



UNIVERSIDAD PERUANA
CAYETANO HEREDIA

“ASOCIACIÓN ENTRE LA RESILIENCIA Y
LOS ESTILOS DE AFRONTAMIENTO AL
ESTRÉS EN CONTEXTO DE LA COVID-19,
EN ADOLESCENTES DE UNA
INSTITUCIÓN PÚBLICA DE ÑAÑA-
LURIGANCHO CHOSICA 2022”

TESIS PARA OPTAR EL GRADO DE
MAESTRO EN PSICOLOGÍA CLÍNICA CON
MENCION EN TERAPIA INFANTIL Y DEL
ADOLESCENTE.

DELSY CABALLERO DIAZ

LIMA-PERÚ

2024

ASESOR

Dr. Giancarlo Ojeda Mercado

JURADO DE TESIS

MG. ELENA ESTHER YAYA CASTAÑEDA

PRESIDENTE

MG. SUSANA ELIZABETH MAMANI GUERRA

VOCAL

MG. MELANIA KATY GUTIERREZ YEPEZ

SECRETARIA

DEDICATORIA.

Dedico esta tesis a mi querido papá quien descansa en Cristo, cuya sabiduría y amor es legado en mi vida. Y a mi preciosa madre, quien con el ejemplo me ha enseñado que todo es posible con esfuerzo y perseverancia gracias por tu amor incondicional

AGRADECIMIENTOS.

Gracias mi Dios por las grandes lecciones y bendiciones que me das, sin ti nada sería posible. A mi amado esposo José, por ser mi mayor fuente de fortaleza y amor para cumplir mis sueños. Mi pequeño y grande hijo Tiago Joao, gracias por ser mi inspiración y motivación para cada día ser mejor, los amo núcleo de mi dulce hogar.

FUENTES DE FINANCIAMIENTO.

Tesis Autofinanciada

15% Similitud general

El total combinado de todas las coincidencias, incluidas las fuentes superpuestas, para ca...




Filtrado desde el informe

- Bibliografía
- Coincidencias menores (menos de 10 palabras)

Exclusiones

- N.º de fuentes excluidas
- N.º de coincidencias excluidas

Fuentes principales

- 13%  Fuentes de Internet
- 2%  Publicaciones
- 10%  Trabajos entregados (trabajos del estudiante)

Marcas de integridad

N.º de alertas de integridad para revisión

No se han detectado manipulaciones de texto sospechosas.

Los algoritmos de nuestro sistema analizan un documento en profundidad para buscar inconsistencias que permitirían distinguirlo de una entrega normal. Si advertimos algo extraño, lo marcamos como una alerta para que pueda revisarlo.

Una marca de alerta no es necesariamente un indicador de problemas. Sin embargo, recomendamos que preste atención y lo revise.

Índice

RESUMEN.....	
ABSTRACT.....	
I. INTRODUCCIÓN.....	1
1. Planteamiento del problema.....	1
2. Justificación e importancia.....	6
II. OBJETIVOS.....	7
1. Objetivo general.....	7
1.1. Objetivos específicos.....	7
III. Hipótesis.....	8
1. Hipótesis general.....	8
1.1. Hipótesis específicas.....	8
IV. MARCO TEÓRICO.....	10
1. Resiliencia.....	10
1.1. Definición.....	10
1.2. Teorías de la resiliencia.....	13
1.3. La resiliencia en la época de pandemia.....	21
1.4. Evaluación de la variable resiliencia.....	23
2. Estilos de afrontamiento al estrés.....	27
2.1. Definición.....	27
2.2. Teorías sobre los estilos de afrontamiento al estrés.....	28
2.3. Desarrollo de los adolescentes.....	31
2.4. Afrontamiento en la adolescencia.....	33
2.5. Evaluación de estilos de afrontamiento al estrés.....	35
3. Antecedentes de la investigación nacionales e internacionales.....	40

V.	METODOLOGÍA	49
1.	Diseño del estudio	49
2.	Población y muestra	51
2.1.	Descripción de la población.....	51
2.2.	Descripción de la muestra y el método de muestreo	52
2.3.	Criterios de inclusión y exclusión.....	53
3.	Instrumentos	54
4.	Métodos y procedimientos de recolección de datos.....	61
5.	Técnicas de análisis de datos.....	62
6.	Consideraciones éticas	63
VI.	RESULTADOS	65
VII.	DISCUSIÓN	73
VIII.	CONCLUSIONES.....	80
IX.	RECOMENDACIONES	82
X.	REFERENCIAS	83
XI.	ANEXOS	93

Índice de tablas

Tabla 1 Operacionalización de variables	47
Tabla 2 Análisis sociodemográfico los estudiantes.	51
Tabla 3 Análisis sociodemográfico los estudiantes.	52
Tabla 4 Asociación entre la resiliencia y los estilos de afrontamiento al estrés	67
Tabla 5 Asociación entre la dimensión satisfacción personal y los estilos de afrontamiento al estrés	68
Tabla 6 Asociación entre la dimensión ecuanimidad y los estilos de afrontamiento al estrés.....	69
Tabla 7 Asociación entre la dimensión sentirse bien solo y los estilos de afrontamiento al estrés	70
Tabla 8 Asociación entre la dimensión confianza en sí mismo y los estilos de afrontamiento al estrés	71
Tabla 9 Asociación entre la dimensión perseverancia y los estilos de afrontamiento al estrés.....	72

Índice de figuras

Figura 1. Modelo básico de resiliencia	16
--	----

RESUMEN

EN LA INVESTIGACIÓN TITULADA: “ASOCIACIÓN ENTRE LA RESILIENCIA Y LOS ESTILOS DE AFRONTAMIENTO AL ESTRÉS EN CONTEXTO DE LA COVID-19, EN ADOLESCENTES DE UNA INSTITUCIÓN PÚBLICA DE ÑAÑA- LURIGANCHO CHOSICA 2022”; SE PROPUSO COMO OBJETIVO DETERMINAR LA ASOCIACIÓN QUE EXISTE ENTRE LA RESILIENCIA Y LOS ESTILOS DE AFRONTAMIENTO AL ESTRÉS EN ADOLESCENTES DEL YA NOMBRADO CENTRO EDUCATIVO. EL ESTUDIO FUE CUANTITATIVO, RELACIONAL Y NO EXPERIMENTAL. LA MUESTRA ESTUVO CONFORMADA POR 220 ADOLESCENTES Y SE APLICARON DOS CUESTIONARIOS, QUE FUERON LA ESCALA DE RESILIENCIA DE WAGNILD Y YOUNG Y ESTILOS DE AFRONTAMIENTO PARA ADOLESCENTES (ACS LIMA). FINALMENTE, SE CONCLUYÓ DETERMINANDO QUE LA RESILIENCIA SE ASOCIÓ SIGNIFICATIVAMENTE CON LOS TRES ESTILOS DE AFRONTAMIENTO FRENTE AL ESTRÉS EN EL CONTEXTO DE LA PANDEMIA DE COVID-19: RESOLVER EL PROBLEMA, REFERENCIA A OTROS Y NO PRODUCTIVO, CON VALORES DE $P = .000$, $P = .000$ Y $P = .015$, RESPECTIVAMENTE.

PALABRAS CLAVE. RESILIENCIA, ESTILOS DE AFRONTAMIENTO, ESTRÉS, ADOLESCENTES, COVID-19.

ABSTRACT

IN THE INVESTIGATION TITLED: “ASSOCIATION BETWEEN RESILIENCE AND STYLES OF COPING WITH STRESS IN THE CONTEXT OF COVID-19, AMONG ADOLESCENTS FROM A PUBLIC INSTITUTION OF ÑAÑA- LURIGANCHO CHOSICA 2022”; I SET OUT AS AN OBJECTIVE TO DETERMINE THE ASSOCIATION THAT EXISTS BETWEEN RESILIENCE AND STYLES OF COPING WITH STRESS IN ADOLESCENTS AT OUR EDUCATIONAL CENTER. THE STUDY WAS QUANTITATIVE, RELATIONAL AND NOT EXPERIMENTAL. THE SAMPLE WAS MADE UP OF 220 TEENAGERS AND QUESTIONNAIRES WERE APPLIED, WHICH WERE THE WAGNILD AND YOUNG RESILIENCE SCALE AND COPING STYLES FOR TEENAGERS (ACS LIMA). FINALLY, IT WAS CONCLUDED BY DETERMINING THAT RESILIENCE WAS SIGNIFICANTLY ASSOCIATED WITH THE THREE STYLES OF COPING WITH STRESS IN THE CONTEXT OF THE COVID-19 PANDEMIC: SOLVING THE PROBLEM, REFERRING TO OTHERS AND NOT PRODUCTIVE, WITH VALUES OF $P = .000$, $P = .000$ AND $P = .015$, RESPECTIVELY.

