Bienestar Psicológico en estos adolescentes, lo contrario sucede con la correlación positiva donde ambas variables van en el mismo sentido.

## 10. DISCUSIÓN

La discusión se presentará en función de los objetivos planteados, considerando los aspectos más relevantes.

### *1) Estilos-Estrategias de Afrontamiento de los adolescentes de acuerdo al sexo y grupo poblacional*

- En cuanto a la variable sexo esta investigación encontró diferencias entre hombres y mujeres en cuanto al uso de la Estrategia Invertir en amigos íntimos, siendo los varones quienes usan más esta estrategia en comparación con sus pares femeninos.

Estos hallazgos difieren de otros resultados donde se observaron que los varones utilizaban la búsqueda de diversiones relajantes y la distracción física más que las mujeres (Recklitis y Noam, 1999). En el estilo focalizado en la emoción parece haber acuerdo, relacionándose con las mujeres adolescentes sobre todo en la búsqueda de apoyo social (Frydenberg y Lewis, 1999; Recklitis y Noam, 1999; Washburn, 2000); sin embargo cuando esta última estrategia es utilizada por los varones mejora sus logros académicos y mantiene su bienestar psicológico (Parsons et al., 1996).

- El presente estudio revela en sus hallazgos que existen diferencias significativas entre los distintos grupos poblacionales de adolescentes en cuanto al uso de estilos y estrategias de afrontamiento. El estilo de afrontamiento en relación con los demás, así como las estrategias esforzarse en tener éxito, reducir la tensión y la acción social son más usadas por adolescentes de unidad educativa rural. Las estrategias esforzarse en tener éxito y ayuda profesional son mayormente empleadas por los adolescentes de los centros de acogida. Ambos grupos emplean más las estrategias citadas en comparación con los de unidad educativa particular, los que destacan únicamente en la estrategia invertir en amigos íntimos.

Si bien no se conocen estudios previos que hayan analizado la comparación de estos tres grupos poblacionales, se pueden citar algunas investigaciones concordantes realizadas con anterioridad (Figueroa et al. 2005, Saavedra, 2015) quienes consideraron adolescentes institucionalizados de Tucumán Argentina y Sucre Bolivia respectivamente y encontraron que sus adolescentes recurrían generalmente a este Estilo enfocado en Resolver los Problemas y a la mayoría de sus Estrategias. Al parecer a pesar de las limitaciones materiales y afectivas, estos adolescentes de igual forma se esfuerzan en conseguir sus objetivos y afrontar los problemas de su vida cotidiana.

## *2) Niveles de Bienestar Psicológico de los adolescentes de acuerdo al sexo y grupo poblacional*

Los hallazgos de la presente investigación ponen de manifiesto que todos los grupos poblacionales de adolescentes presentan predominantemente Niveles Medios de Bienestar Psicológico, no existiendo diferencias significativas en cuanto al sexo y grupo poblacional.

- Si bien no se conocen estudios previos en adolescentes institucionalizados, se pueden citar algunos en población adolescente de secundaria como los de Rodríguez (2015) quien reportó un nivel Medio de Bienestar del 48% en los estudiantes de un colegio secundario en la ciudad de Trujillo (México), por otro lado se observan resultados similares en los reportes de Álvarez (2014) también en unidades educativas fiscales donde la mayoría de adolescentes presentaron puntuaciones Medias y Altas de Bienestar Psicológico.
- En lo referido a los niveles de bienestar en función del sexo y grupo poblacional, si bien son escasos los estudios, hay algunos que consideraron variables similares como Coppari et al. (2012), que en Asunción Paraguay compararon adolescentes de unidades educativas fiscales y privadas, no encontrando diferencias en cuanto al sexo ni grupo poblacional, sin embargo los porcentajes de Alto bienestar psicológico

eran ligeramente superiores en los adolescentes de colegio particular en comparación con los de colegio fiscal. Según Castro Solano y Casullo (2002), en sus trabajos llevados a cabo en Latinoamérica indican que las variables género, edad y contexto sociocultural no afectarían la percepción del bienestar subjetivo, independiente de sus limitaciones de mayor acceso a recursos materiales.

### *3) Estilos-Estrategias de Afrontamiento y relación con el Bienestar Psicológico*

Esta investigación refiere la existencia de relaciones significativas y negativas entre el Estilo Improductivo y parte de sus Estrategias (Reducción de la tensión, Falta de Afrontamiento) con el Bienestar Psicológico y sus dimensiones por lo que existe una relación inversa entre estas dos variables; contrariamente el uso de estrategias de afrontamiento directo y con apoyo como Resolver el problema, Esforzarse en tener éxito y Apoyo espiritual incrementarían el Bienestar Psicológico.