KEYWORDS: RESILIENCE, COPING STYLES, STRESS, ADOLESCENTS, COVID-19

I. INTRODUCCIÓN

1. Planteamiento del problema

Durante la crisis sanitaria global, los adolescentes experimentaron un impacto significativo en su bienestar psicológico, enfrentando desafíos sin precedentes que pusieron a prueba su estabilidad emocional y capacidad de adaptación durante un período de incertidumbre y aislamiento social. En este sentido, ya se han registrado impactos negativos sobre su bienestar a consecuencia de la propia enfermedad y del distanciamiento social. Así, por ejemplo, en China, se registraron altas tasas de ansiedad y depresión en los adolescentes en el transcurso de la pandemia, así mismo, Rodríguez (2020) evidencia que este fenómeno fue provocado por la interrupción de las rutinas cotidianas y la disminución del contacto social y físico, lo cual ha dado lugar no solo a frustración, sino también a aburrimiento y a una sensación de soledad que ha resultado ser difícil de manejar para numerosas personas. Por otro lado, una investigación realizada de manera colaborativa en España e Italia, que involucró la participación de más de mil progenitores de niños y adolescentes entre 3 y 18 años, reveló que cerca del 86% de los progenitores identificaron diversos cambios conductuales en sus hijos. Los síntomas más frecuentes incluyeron problemas de concentración (77%), sensación de tedio (52%), estados de irritación (39%) y (39%) niveles elevados de intranquilidad (Apaza et al., 2020).

De acuerdo a los estudios, la resiliencia se origina de los sistemas adaptativos ordinarios como los vínculos con las personas cercanas, con el entorno y la confianza en uno mismo y bajo el contexto de pandemia, los adolescentes

dependieron de la capacidad de recuperación de dichos sistemas. En esta línea, cierto grado de exposición y experiencia hacia retos o situaciones adversas son relevantes para que se desarrollen procesos de resiliencia e incrementar la capacidad de los adolescentes en el manejo de experiencias estresantes (Dvorsky et al., 2020).

Por lo tanto, es importante conocer cómo los adolescentes responden a las crisis y comprender los mecanismos de resiliencia para enfrentar el estrés que provocó la pandemia ya que la evidencia ha demostrado que aquellas personas que son resilientes tienen la capacidad de afrontar la vida con más optimismo, debido a que están abiertos a nuevas experiencias y tienen altos niveles de emocionalidad positiva. En este sentido, un afrontamiento proactivo está caracterizado por un esfuerzo para variar o impedir una situación estresante antes de que ésta se produzca, hasta este momento se desconoce la manera cómo funciona el afrontamiento proactivo bajo un factor estresante crónico y permanente, ya que, a diferencia de los componentes estresantes cotidianos, la pandemia representó un estresante permanente con un mayor nivel de incertidumbre que representa una serie muy distinta de retos diarios (Pearman et al., 2020).

A nivel nacional, un análisis conjunto realizado por el Ministerio de Salud (MINSA), el Ministerio de la Mujer y Poblaciones Vulnerables (MIMP) y el Ministerio de Educación (MINEDU) durante la pandemia de COVID-19, se determinó que el 29.6% de los adolescentes peruanos entre 12 y 17 años presentaban un riesgo significativo de desarrollar problemas de salud mental (MINSA, 2021). Asimismo, en un contexto similar, se observó que el 64,2 % de los encuestados manifestó que el estrés había llegado a convertirse en una experiencia

habitual en sus vidas. Por otro lado, un 58,8 % de las personas entrevistadas reportó haber atravesado episodios de ansiedad, y el 50,7 % confirmó haber vivido periodos de depresión en su día a día. Las condiciones de salud mental que se mencionaron anteriormente fueron las que presentaron la mayor frecuencia entre los participantes del estudio. Además, un notable 39,2 % de los encuestados señaló que había experimentado ciertos desafíos en relación con el manejo de sus emociones. En contraste, solo un pequeño porcentaje, que representa el 8,4 %, indicó que no había observado ningún tipo de malestar asociado con su bienestar mental (Secretaría Nacional de la juventud [SENAJU], 2021). De esta manera se observa que, durante este contexto, los adolescentes presentaron dificultades en su salud mental, ya que requirieron una nueva forma de organización, adaptación de metodología de estudio y sucesos más delicados como el distanciamiento físico de su entorno y la pérdida de familiares a causa de la pandemia. De manera que, la forma en la cual los adolescentes están afrontando estos componentes de estrés es un tema que preocupa.

La capacidad que poseen los individuos, en particular los adolescentes, para enfrentar y sobrellevar los retos emocionales e psicológicos que ha traído consigo la pandemia es realmente notable, resaltando la importancia de identificar los factores que contribuyen a una mayor resiliencia. Los profesionales de la salud juegan un rol crucial en la identificación de variables psicosociales, ya que este reconocimiento les permite orientar a los adolescentes hacia estrategias de afrontamiento que contribuyan efectivamente a una gestión saludable del estrés y la incertidumbre durante períodos de crisis. Esto contribuye a la promoción del

bienestar emocional de los jóvenes en un contexto desafiante como el que se presenta en la actualidad (Quispe y Aliaga, 2021).

En el ámbito local, mediante conversaciones informales sostenidas con adolescentes y progenitores de una institución educativa ubicada en Ñaña, Lurigancho, se detectó una marcada disposición negativa entre los estudiantes durante el período de pandemia, se pudo conocer que los alumnos se mostraron negativos durante la época de pandemia. Así, por ejemplo, manifestaron sentir frustración por no poder hacer algo para mejorar su situación y miedo hacia el futuro por la crisis que iba dejando la pandemia; por otra parte, se conversó con los representantes y ellos manifiestan que no contaron una rutina de actividades, las horas de sueño para toda la familia se desplazaron a horarios más tardíos y, ello definitivamente afectó la cotidianidad de toda la familia. Además, algunos estudiantes manifestaron que son muy pocas veces las que salieron de casa, lo cual ocasionó que tengan poco contacto social y físico generando en ellos frustración, aburrimiento y en algunos casos manifestaron que se sintieron solos por no tener con quien compartir sus actividades sociales; por otro lado la reincorporación a las clases presenciales y exigencia de uso de mascarilla refieren que generó ansiedad y miedo esto debido a pensamientos anticipatorios de desaprobación los cursos por no poder mirar el cuaderno o material de apoyo para los exámenes como lo hacían en las clases virtuales, respecto a la convivencia y uso de mascarilla tienen dificultad de adaptación, ya que al toser por alguna alergia o síntoma de gripe son discriminados y aislados por sus compañeros que asumen que es COVID19.

Ante esta situación, algunos adolescentes manifestaron una notable preocupación por las consecuencias que la pandemia podría tener en sus planes futuros, lo cual podría reflejar una baja resiliencia frente a la incertidumbre. Muchos de ellos optaron por no expresar sus inquietudes, y algunos señalaron que no lograban visualizar una salida positiva, incluso con la llegada de la vacuna. Además, en lugar de emplear estrategias de afrontamiento activas para reducir la tensión, algunos adolescentes prefirieron evitar enfrentar los problemas derivados de la COVID-19 y, en cambio, adoptaron conductas de riesgo como forma de escape. Este tipo de conducta evidencia la presencia de variaciones sustanciales en los niveles de resiliencia observados en los individuos, así como en las diversas estrategias de afrontamiento que implementan para abordar situaciones desafiantes.

Por lo tanto, dada la descripción del problema, resulta necesario abarcar en un estudio de investigación con el propósito de determinar la asociación que existe entre la resiliencia y los estilos de afrontamiento en estudiantes adolescentes en un colegio estatal ubicado en Ñaña, Lurigancho.