Diversas Investigaciones previas (González et al, 2002; Mestre et al, 2012; Figueroa et al, 2005; Viñas et al, 2015, Saavedra, 2015), han demostrado ampliamente este aspecto, encontrado generalmente que el Estilo Dirigido a Resolver el Problema es el que se relaciona de manera positiva con el Bienestar Psicológico; por el contrario el Estilo Improductivo y sus Estrategias se relaciona negativamente con la percepción de Bienestar, por lo que el uso de estrategias productivas que busquen soluciones a los problemas y dificultades incrementarían también la percepción del Bienestar psicológico global de los adolescentes en esta etapa relevante de su desarrollo.

## **11. CONCLUSIONES**

Las conclusiones de igual forma se presentarán siguiendo el orden de los objetivos planteados y los resultados alcanzados:

### **Conclusión 1**

Los adolescentes de secundaria del presente estudio de los diversos grupos poblacionales (unidad educativa rural, particular e institucionalizados) generalmente recurren al uso del estilo enfocado a resolver el problema y a estrategias como Esforzarse tener éxito, Diversiones relajantes y Preocuparse; al parecer la estrategia Preocuparse más que un factor negativo o de bloqueo parece ser un dinamizante a trabajar bajo presión y búsqueda de soluciones.

Se percataron diferencias entre varones y mujeres en el uso de la estrategia Invertir en amigos íntimos, es probable que los varones establezcan relaciones más cercanas y de confianza que sus pares femeninos configurados por el contexto sociocultural.

Los adolescentes institucionalizados así como los de unidad educativa rural, suelen usar más estrategias enfocadas a la solución de problemas de manera individual o con apoyo en otros que sus pares adolescentes de unidad educativa particular; es muy probable que esto se deba a factores de circunstanciales y/o contextuales de los primeros grupos mencionados ya que al atravesar por mayores dificultades tanto económicas como afectivas es posible que hayan desarrollado mayor resiliencia y verse obligados a usar un mayor repertorio de habilidades tanto cognitivas como conductuales para enfrentar los problemas de la vida cotidiana.

### **Conclusión 2**

Los adolescentes de secundaria del esta investigación de los diversos grupos poblacionales (unidad educativa rural, particular e institucionalizados) presentan mayoritariamente Niveles Medios de Bienestar Psicológico. Es posible que esté influyendo en estas valoraciones el contexto sociocultural en el que los

adolescentes se desarrollan; si bien tanto los padres de familia como los centros de acogida les brindan vivienda, alimento y oportunidades educativas, en el caso de los adolescentes institucionalizados al no estar insertos en su grupo familiar de forma habitual limita las funciones centrales de vinculación afectiva, orientación y crecimiento; así mismo, todos estos adolescentes están expuestos también a los diversos retos que supone esta etapa evolutiva como la influencia de los pares, búsqueda de identidad, retos de la futura vida adulta (universidad, trabajo, etc.) que limitan su pleno Bienestar Psicológico.

### **Conclusión 3**

El Estilo Dirigido a Resolver el problema y el Estilo en Relación con los Demás junto a sus respectivas Estrategias, se relacionan de manera positiva y significativa con el Bienestar Psicológico, de manera que a medida que los adolescentes incrementan el uso de estas Estrategias se incrementa también su grado de Bienestar Psicológico. Por el contrario las Estrategias del Estilo Improductivo, se relacionan de manera negativa y significativa con el Bienestar Psicológico, de manera que a medida que los adolescentes incrementan el uso de estas Estrategias decrece también su grado de Bienestar Psicológico.

Es probable que esto se deba a que recurrir a las Estrategias de los Estilos de Afrontamiento dirigidas a Resolver el Problema y en Relación con los Demás tales como concentrarse en resolver los problemas, esforzarse en tener éxito, apoyarse en amigos, profesores o redes sociales para encontrar solución a los conflictos, motiva a estos adolescentes a encarar los problemas, a poner en juego todas sus habilidades y capacidades para encontrar soluciones efectivas ya sea de manera individual o apoyados en otras personas, reforzando así su valía y satisfacción personal lo que los lleva a incrementar su nivel de Bienestar Psicológico general.

## BIBLIOGRAFIA

- Academia estadounidense de psiquiatría del niño y del adolescente. (2015). *El desarrollo normal de la adolescencia: Escuela intermedia y los primeros años de secundaria*. EE.UU, New York.
- Ayers, T; Sandler, I. & Twohey, J. (1998). Conceptualization and measurement of coping in children and adolescents. En: Ollendick, T. & Prinz, R. (Eds). *Advances in clinical psychology*, 20, 243-301.
- Azpiazu, B. (2010). El mayor apoyo en la adolescencia: la amistad. Encuentro educativo. *Revista de Enseñanza y Educación* [en línea], N°2. Disponible en: <<http://www.encuentroeducativo.com/revista/wp-content/uploads/numero-5-de-ee.pdf#page=28>>. [2018, 4 de septiembre].
- Baumann, N., Kakchel, R. y Kuhl, J. (2005). Striving for unwanted goals: Stress dependent discrepancies between explicit and implicit achievement motives reduce subjective well-being and increase
- Bermúdez, M. P., Teva, I. y Sánchez, A. (2003). *Análisis de la relación entre inteligencia emocional, estabilidad emocional y bienestar psicológico*. Universitas Psychologica, 2(1), 27-32.
- Bermúdez, M. P., Teva, I. y Buela-casal, G. (2009). Influencia de variables sociodemográficas sobre los estilos de afrontamiento, el estrés social y la búsqueda de sensaciones sexuales en adolescentes. *Psicothema*, 21(2), 220-226.
- Boekaerts, M. (1996). Coping with stress in childhood and adolescence. En: Zeidner, M. & Endler, N. (Eds.), *Handbook of coping. Theory, research and applications*, 452-484.
- Castro-Solano, A. y Sánchez-López, M. P. (2000). Objetivos de vida y satisfacción autopercebida en estudiantes universitarios. *Psicothema*, 12(1), 87-92.
- Casullo, M. M. (2000). *Evaluación del bienestar psicológico en Iberoamérica*. Buenos Aires: Paidós.

- Casullo, M. y Castro Solano, A. (2000). *Evaluación del bienestar psicológico en estudiantes adolescentes argentinos*. Revista de Psicología de la Pontificia Universidad Católica del Perú, 18(1), 36-38.
- Casullo, M. M. (2002). *Evaluación del bienestar psicológico en Iberoamérica*. Buenos Aires: Paidós.
- Coppari N., Argaña, B., Bartels, D., Bilbao, A., Bittar, L., Díaz, A. Díaz, L.(2012). Nivel de Bienestar Psicológico Estudiantes de Sencudaria de dos Instituciones Educativas (Pública y Privada) de Asunción. *Periódicos electrónicos en psicología*, 9(1), 25-33.
- D'Ángelo, O. (2003). *Psicología del Desarrollo: Adolescencia y juventud*. La Habana, Cuba: Editorial Félix Varela
- Diener, E. (1994). Assessing subjective well-being: Progress and opportunities. *Social Indicators Research*, 31, 103-157.
- Diener, E. y Lucas, R. (1997). Personality and Subjective Well-Being. En D. Kahneman, E. Diener, y N. Schwarz (Eds.), *Hedonic psychology: Scientific perspectives on enjoyment, suffering, and well-being*. New York: Russell Sage.
- Díaz-Morales, J. F. y Sánchez-López, M. P. (2002). Relaciones entre estilos de personalidad y satisfacción auto percibida. *Psicothema*, 17(1), 100-105.
- Figueroa, M.I., Contini, N., Lacunza, A.B., Levín, M. y Estévez, A. (2005). *Las estrategias de afrontamiento y su relación con el nivel de bienestar psicológico*. Un estudio con adolescentes del nivel socioeconómico bajo de Tucumán (Argentina). *Anales de Psicología*, 21 (1), 66-72.
- Fierro, A. (comp.) (1996). *Manual de psicología de la personalidad*. Barcelona: Paidós Ibérica.
- Florenzano, R. (1993). *En el camino de la vida: estudios sobre el ciclo vital*. Santiago de Chile: Universitaria.
- Frydenberg, E. y Lewis, R. (2000). *ACS. Escalas de afrontamiento para adolescentes*. Madrid: TEA.