Debido a lo anteriormente señalado, se formuló la siguiente pregunta de investigación:

¿Cuál es la asociación entre la resiliencia y los estilos de afrontamiento al estrés en contexto de la COVID19, en adolescentes de una institución educativa pública ubicado en Ñaña- Lurigancho Chosica 2022?

2. Justificación e importancia

El presente estudio encuentra su justificación teórica al establecer la magnitud de la asociación entre la resiliencia y los distintos estilos de afrontamiento frente al estrés en adolescentes, fundamentándose en una exhaustiva revisión de los modelos conceptuales que abordan ambas variables de estudio. Además, la investigación se justificó metodológicamente ya que, permitió validar las escalas estandarizadas: Escala resiliencia de Wagnild, Young y ACS Escala de Afrontamiento para adolescentes, tomando como referencia a los alumnos de una institución educativa pública ubicada en Ñaña, Lurigancho. Por otra parte, el estudio se justificó socialmente ya que sus resultados beneficiaron de manera directa a los adolescentes, sirviendo como marco de sustento de la intervención de programas que promuevan el desarrollo y fortalecimiento de la resiliencia que permitan generar adecuados estilos de afrontamiento al estrés.

También, ofrece una valiosa contribución práctica, puesto que sus descubrimientos servirán como base fundamental para el desarrollo de intervenciones efectivas que atiendan las problemáticas detectadas entre los alumnos de la institución educativa pública ubicada en Ñaña, Lurigancho, mientras que la relevancia del estudio radica en que la comprensión del vínculo entre la capacidad de resiliencia y las formas de hacer frente a las adversidades permitirá implementar medidas concretas para que los estudiantes manejen mejor las situaciones de presión emocional en cuanto a escenarios de angustia y estrés.

II. OBJETIVOS

1. Objetivo general

Determinar la asociación de la resiliencia y los estilos de afrontamiento al estrés en contexto de la COVID19, en adolescentes de una institución educativa pública de Ñaña- Lurigancho Chosica 2022.

1.1. Objetivos específicos

Identificar la asociación entre la dimensión satisfacción personal con los estilos de afrontamiento al estrés en contexto de la COVID19, en adolescentes de una institución educativa pública ubicada en Ñaña- Lurigancho Chosica 2022.

Identificar la asociación entre la dimensión ecuanimidad con los estilos de afrontamiento al estrés en contexto de la COVID19, en adolescentes de una institución educativa pública ubicada en Ñaña- Lurigancho Chosica 2022.

Identificar la asociación entre la dimensión sentirse bien solo con los estilos de afrontamiento al estrés en contexto de la COVID19, en adolescentes de una institución educativa pública ubicada en Ñaña- Lurigancho Chosica 2022.

Identificar la asociación entre la dimensión confianza en sí mismo con los estilos de afrontamiento al estrés en contexto de la COVID19, en adolescentes de una institución educativa pública ubicada en Ñaña- Lurigancho Chosica 2022.

Identificar la asociación entre la dimensión perseverancia con los estilos de afrontamiento al estrés en contexto de la COVID19, en adolescentes de una institución educativa pública ubicada en Ñaña- Lurigancho Chosica 2022.

III. Hipótesis

1. Hipótesis general

Hi: Existe una asociación estadísticamente significativa entre la resiliencia con los estilos de afrontamiento al estrés en contexto de la COVID19, en adolescentes de una institución educativa pública ubicada en Ñaña- Lurigancho Chosica 2022.

1.1.Hipótesis específicas

H1: Existe una asociación estadísticamente significativa entre la dimensión satisfacción personal con los estilos de afrontamiento al estrés en contexto de la COVID19, en adolescentes de una institución educativa pública ubicada en Ñaña- Lurigancho Chosica 2022.

H2: Existe una asociación estadísticamente significativa entre la dimensión ecuanimidad con los estilos de afrontamiento al estrés en contexto de la COVID19, en adolescentes de una institución educativa pública ubicada en Ñaña- Lurigancho Chosica 2022.

H3: Existe una asociación estadísticamente significativa entre la dimensión sentirse bien solo se vincula significativamente con los estilos de afrontamiento al estrés en contexto de la COVID19, en adolescentes de una institución educativa pública ubicada en Ñaña- Lurigancho Chosica 2022.

H4: Existe una asociación estadísticamente significativa entre la dimensión confianza en sí mismo con los estilos de afrontamiento al estrés en contexto de la

COVID19, en adolescentes de una institución educativa pública ubicada en Ñaña-Lurigancho Chosica 2022.

H5: Existe una asociación estadísticamente significativa entre la dimensión perseverancia con los estilos de afrontamiento al estrés en contexto de la COVID19, en adolescentes de una institución educativa pública ubicada en Ñaña- Lurigancho Chosica 2022.

IV. MARCO TEÓRICO

1. Resiliencia

1.1. Definición

La palabra "resiliencia" tiene sus raíces en el verbo latino "resilire", que se traduce como la capacidad de rebotar o de saltar hacia atrás. Esta etimología nos sugiere una imagen de flexibilidad y resistencia ante situaciones adversas. El término es empleado en diversos campos que se originan de la ecología, siendo la capacidad de un ecosistema para poder recuperarse o impedir perjuicios ante perturbaciones y en la actualidad, la resiliencia implica un concepto psicológico. Wagnild y Young (1993) conceptualizan a la resiliencia como una característica personal que actúa como un mecanismo modulador frente a los impactos negativos del estrés, facilitando simultáneamente los procesos de adaptación del individuo. Es decir, la resiliencia se la capacidad para exhibir fortaleza emocional y se refiere a aquellos individuos que manifiestan valentía y logran adaptarse a las adversidades que enfrentan a lo largo de sus vidas (como se citó en Shae & Nagesh, 2019).

Thakur & Cohen (2020) emplean un enfoque dimensional para conceptualizar la resiliencia, lo que sugiere que la adaptación positiva tras un evento traumático se ubica en un continuo. Además, argumentan que los diversos componentes contextuales pueden influir en la resiliencia de una persona en ciertos resultados, mientras que en otros puede no ser así (pp -1-2). Por otro lado, aunque sigue existiendo falta de consenso sobre la definición de resiliencia, las definiciones de los autores incluyen la adversidad y los resultados positivos. Comúnmente se describe como la habilidad de un individuo para recuperarse o superar de alguna

forma la adversidad, lo que permite, como resultado, experimentar resultados positivos a pesar de los sucesos adversos. Sin embargo, permanece el debate sobre si la resiliencia se define como un fenómeno de estado o de rasgo. Asimismo, cuando la resiliencia se considera como una característica personal, es definida en términos de proceso y resultado (Shae & Nagesh, 2019).

Asimismo, la definición de resiliencia puede ser abarcada desde dos enfoques. Desde la perspectiva del enfoque de sistemas complejos, se resalta la resiliencia ecológica como oposición a la ingeniería. En esta línea, la resiliencia es aquella habilidad fundamental que permite a individuos, entidades o sistemas absorber perturbaciones significativas mientras mantienen la capacidad de regresar a su estado inicial una vez superada la adversidad. Dicha definición se enfoca en la eficiencia, constancia y previsibilidad e implica que los sistemas naturales poseen un equilibrio preferido al que volverán luego de un choque o perturbación y por lo tanto, la preservación y restauración son los objetivos (Craig, 2020, pp. 1757-1758).

Desde el enfoque de la resiliencia ecológica, este concepto se comprende como la aptitud de un sistema para absorber y adaptarse a las variaciones sin modificar sus estructuras y funciones fundamentales, o bien transformarse hacia un estado cualitativamente distinto, proceso que se encuentra regulado por una serie de mecanismos y dinámicas diversas. Así, por ejemplo, el sistema inmunológico de una persona por lo general puede luchar contra la invasión de un virus y bacterias sin modificar de manera fundamental a la persona de manera permanente, pero la persona tendrá nuevos anticuerpos luego de la infección, permitiendo combatir mejor la misma enfermedad una próxima vez. Por lo tanto, la resiliencia ecológica

establece la persistencia de las relaciones dentro de un sistema y mide la capacidad de dicho sistema para absorber cambios de variables de estado, impulsando variables y parámetros y aun persistir (Craig, 2020, 758).