- Garaigordobil, M. (2001) "Intervención con Adolescentes :Impacto de un programa en la asertividad y en las estrategias cognitivas de afrontamiento de situaciones sociales" *Psicología Conductual*,9(2), 221-246.
- Hoffman, M.; Levy-Shiff, R. & Sohlberg, S. (1992). The impact of stress and coping: Developmental changes in the transition to adolescence. *Journal of Youth and Adolescence*, 21 (4), 451-469.
- Horley, J. y Little, B. R. (1985). Affective and cognitive components of global subjective Well-Being measure. *Social Indicators Research*, 17, 189-197.
- INPEC. (2014). *Establecimientos De Reclusión Bogotá D.C.* pp. 11 –12
- Lazarus, R. y Folkman, S. (1986). *Estrés y procesos cognitivos*. Barcelona:Martínez Roca.
- Little, B. (1983). *Personal projects: A rationale and a method for investigation*. *Environment and Behavior*, 15, 273-309.
- Little, B. (2008). *Personal projects and free traits: Personality and motivation reconsidered*. *Social and Personality Psychology Compass*, 2(3), 1235-1254.doi: 10.1111/j.1751-9004.2008.00106.x
- Morfa, J. (2003). Ofensores sexuales juveniles. *Revista de Estudios de Juventud* nº 62: Aspectos psicosociales de la violencia juvenil.
- Morris, Ch. (1997). *Psicología*. México: Prentice Hall.
- Pernas, A., Iraurgi, I., Bermejo, P., Basabe, N., Carou, M., Paez, D. y Cabarcos, A. (2001). *Formas de afrontamiento y afectividad en personas con VIH/SIDA. Diferencias entre toxicómanos y no toxicómanos*. *Adicciones*,13 (4), 393-398.
- Rangel, J. V. y Alonso, L. (2010). *El estudio del bienestar psicológico subjetivo. Una breve revisión teórica*. *Educere*. 49, 265-275. Recuperado de: <http://www.saber.ula.ve/bitstream/123456789/32748/1/articulo2.pdf>.
- Recklitis, C.J. y Noam, G.G. (1999). Clinical and developmental perspectives on adolescent coping. *Child Psychiatry and Human Development*, 30(2), 87-101.

- Parsons, A., Frydenberg, E. y Poole, C. (1996). Overachievement and coping strategies in adolescent males. *British Journal of Educational Psychology*, 66, 109-114.
- Ryff, C. (1989). Happiness is everything, or is it? Exploration on the meaning of psychological well-being. *Journal of personality and social psychology*, 57 (6), 1069-1081.
- Ryff, C. y Keyes, C. (1995). The structure of psychological well-beings revisited. *Journal of personality and social psychology*, 69(4), 719-727.
- Saavedra, J.R. (2015). *Afrontamiento y bienestar psicológico: Un estudio en adolescentes del centro de formación integral rural "Vera" de la localidad de Yotala*. Tesis Maestría en Psicología Clínica. Universidad Andina Simón Bolívar, Sucre, Bolivia.
- Sánchez, J. (2007). *Escala de Bienestar Psicológico EBP*. Madrid: TEA Ediciones.
- Salmela-Aro, K. y Wiese, B. (2006). Communicating personal goals: Consequences for person perception in the work and family domains. *Swiss Journal of Psychology*, 65(3), 181-191. doi: 10.1024/1421-0185.6.3.181. *Journal of Personality and Social Psychology*, 89(5), 781-799.
- Viñas, F., Gonzales, M., García, Y., Malo, S. y Casas, F. (2015). Los estilos y estrategias de afrontamiento y su relación con el bienestar personal en una muestra de adolescentes. *Anales de Psicología*, 31, 226-233.
- Velásquez G. (2011). La violencia durante el noviazgo en adolescentes *Elementos*, 6,. 40-82.
- Veenhoven, R. (1996). The study of life satisfaction. En W. E. Saris, R. Scherpenzeel, y B. Bunting (Eds.), *A comparative study of satisfaction with life in Europe* (pp. 11-48). Budapest: Eötvös University Press.
- Valdés, M. y Arroyo, M.C. (2002). Estrategias de afrontamiento y ansiedad: Estudio preliminar en una muestra de mujeres con trastornos alimentarios. *Ansiedad y Estrés*, 8 (1), 49-58.

Washburn, J.M. (2000). The influence of gender, sex-role orientation, and self-esteem on adolescents. use of coping strategies. *Dissertation Abstracts International Section A; Humanities and Social Sciences*, 61(1), 88-96.