Actualmente el enfoque de la resiliencia ha cambiado de paradigma hacia un proceso dinámico parecido a la adquisición de una habilidad, en oposición a un atributo fijo. En este sentido, se considera que la resiliencia está determinada por componentes extrínsecos (del ambiente) e intrínsecos (relacionados a los genes y a la personalidad) y, por último, las interacciones entre el contexto y las variantes genéticas. El primer componente es la adversidad, siendo el más importante y esencial para desarrollar la resiliencia. En consecuencia, la resiliencia es considerada como un concepto sofisticado y multifactorial con fundamentos neurobiológicos y psicosociales, siendo tangible en los dominios de funcionamiento emocional, cognitivo, conductual, social y psicológico. Por lo tanto, la resiliencia es un funcionamiento adaptativo luego de la adversidad y dicho funcionamiento puede abarcar diversos dominios identificados (Malhi et al., 2019).

Por otra parte, los estudios han demostrado que las rutinas familiares, entendidas como interacciones sistemáticas que involucran la comunicación entre los miembros del núcleo familiar, representan un contexto esencial para desarrollar cercanía y un sentido de pertenencia entre sus integrantes. Además, estas rutinas pueden proporcionar un ambiente propicio para fomentar interacciones familiares positivas, sustentadas en la confianza. Asimismo, como la adolescencia tiene la característica de un mayor grado de autonomía y menos posibilidades para la interacción entre el cuidador y el adolescente, las rutinas familiares pueden ser un

contexto importante para las conductas promotoras, incluyendo la comunicación directa entre los progenitores y los adolescentes (Thakur & Cohen, 2020, pp .2-3). Por lo tanto, la resiliencia implica que la persona es capaz de resistir y soportar la presión, los impedimentos y aún a pesar de todo esto, logra realizar las cosas de manera correcta, bien hechas, cuando todo lo demás parece ir en su contra.

1.2. Teorías de la resiliencia

Las teorías de la resiliencia brindan un marco bajo el enfoque de las fortalezas para entender el desarrollo del adolescente. En este sentido, las teorías proporcionan el marco conceptual para entender la razón por la cual ciertos adolescentes se vuelven adultos sanos aún al ser expuestos al riesgo. Es así que la teoría de la resiliencia se enfoca en las variables contextuales, sociales e individuales positivas que se interponen o interfieren en la trayectoria del desarrollo desde el riesgo hasta los problemas de salud. Dichas variables se denominan componentes promotores y se oponen a los componentes de riesgo, ayudando a los adolescentes a superar las consecuencias negativas de la exposición al riesgo. Dentro de los componentes promotores se encuentran los activos y los recursos (Zimmerman, 2013, p. 381).

Los primeros hacen referencia a los factores positivos que residen dentro de las personas como la autoeficacia y la autoestima. En tanto que los segundos se refieren a los componentes externos al individuo como el soporte de los padres, programas de apoyo. Ambos componentes otorgan las características individuales y de contexto requeridos para el desarrollo saludable. Bajo este marco, la familia se

identifica de manera constante como un recurso esencial para el desarrollo saludable de los adolescentes (Zimmerman, 2013, p. 381).

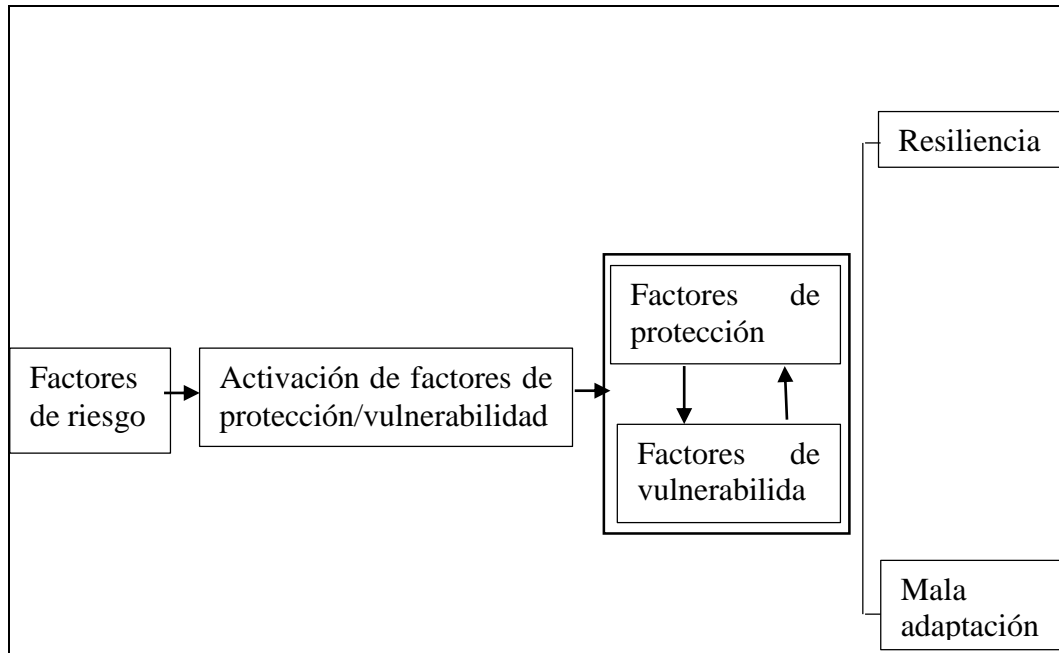
De acuerdo a Bolton et al. (2017), la teoría de la resiliencia se compone de tres constructos fundamentales: factores de riesgo, factores de protección y factores de vulnerabilidad (p. 3). Dichos factores interactúan y se relacionan de manera temporal, los factores de riesgo (mecanismos de vulnerabilidad o rasgos de personalidad negativos) hacen referencia a los sucesos adversos o a las condiciones de vulnerabilidad. En este sentido, los factores de riesgo más estudiados dentro de la resiliencia son: el trauma, la negligencia, la violencia doméstica, la exposición o violencia comunitaria, el duelo, pobreza, entre otros. De manera que, la resiliencia es un proceso que sucede luego de que una persona se enfrenta o se expone a alguna clase de factor de riesgo o adversidad. Del mismo modo, la susceptibilidad a los factores de riesgo presenta variaciones según la población, la edad y las diferentes etapas vitales, considerándose que estos elementos inciden directamente en la activación de los mecanismos de protección y vulnerabilidad.

Por otra parte, los factores protectores (mecanismos protectores o características positivas de la personalidad), por lo general aluden a las características de la personalidad y recursos ambientales que previenen el desajuste, en tanto que, los factores de vulnerabilidad hacen referencia a las características de la personalidad o recursos del ambiente que conllevan a un mayor desajuste de la persona ante la adversidad. A su vez, los factores de protección y de vulnerabilidad se clasifican de acuerdo a la influencia comunitaria, familiar e individual. La influencia familiar se podría ejemplificar en el hecho de vivir con cuidadores que

exceden en el consumo de alcohol (vulnerabilidad) frente al hecho de vivir en una familia con cuidado receptivo protector) (Bolton et al., 2017, p. 3).

En tanto que, la influencia individual incluye los altos niveles de autoeficacia (protectora) frente a los bajo niveles de autoeficacia (vulnerabilidad). Finalmente, la influencia de la comunidad incluye la exposición a la violencia en el vecindario o en el colegio (vulnerabilidad) frente a entornos comunitarios o escolares positivos/enriquecedores (protector). Por otra parte, cabe precisar que, la identificación y la distinción de los tres constructos de la resiliencia ha sido un problema dentro de la literatura académica. Con base en la teoría de la resiliencia, fundamentada en tres constructos, se propone un modelo elemental de resiliencia que comprende cuatro etapas diferenciadas: la confrontación con factores de riesgo, la activación de factores de protección y vulnerabilidad, la interacción dinámica entre estos elementos y los resultados potenciales derivados de dicha interacción (Bolton et al., 2017, pp. 3-4). Dicho modelo se representa en la figura 1.

Figura 1
Modelo básico de resiliencia



Fuente: Bolton et al. (2017)

Asimismo, se presentan los diversos enfoques a partir de los teóricos de la resiliencia, tales como Michael Rutter, Norman Garmezy, Emmy Werner, Suniya Luthar, Ann Masten y Michael Ungar, los cuales se presentan a continuación.

1.2.1. Teoría de Michael Rutter

Rutter formuló varios principios de la teoría de la resiliencia fundamentados en su considerable labor investigativa. Uno de los enfoques propuestos indica que la resiliencia no está vinculada a las características psicológicas individuales o al funcionamiento cognitivo avanzado, sino que se manifiesta como una adaptación común que utiliza los recursos disponibles. Asimismo, el autor plantea de manera explícita el concepto del super individuo o individuo invulnerable, y arguye que las variaciones individuales en la capacidad de recuperación podrían atribuirse a factores genéticos que predisponen a ciertas personas a ser más o menos susceptibles a las variaciones ambientales o a las respuestas fisiológicas ante

amenazas ambientales. Se destaca en este contexto que es el entorno, y no el individuo, el que actúa como catalizador de dichas diferencias (Shean, 2015, p. 6).

1.2.2. Teoría de Norman Garmezy

El autor mantenía una perspectiva ecológica sobre la resiliencia, argumentando que los componentes de protección a nivel individual y familiar, así como aquellos que son externos a la unidad familiar inciden en la resiliencia. En consecuencia, los factores individuales se pueden considerar como atributos de un individuo, tales como las características temperamentales y la forma en que aborda nuevas situaciones y las habilidades cognitivas. Entre los elementos familiares se incluye la cohesión y la calidez del entorno familiar, así como la presencia de un individuo afectuoso en ausencia de los padres o la preocupación parental por el bienestar de los hijos. Finalmente, en relación con los entre los factores de apoyo se destacan la disponibilidad y la utilización de sistemas de respaldo apoyo externo por parte de los padres, un docente comprensivo o una estructura organizativa institución que fomente las relaciones con la comunidad en su conjunto (Shean, 2015, p. 10).

1.2.3. Teoría de Emmy Werner

El autor poseía una visión ecológica de la resiliencia, enfocándose en los componentes protectores que fomentaban la resiliencia a nivel mundial, familiar y comunitario. Dichos componentes protectores incluyen los atributos personales, los vínculos afectivos dentro de la familia que otorgan apoyo emocional y sistemas de apoyo externo. Asimismo, el autor sostuvo que a medida que se experimenta más estrés, se necesitan más procesos de protección. Además, pensaba que los factores

protectores actuaban de manera directa e indirecta. Así, por ejemplo, los sistemas de apoyo externo pueden brindar soporte a la madre, aumentando su capacidad para apoyar al niño. Por último, el autor resaltó que aún es necesario entender mejor los componentes de protección y su efecto (Shean, 2015, p. 13).

1.2.4. Teoría de Suniya Luthar

Luthar sostuvo que existen tres clases de componentes protectores. Primero, el componente protector-estabilizado el cual señala que el atributo otorga estabilidad a la competencia a pesar del incremento del riesgo. Segundo, mejora de la protección, donde la persona puede involucrarse con el estrés e incrementar la competencia. Tercero, protector pero reactivo, es decir brindar ventajas generales, pero no con elevados niveles de estrés. En consecuencia, la autora enfoca su análisis en los mecanismos de las variables que funcionan como elementos determinantes de protección o riesgo. Asimismo, la autora resalta que los componentes de riesgo y de protección no son solo polos opuestos de una misma variable y no son intuitivos, esto es, solo porque un factor parezca de alto riesgo, no significa que lo sea (Shean, 2015, p. 15).

1.2.5. Teoría de Ann Masten

Sostuvo que debes existir dos criterios presenten para ser considerado como resiliente: una medida de adaptación o desarrollo positivo y la existencia pasada o actual de condiciones que amenazan con interrumpir la adaptación positiva. De acuerdo a la autora, la adaptación positiva (o el desarrollo) es el cumplimiento de las tareas de desarrollo y los sistemas fundamentales de adaptación humana. Las responsabilidades de desarrollo reflejan las expectativas de una sociedad o cultura

específica dentro de un contexto histórico, respecto al comportamiento individual en diversas etapas de la vida y ante distintas circunstancias. En tanto que, los sistemas fundamentales de adaptación humana incluyen relaciones de apego y paternidad, sistemas de autorregulación para las emociones, familias, sistemas de educación formal, sistemas de creencias culturales, religión y espiritualidad (Shean, 2015, p. 18).

1.2.6. Teoría de Michael Ungar

Planteó cuatro principios: descentralización, complejidad, atipicidad y relatividad cultural. La descentralización es un esfuerzo por quitar el enfoque en la persona y poner un mayor énfasis en el medio ambiente. Este enfoque centrado en el sujeto significa que la responsabilidad de la resiliencia se coloca erróneamente en la víctima de ambientes tóxicos, con la hipótesis del cambio como una medida de qué tan bien la persona es capaz individualmente de aprovechar los recursos ambientales. Sin embargo, cabe precisar que no se propone que la persona no tenga ningún papel en la resiliencia, sino que el énfasis debe estar en primer lugar en la naturaleza de la ecología social y física, posteriormente, en la relación entre el entorno y el individuo, y, en última instancia, el individuo mismo (Shean, 2015, p. 21).

A su vez, la teoría de la resiliencia abarca múltiples modelos que ilustran cómo los factores facilitadores pueden contrarrestar, salvaguardar o inmunizar a los adolescentes frente a los efectos adversos asociados a los riesgos. Estos modelos sirven de guía para las tácticas de análisis de información, sirviendo para las intervenciones en cuanto a la mejora de los componentes de promoción. Dentro de

estos modelos se encuentran los compensatorios y los protectores de resiliencia, siendo los más estudiados dentro de la literatura (Zimmerman, 2013, p. 382).

1.2.7. Modelo compensatorio

En este modelo, los componentes promotores mitigan la exposición al riesgo de manera opuesta. En otras palabras, los componentes compensatorios ejercen un efecto contrario sobre los resultados del desarrollo, como es el caso de una alimentación saludable o la presencia de violencia, manifestándose de manera directa e independiente respecto al riesgo. En consecuencia, los componentes compensatorios contribuyen a predecir los resultados y solo se introducen al análisis de regresión luego que los riesgos son considerados dentro de la ecuación. En este sentido, se ha documentado que el soporte de los padres compensaba los riesgos relacionados a las peleas y a la presencia de los adultos violentos (Zimmerman, 2013, p. 382).

1.2.8. Modelo del componente protector

Este modelo señala que los activos o recursos de promoción influyen en la relación entre un riesgo y los elementos, así como los resultados asociados a las estrategias de promoción y protección. Dentro de estos modelos teóricos se identifican dos categorías principales: los modelos de protección frente al riesgo y los modelos de protección-protección. Los primeros señalan que los componentes promotores moderan o reducen la relación entre los riesgos y los resultados negativos. En tanto que, los segundos mejoran los impactos de cualquier componente promotor solamente para predecir un resultado. Asimismo, Estos modelos se evalúan mediante la aplicación de efectos de interacción en análisis de

regresión o análisis multinivel, utilizando el marco del modelado de ecuaciones estructurales (Zimmerman, 2013, p. 382).

1.2.9. Modelo de desafío de resiliencia de Rutter

De acuerdo a este modelo, la exposición a bajos niveles de riesgo, en efecto, contribuye a que los adolescentes puedan superar las futuras exposiciones que los hacen vulnerables a los resultados negativos. No obstante, es esencial que la exposición original al riesgo represente un desafío de tal manera que los adolescentes puedan desarrollar los mecanismos de afrontamiento para superar sus efectos. A su vez, esta primera exposición no debe ser tan agotadora como para eliminar el esfuerzo para afrontarlo. Así, por ejemplo, si un conflicto entre las personas se resuelve de manera amistosa, puede ayudar a los adolescentes a entender la manera de superar las tensiones sociales para impedir una reacción violenta cuando exista un desacuerdo social futuro que sea más acalorado involucrando a otros como por ejemplo una pelea entre pandillas (Zimmerman, 2013, p. 382).

1.3. La resiliencia en la época de pandemia

La pandemia demandó un desafío a los adolescentes, las familias, los colegios y las comunidades, ya que presentó una crisis global ante el cual diversos sistemas no estaban preparados para hacer frente. Si bien, de acuerdo a las estadísticas, los más jóvenes han demostrado ser menos susceptibles a la enfermedad, sus vidas se interrumpieron de manera dramática por el cierre de los colegios, el confinamiento dentro del hogar y el distanciamiento social. A su vez, se le suma el hecho de la pérdida de familiares y de las rutinas de ocio, vida social,

vacaciones y celebraciones como la graduación. Esta situación originó frustración y angustia, pero también posibles signos de resiliencia. En este sentido, tanto familias como colegios, comunidades y los mismos jóvenes realizaron diversos esfuerzos y desarrollando creatividad para aprender, enseñar, divertirse y establecer relaciones saludables (Masten & Motti, 2020).