# ANEXOS

## ANEXO 1

## ACS - ESCALA DE AFRONTAMIENTO PARA ADOLESCENTES DE FRYDENBERG Y LEWIS (Adaptación Ediciones TEA)

## ESTILOS-ESTRATEGIAS DE AFRONTAMIENTO Y BIENESTAR PSICOLÓGICO EN ESTUDIANTES DE SECUNDARIA

A continuación encontrarás dos cuestionarios que se usarán con fines investigativos. Se pretende averiguar como afecta el Afrontamiento en el Bienestar Psicológico de adolescentes de secundaria. No se trata de ninguna evaluación o examen. La presente encuesta es totalmente confidencial y anónima por lo que No es necesario colocar tu nombre, por lo que se te pide contestes con la mayor honestidad posible. Muchas Gracias.

\* Obligatorio

### Datos de Filiación

A continuación deberás llenar algunos datos personales (edad, sexo, curso, etc.) Como se mencionó antes no es necesario colocar tu nombre para guardar la confidencialidad. Responde con la mayor sinceridad posible. Gracias

1. Edad: (solo coloca el numero de tu edad, por ejemplo si tienes 15 años, sólo coloca 15) \*

2. Sexo: (1 Si eres Hombre / 2 Si eres Mujer) \*

1

2

3. Estudios: Elige uno de los cursos si estás estudiando actualmente; caso contrario elige las otras opciones. Gracias

1. Quinto de secundaria

2. Sexto de secundaria \*

1

2

4. Grupo Poblacional: Por favor elige el grupo poblacional al que perteneces de acuerdo a los siguientes criterios:

1. Unidad Educativa Rural (San Juan de Horcas)

2. Unidad Educativa Particular (San Cristóbal)

3. Centros de Acogida \*

## ESCALA ESTILOS ESTRATEGIAS DE AFRONTAMIENTO

En la siguiente escala encontrarás una serie de frases relacionadas a como los/as chicos/as de tu edad suelen enfrentar los diversos problemas de la vida. Lee con mucha atención y responde cada una de las frases de acuerdo a las siguientes alternativas de respuesta:

- 1 No me ocurre nunca o no lo hago
- 2 Me ocurre o lo hago pocas veces
- 3 Me ocurre o lo hago algunas veces
- 4 Me ocurre o lo hago mucho
- 5 Me ocurre o lo hago casi siempre

### 6. PREGUNTAS \*

	1	2	3	4	5
1. Hablar con otros para saber lo que ellos harían si tuvieran el mismo problema	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
2. Dedicarme a resolver lo que está provocando el problema	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
3. Seguir con mis tareas como es debido	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
4. Preocuparme por mi futuro	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
5. Reunirme con amigos	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
6. Producir una buena impresión en las personas que me importan	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
7. Esperar que ocurra lo mejor	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
8. No puedo hacer nada para resolver el problema, así que no hago nada	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
9. Llorar o gritar	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

10. Organizar una acción o petición en relación con mi problema	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
11. Ignorar el problema	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
12. Criticarme a mí mismo	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
13. Guardar mis sentimientos para mí solo	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
14. Dejar que Dios se ocupe de mis problemas	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
15. Acordarme de los que tienen problemas peores, de forma que los míos no parezcan tan graves	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
16. Pedir consejos a una persona competente	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
17. Encontrar una forma de relajarme; por ejemplo oír música, leer un libro, tocar un instrumento musical, ver la televisión	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
18. Hacer deporte	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
19. Hablar con otros para apoyarnos mutuamente	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
20. Dedicarme a resolver el problema poniendo en juego todas mis capacidades	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

	1	2	3	4	5
21. Asistir a clase con regularidad	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
22. Preocuparme por mi felicidad	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
23. Llamar a un amigo íntimo	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
24. Preocuparme por mis relaciones con los demás	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
25. Desear que suceda un milagro	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
26. Simplemente, me doy por vencido	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
27. Intentar sentirme mejor bebiendo alcohol, fumando o tomando otras drogas (no medicamentos)	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
28. Organizar un grupo que se ocupe del problema	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
29. Ignorar conscientemente el problema	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
30. Darme cuenta de que yo mismo me hago difíciles las cosas	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
31. Evitar estar con la gente	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

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.