La resiliencia de los adolescentes dentro de un contexto de pandemia estuvo en función de diversos sistemas, de las capacidades de adaptación del adolescente, de los vínculos con los cuidadores, de los familiares o amigos y de los recursos brindados por los familiares, colegios y comunidad. A su vez, cada uno de estos sistemas está en función de otros sistemas y recursos, así como de las capacidades internas. Un contexto de pandemia pudo abrumar a varios sistemas de los que dependen los adolescentes y las familias como un efecto simultáneo de desafíos. No obstante, la pandemia también logró movilizar una reacción en los sistemas y motivar mejores reacciones en el futuro. En este contexto, durante el periodo de emergencia sanitaria, quedaron expuestas notables carencias en los sistemas comunitarios para dar respuesta efectiva tanto a jóvenes como a sus núcleos familiares, mientras que la capacidad de recuperación colectiva se vio significativamente afectada por los marcados contrastes sociales, económicos y sanitarios presentes en la población (Masten & Motti, 2020).

1.4. Evaluación de la variable resiliencia

Para evaluar la resiliencia, se adopta el enfoque propuesto por Wagnild y Young, quienes conceptualizaron dicha variable a partir de cinco dimensiones fundamentales de la resiliencia: satisfacción personal, ecuanimidad, bienestar en soledad, autoconfianza y perseverancia. Los siguientes apartados presentarán cada una de estas características principales:

1.4.1. Satisfacción personal

Esta dimensión abarca la percepción individual sobre el propósito existencial y la forma en que cada persona interpreta y organiza sus experiencias vitales, otorgando un sentido trascendental a su trayectoria personal. Es decir, la satisfacción personal implica que el adolescente tiene un sentido de propósito en la vida, siendo la fuerza que lo impulsa hacia la vida y, por lo tanto, es la base de las demás características de la resiliencia (Moe et al., 2013).

1.4.1.1. Satisfacción con la vida. Incluye la capacidad del adolescente para poder encontrar de algo de que reírse aun a pesar de las dificultades presentadas por la pandemia anterior. Asimismo, evalúa si el adolescente encuentra significado en su vida (Moe et al., 2013).

1.4.1.2. Aceptación. Implica que el adolescente no se lamenta en aquellos casos en los que no se puede hacer nada, como, por ejemplo, sucesos fuertes como el contagio del virus de algún familiar o los comportamientos irresponsables de su entorno cercano en cuanto a las medidas de protección por el virus. Además,

considera que el adolescente acepta que existen ciertas personas a quienes no les agrada.

1.4.2. *Ecuanimidad*

Hace referencia a un enfoque balanceado de la misma vida y experiencias, es decir, implica tomar los sucesos de manera tranquila y moderando las actitudes ante aquellos sucesos adversos. En otras palabras, la ecuanimidad implica que el adolescente presenta equilibrio y armonía y puede manifestar en su buen humor (Moe et al., 2013).

1.4.2.1. Actitud frente a las situaciones. Evalúa si el adolescente visualiza las cosas bajo una perspectiva de largo plazo, bajo el contexto de la pandemia. Asimismo, toma en cuenta si el adolescente se cuestiona sobre la finalidad de todo, es decir, si cuestiona la razón de ser de la pandemia. Por último, considera si el adolescente toma las cosas una por una (Moe et al., 2013).

1.4.2.2. Amigo de sí mismo. Tal como el nombre del indicador lo sugiere, evalúa si el adolescente se considera a sí mismo como un amigo, sintiendo confianza y estima por sí mismo (Moe et al., 2013).

1.4.3. *Sentirse bien sólo*

Esta dimensión destaca la autonomía inherente al ser humano y reconoce el valor único e irremplazable que cada individuo aporta a la sociedad, enfatizando la importancia del desarrollo personal. Asimismo, el sentirse bien sólo asume que gran parte de lo que enfrenta el adolescente a causa de la pandemia, lo debe enfrentar

solo. De manera que, un adolescente resiliente aprende a vivir consigo mismo y se convierte en su mejor amigo (Moe et al., 2013).

1.4.3.1. Independencia. Evalúa el grado de dependencia del adolescente sobre sí mismo. Además, considera si el adolescente puede estar sola cuando así lo considere (Moe et al., 2013).

1.4.3.2. Análisis de una situación. Mide la capacidad del adolescente para evaluar una misma situación desde diferentes perspectivas. Es decir, se evalúa su capacidad para poder analizar los problemas originados por la pandemia desde diferentes puntos de vista (Moe et al., 2013).

1.4.4. Confianza en sí mismo

Es la habilidad de una persona para confiar en sí misma en cuando a sus capacidades. Por lo tanto, la autoconfianza en el adolescente se manifiesta en su comprensión de sus capacidades y limitaciones, las cuales se derivan de experiencias previas. Esta confianza en las capacidades propias constituye un elemento fundamental que potencia el desarrollo de habilidades específicas para enfrentar y solucionar eficazmente los diversos desafíos surgidos durante la crisis sanitaria (Moe et al., 2013).

1.4.4.1. Confianza en sí mismo. Evalúa si el adolescente se siente orgulloso de las cosas que ha logrado a lo largo de su vida. Además, considera si es decidido. Asimismo, toma en cuenta si la confianza en sí mismo le permite enfrentar el tiempo difícil generado por la pandemia global. Finalmente, toma en cuenta si el

adolescente es alguien en quien se puede confiar ante una emergencia asociada a la pandemia (Moe et al., 2013).

1.4.4.2. Manejo de las situaciones. Evalúa si el adolescente tiene la capacidad de manejar varias cosas al mismo tiempo. Asimismo, evalúe su capacidad para afrontar los desafíos resultantes de la pandemia de COVID-19, teniendo en cuenta la experiencia adquirida hasta la fecha. Finalmente, se sugiere evaluar si el adolescente dispone de la energía necesaria para cumplir con todas las actividades que le corresponden (Moe et al., 2013).

1.4.5. Perseverancia

Se define como la facultad de mantener una actitud constante y determinada ante las adversidades o circunstancias desmotivadoras presentes durante el recorrido hacia nuestros objetivos. Asimismo, es importante cultivar un intenso deseo por alcanzar los objetivos y mantener un nivel adecuado de autodisciplina. En términos alternativos, la perseverancia en los adolescentes se manifiesta en su capacidad para mantener su progreso incluso ante los obstáculos surgidos por las condiciones surgidas en la pandemia de COVID-19, demostrando resiliencia al negarse a rendirse y exhibiendo el valor necesario para enfrentar los desafíos que se presentan (Moe et al., 2013).

1.4.5.1. Realización de los planes. Toma en cuenta si el adolescente puede realizar siempre lo que planea. Además, considera si siempre se las arregla de alguna forma u otra frente a las situaciones como la pandemia. Por último, se considera si el adolescente tiene autodisciplina (Moe et al., 2013).

1.4.5.2. Interés por las cosas. Evalúa si el adolescente considera importante mantener el interés en las cosas. Además, considera si se mantiene interesado en las cosas. Asimismo, toma en cuenta si el adolescente se obliga a sí mismo a realizar cosas a pesar que no quiera. Finalmente, evalúa si tiene la capacidad para encontrar una salida ante una situación difícil como el contexto de pandemia global vivido (Moe et al., 2013).

2. Estilos de afrontamiento al estrés

2.1. Definición

Basado en Stanisławski (2019) el afrontamiento puede definirse como reacciones de manera intencionada y consciente frente al estrés, asimismo incluyen las reacciones inconscientes o automatizadas. Por su parte, Amponsah et al. (2020) sostienen que el afrontamiento es percibido como una variable relevante en cuanto al tiempo dedicado a limitar, disminuir o soportar el estrés. En este contexto, el afrontamiento se refiere a las percepciones y estrategias que los individuos utilizan para gestionar las exigencias tanto internas como externas derivadas de experiencias traumáticas. Acorde con el planteamiento de Uribe et al. (2018) los estilos de afrontamiento representan una capacidad psicosocial integral que engloba diversos recursos tanto mentales como conductuales que las personas implementan para dar respuesta efectiva a los retos cotidianos (p. 441).

Por otra parte, Blomgren et al. (2016) manifestaron que los mecanismos de afrontamiento constituyen aquellas respuestas comportamentales y procesos psicológicos internos que los individuos desarrollan con el propósito de anticipar o gestionar situaciones que perciben como amenazantes o generadoras de malestar

emocional (p. 86). Desde la teoría del afrontamiento del estrés se asume que las estrategias y procesos específicos que el individuo adopta para reducir el estrés van acorde con la valoración de la amenaza. En tanto que, Fisher et. al. (2020) manifiestan que los estilos de afrontamiento hacen alusión a los estilos o al conjunto de actitudes que asumen las personas desde el raciocinio y la combinación de los factores psicológicos, para poder responder de manera adecuada ante los diversos escenarios adversos que se presenten y desequilibren el rumbo habitual del desempeño personal, por ende, todo ese conjunto de factores impacta en la salud mental de la persona, y la superación ante cualquier circunstancia (p. 3).

2.2. Teorías sobre los estilos de afrontamiento al estrés

La diferencia entre modelo" y teoría" radica en su alcance y aplicación. Una teoría es un cuerpo de conocimiento amplio que busca explicar fenómenos robustos. Se presenta como un marco conceptual coherente que integra el conocimiento existente, clarificando objetivos de investigación y formulando preguntas teóricas y empíricas. Proporciona explicaciones abductivas sobre fenómenos, basadas en la inferencia de la mejor explicación. En contraste, un modelo es una representación más concreta y de alcance más estrecho, derivada de una teoría. Los modelos ilustran con precisión los mecanismos subyacentes de un fenómeno, simplificando aspectos de la realidad para hacerlos útiles, como un mapa geográfico. Mientras que una teoría ofrece una visión general, los modelos se centran en aspectos específicos, sirviendo como intermediarios entre teorías y el mundo real (Fried, 2020).

2.2.1. Teoría transaccional

De acuerdo a la teoría transaccional, el afrontamiento es un proceso en evolución que se modifica en reacción al entorno, siendo un esfuerzo por gestionar las distintas demandas internas y externas. Por lo tanto, esta teoría plantea que gestionar eficazmente las exigencias tanto personales como ambientales requiere un esfuerzo constante, mientras que el éxito en el afrontamiento depende fundamentalmente de la flexibilidad para adaptar y modificar las estrategias implementadas con el fin de conseguir resultados favorables en cada situación. En base a ello, los modelos más recientes de afrontamiento se han enfocado en la idea de la flexibilidad de afrontamiento, una manera de evaluar el afrontamiento que reconoce la capacidad de una persona para variar su conducta de afrontamiento de cada situación estresante. En este sentido, un adolescente podría variar su comportamiento de afrontamiento dado el contexto de pandemia (Heffer & Willoughby, 2017).

La teoría sostiene que las personas filtran experiencias potencialmente emocionales evaluando en qué medida creen que pueden reducir pérdidas, minimizar daños o enfrentar desafíos y, posteriormente, se involucran en comportamientos que afectan directamente los resultados de esas evaluaciones. Se pone énfasis en la evaluación que media las relaciones entre antecedentes y resultados. La teoría distingue dos formas de evaluación: primaria y secundaria. La evaluación primaria comprende la valoración mediante la cual el individuo analiza la importancia de un acontecimiento en relación con sus principios personales, ideales, objetivos y compromisos. Si no se identifica relevancia o intersección con

estos elementos, la situación no recibe más consideraciones. La evaluación secundaria acontece cuando la interacción del individuo con su contexto adquiere significación y se identifican estrategias para gestionar la situación. Las transacciones relevantes, después de ser evaluadas, pueden conducir a tres variantes posibles: daño y pérdida, amenaza y desafío (Dillard, 2019).

2.2.2. Modelo de afrontamiento de Lazarus y Folkman

Los autores de este modelo identificaron dos categorías bases del afrontamiento: afrontamiento enfocado en el problema y en la emoción, como reacciones orientadas a manejar o modificar el problema que genera la angustia y regular las reacciones emocionales al problema, respectivamente. No obstante esta distinción entre ambas categorías, generó diversas críticas y los propios autores admitieron que dicha distinción conllevó a una conceptualización muy simple sobre la manera en que funciona el afrontamiento ya que la gran parte de las maneras de afrontamiento pueden cumplir ambas funciones, de manera que, podrían encajar en ambas categorías (Stanisławski, 2019).

2.2.3. Modelo de afrontamiento de Parker y Endler

Los autores observaron que las medidas de afrontamiento se caracterizan por las deficiencias en cuanto a la metodología, las cuales impiden que se generalicen los resultados de una población a otra. Los autores introdujeron un instrumento que aborda tres estilos de afrontamiento: dos de ellos se enfocan en el afrontamiento centrado en el problema y en las emociones. Las estrategias orientadas al problema buscan abordar la tarea directamente, utilizando métodos para resolverlo, reconceptualizarlo o minimizar sus impactos. Por otro lado, las

estrategias centradas en las emociones se concentran en el individuo, abarcando reacciones emocionales, autocuidado y respuestas imaginativas. El tercer estilo es el afrontamiento orientado a la evasión (desviación de la atención), el cual incluye estrategias que se centran en la tarea y en la persona, el primero sugiere la distracción como estrategia (por ejemplo, ver televisión), el segundo se trata de buscar interacciones sociales como forma de desviación social (Stanisławski, 2019).

2.3. Desarrollo de los adolescentes

Antes de profundizar en los mecanismos de afrontamiento adolescente, resulta esencial comprender los aspectos clave que caracterizan esta etapa vital, considerando que durante este periodo los jóvenes experimentan transformaciones profundas que abarcan desde su desarrollo corporal hasta sus dinámicas sociales, incluyendo importantes cambios psicológicos y emocionales.

La adolescencia representa un proceso de transición multifacético entre la infancia y la adultez, valorada por transformaciones físicas notables, como el desarrollo sexual y el crecimiento acelerado. A nivel socioemocional, los adolescentes suelen experimentar una mayor necesidad de identidad y de independencia, lo cual afecta sus vínculos con el sistema familiar y amigos. A nivel cognitivo, avanzan hacia un pensamiento más abstracto, lo que les permite plantear hipótesis y llegar a sus propias conclusiones (Allen et al, 2019).

Desde la perspectiva biológica, es la etapa más saludable de la vida y la mayoría de los jóvenes experimentan un buen estado de salud. No obstante, esta es una fase de riesgos considerables, dado que la mayoría de los problemas y

requerimientos de salud del adolescente se prolongarán hasta la adultez (Rubio, 2021). La adolescencia puede dividirse en tres etapas.

Adolescencia temprana: comprende alrededor de los 10 años hasta los 14. Se distingue principalmente por el comienzo de la pubertad, periodo en el que ocurren las grandes transformaciones físicas, que inciden en el desarrollo y maduración sexual.

Adolescencia media: entre 15 y 17 años de edad. Principalmente, se distingue por los conflictos familiares, debido a la relevancia que ganan los miembros del grupo. Incrementa su habilidad cognitiva y creativa. Las metas no son tan perfectas y van reconociendo sus restricciones. Además, surgen las emociones de omnipotencia e inmortalidad que llevan a conductas peligrosas.

Adolescencia tardía: a partir de los 18 hasta los 21 años. Se distingue por la reintegración de los valores de los padres y por tomar las obligaciones y responsabilidades propias de la adultez.

Por otro lado la Organización Mundial de la Salud define la adolescencia como la fase comprendida entre los 10 y 19 años, donde los jóvenes experimentan un crecimiento de inestabilidad emocional y comportamientos exploratorios que a veces implican riesgos. Es habitual que sus compañeros se respalden mutuamente como una red de soporte emocional, lo cual puede disminuir los problemas de ansiedad y depresión. (Psicoactiva, 2023).

En este estudio las características de la muestra es de adolescentes que se encuentran en la etapa temprana y media esto significa que los cambios biológicos son las más destacados, mientras que, en la adolescencia tardía, el factor social cobra mayor relevancia, dado que es el periodo en el que el adolescente se incorpora a la sociedad como persona: la exploración y el descubrimiento de su identidad son imprescindibles para su desarrollo.