	1	2	3	4	5
41. Empezar una relación personal estable	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
42. Tratar de adaptarme a mis amigos	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
43. Esperar que el problema se resuelva por si solo	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
44. Me pongo malo	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
45. Traslado mis frustraciones a otros	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
46. Ir a reuniones en las que se estudia el problema	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
47. Borrar el problema de mi mente	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
48. Sentirme culpable	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
49. Evitar que otros se enteren de lo que me preocupa	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
50. Leer un libro sagrado o de religión	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
51. Tratar de tener una visión alegre de la vida	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

52. Pedir ayuda profesional

53. Buscar tiempo para actividades de ocio

54. Ir al gimnasio a hacer ejercicio

55. Hablar con otros sobre mi problema para que me ayuden de 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 chica

60. Mejorar mi relación personal con los demás

	1	2	3	4	5
61. Soñar despierto que las cosas irán mejorando	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
62. No tengo forma de afrontar la situación	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
63. Cambiar las cantidades de lo que como bebo o duermo	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
64. Unirme a gente que tiene el mismo problema	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
65. Aislarme del problema para poder evitarlo	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
66. Considerarme culpable	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
67. No dejar que otros sepan como me siento	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
68. Pedir a Dios que cuide de mí	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
69. Estar contento de cómo van las cosas	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
70. Hablar del tema con personas competentes	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

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 mejor

    

78. Sufro dolores de cabeza o del estómago

    

79. Encontrar una forma de aliviar la tensión por ejemplo, llorar, gritar, beber, tomar drogas



## ANEXO 2 BIEPS J - ESCALA DE BIENESTAR PSICOLÓGICO CAROL RYFF (Adaptación Casullo y Castro)

### ESCALA DE BIENESTAR PSICOLÓGICO

En la siguiente escala, encontrarás una serie de frases, lea con mucha atención y responda cada una de acuerdo a las siguientes alternativas de respuesta:

- 1 En Desacuerdo
- 2 Neutro (Ni de acuerdo ni en desacuerdo)
- 3 De Acuerdo

#### 5. PREGUNTAS \*

	1	2	3
1. Creo que me hago cargo de lo que digo o hago.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
2. Tengo amigos /as en quienes confiar.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
3. Creo que sé lo que quiero hacer con mi vida.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
4. En general estoy conforme con el cuerpo que tengo.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
5. Si algo me sale mal puedo aceptarlo, admitirlo.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
6. Me importa pensar que haré en el futuro.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
7. Generalmente le caigo bien a la gente.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

8. Cuento con personas que me ayudan si lo necesito.

9. Estoy bastante conforme con mi forma de ser.

10. Si estoy molesto /a por algo soy capaz de pensar en cómo cambiarlo.

11. Creo que en general me llevo bien con la gente.

12. Soy una persona capaz de pensar en un proyecto para mi vida.

13. Puedo aceptar mis equivocaciones y tratar de mejorar.

**ANEXO 3**

**CARTA DE SOLICITUD DE PERMISO AL (LA) DIRECTOR (A) DE LA  
INSTITUCIÓN**

Sucre, 7 de agosto de 2020

Señora

Ninfa Fernandez Torrez

**DIRECTORA “CENTROS DE ACOGIDA”**

Presente.-

**REF: SOLICITUD ADMINISTRACION DE PRUEBAS PSICOLOGICAS EN CENTROS DE  
ACOGIDAS**

De mi especial consideración:

Es muy grato dirigirme a usted, en principio hacerle llegar un cordial saludo, al mismo tiempo deseándole el mejor de los éxitos en las funciones que tan acertadamente viene desempeñando a favor de los niñas niños y adolescentes.

Estimada directora la presente nota tiene como objetivo solicitarle a su digna autoridad muy respetuosamente pueda concederme un permiso para la toma de pruebas (Test Psicologicos) , mismos que serán aplicados via medios Telematicos por la pandemia que estamos atravesando por el COVID-19, cuyos resultados solo serán utilizados para la tesis de Maestria que estoy desarrollando en la Universidad Andina Simon Bolivar.

Sin otro particular, esperando que la nota sea merecedora de su atención, reitero a usted mis consideraciones más distinguidas.

Atentamente.

Lic.Daniela Díaz Paz

cc/Arch.

**ANEXO 4****CARTA DE CONSENTIMIENTO INFORMADO PARA PADRES DE FAMILIA**

Yo.....Con C.I.  
Nº.....Madre/Padre del menor.....,  
Autorizo y doy mi Consentimiento Informado a la Lic. Daniela Díaz Paz,  
maestrante del programa en “Psicología Clínica V versión ” Universidad Andina  
Simón Bolívar Sucre para que pueda recabar información, mediante pruebas  
psicológicas (test) que servirán únicamente para la elaboración de su tesis, en  
la mencionada Universidad, así mismo se resguarda toda la información  
obtenida , toda vez de que estas no atenten contra sus derechos e integridad  
física y psicológica.

Sucre, agosto 2020

.....

Firma