En el contexto educativo, los jóvenes de esta institución pública experimentan cambios a nivel físico, se encuentran en el proceso de descubrir nuevos intereses y habilidades, además de ser reflexivos y capaces. No obstante, según el grupo de tutores refieren que, también pueden tener dificultades académicas como: Miedo a asistir a la escuela, ausencia escolar, abandono escolar, deficiente desempeño académico, además de presentar conductas de riesgo,

León et al (2021) argumenta que la conducta de los jóvenes ha sufrido cambios. Son usuarios de moda y tecnología, la cultura del ocio ha reemplazado el trabajo individual, existe una inclinación hacia el aislamiento social y la utilización de redes sociales. Los jóvenes de hoy en día no son superiores ni inferiores a los de otras épocas, sino que su conducta refleja la sociedad en la que han tenido que vivir. En este sentido su estilo de afrontar situaciones difíciles será variable.

2.4. Afrontamiento en la adolescencia

Durante la adolescencia, los individuos atraviesan una fase intensa de transformaciones donde experimentan una significativa carga emocional mientras buscan consolidar su identidad personal y definir los elementos característicos que conformarán su personalidad. Blomgren et al. (2016) señalaron que en la

adolescencia, las estrategias de afrontamiento se vuelven más refinadas y complejas, existiendo una considerable variabilidad individual con respecto al afrontamiento y las indicaciones de estilos de afrontamiento habituales, de esa manera, el afrontamiento en esta etapa va a ser diverso, y se va a acoplar a la personalidad que el adolescente desea desarrollar (p. 86). Por su parte, Hee et al. (2017) argumentaron que las técnicas de afrontamiento durante la etapa adolescente requieren una adecuada guía y respaldo por parte de las figuras parentales para su desarrollo efectivo, además, las estrategias asumidas van a ser influenciadas directamente por la capacidad de resiliencia del adolescente, la cual cumple una función protectora sobre todo en momentos extremadamente negativos como la muerte de una persona amada.

Aunque los términos "estrategias de afrontamiento" y "estilos de afrontamiento" a menudo se usan de manera intercambiable, existen diferencias clave entre ellos. Las estrategias de afrontamiento se refieren a tácticas o acciones específicas que las personas emplean para enfrentar situaciones estresantes, como "planificación para resolver problemas" o "búsqueda de apoyo social". Por otro lado, los estilos de afrontamiento se definen como un conjunto preferido de estrategias de afrontamiento que permanecen relativamente fijas a lo largo del tiempo y en diferentes circunstancias. Es decir, un estilo de afrontamiento engloba varias estrategias que coexisten y que una persona tiende a usar de manera consistente ante situaciones estresantes (Stanisławski, 2019).

2.5. Evaluación de estilos de afrontamiento al estrés

Para analizar la variable estilos de afrontamiento al estrés en adolescentes, el autor lo define como un grupo de acciones mentales y emocionales que emergen como respuesta a una inquietud específica. Ellas simbolizan un esfuerzo por recuperar el balance o disminuir la turbulencia para la persona. Bajo el modelo de Frydenberg y Lewis, describen 18 estrategias agrupadas en tres estilos de afrontamiento, cada uno comprende entre cuatro y ocho estrategias (Canessa, 2002).

2.5.1. Resolver el problema

El primer estilo, denominado "Resolver el problema", se distingue por los empeños orientados a la solución de la problemática, manteniendo una actitud optimista y una conexión social activa. Este primer enfoque abarca las siguientes estrategias (Canessa, 2002):

2.5.1.1. Concentrarse en resolver el problema. Esta estrategia se orienta a la resolución de los problemas, de modo tal que implica un proceso que parte del análisis y abarca la dedicación del adolescente para pensar en la mejor solución (Scafarelli & García, 2010).

2.5.1.2. Esforzarse y tener éxito. Se relaciona con el esfuerzo de un adolescente en busca de afrontar situaciones como la pandemia y salir airoso de ellas, logrando un afrontamiento exitoso, y un aprendizaje de lo vivido, buscando posibilidades para lograr que su desempeño propicie el mayor éxito (Scafarelli & García, 2010).

2.5.1.3. Invertir en amigos íntimos. Hace alusión al esfuerzo de los adolescentes por comprometerse a desarrollarse socialmente en interacción más íntima con y de tipo personal con algunas personas de su entorno (Scafarelli & García, 2010).

2.5.1.4. Buscar pertenencia: refleja la tendencia de los jóvenes por establecer vínculos interpersonales significativos, manifestándose particularmente en su atención hacia las opiniones y percepciones que otros tienen sobre ellos.(Scafarelli & García, 2010).

2.5.1.5. Reservarlo para sí: Esta estrategia evidencia la tendencia del adolescente a distanciarse socialmente y mantener sus dificultades en privado, optando por enfrentar sus problemas de manera solitaria sin buscar el apoyo o comprensión de otras personas (Scafarelli & García, 2010).

2.5.1.6. Fijarse en lo positivo: Este tipo de estrategia que busca el lado positivo de un suceso. Además, considera ver el aspecto positivo de los hechos y considerarse como afortunado. Ello implica, dejar de lado las cosas malas y centrarse en las cosas positivas como por ejemplo pensar que gracias al confinamiento se ha pasado más tiempo con los padres y hermanos (Scafarelli & García, 2010).

2.5.1.7. Buscar diversiones relajantes: Este tipo de estrategia se caracteriza por la búsqueda de actividades recreativas y de entretenimiento como mecanismo para afrontar situaciones difíciles, donde el adolescente procura aliviar la tensión mediante momentos dedicados al disfrute personal a través de diferentes

pasatiempos como la música, literatura, expresión artística o entretenimiento audiovisual (Scafarelli & García, 2010).

2.5.1.8. Distracción física: Esta estrategia de afrontamiento consiste en componentes que hacen referencia a realizar deportes, mantenerse en forma, entre otros. Tiene que ver con la dedicación al esfuerzo físico con un adecuado bienestar físico (Scafarelli & García, 2010).

2.5.2. Referencia a otros

El segundo estilo se identifica como Referencia a otros, evidencia el empeño por gestionar las dificultades mediante la búsqueda de ayuda y orientación proveniente de diversas fuentes como compañeros, expertos o entidades espirituales, mientras que las tácticas específicas que conforman esta dimensión incluyen diversos niveles de apoyo social (Canessa, 2002):

2.5.2.1. Buscar apoyo social: Esta dimensión hace alusión a acudir a personas de su entorno buscando soporte para enfrentar un determinado suceso como la pandemia ocurrida (Scafarelli & García, 2010). Es decir, consiste en la inclinación del adolescente por compartir los problemas que pueda estar enfrentando por el COVID-19 con los demás y buscar soporte en su solución.

2.5.2.2. Acción social: Esta dimensión hace alusión a mostrar apertura para que otras personas puedan tener conocimiento de los problemas atravesados, y buscar ayuda de los demás, de modo tal, que sea posible recibir apoyo del entorno próximo que cuenta con las capacidades y/o recursos necesarios para la resolución del problema (Scafarelli y García, 2010).

2.5.2.3. Buscar apoyo espiritual: se centra en la utilización de recursos espirituales para afrontar las dificultades, manifestándose principalmente a través de prácticas religiosas como la oración y la confianza en la guía divina o de líderes espirituales. Es decir, esta dimensión describe que los adolescentes buscan el consuelo y la fortaleza en un ser espiritual (Scafarelli & García, 2010).

2.5.2.4. Buscar ayuda profesional: Este tipo de estrategia implica que el adolescente busca opinión de un profesional como un profesor u otros consejeros. Es decir, acudir a personas que consideren se encuentren preparados y posean las capacidades para resolver una determinada situación (Scafarelli & García, 2010).

2.5.3. Afrontamiento no productivo

El último estilo, denominado Afrontamiento no productivo, se relaciona con una limitada capacidad para enfrentar problemas y abarca estrategias de evasión. Este enfoque no conduce a la resolución del problema, aunque, por lo menos, proporciona un alivio. Comprende las siguientes estrategias (Canessa, 2002):

2.5.3.1. Preocuparse: En términos generales esta dimensión hace alusión al temor del adolescente por todos aquellos elementos que pueden generarle malestar en el futuro como la enfermedad por COVID-19 (Scafarelli & García, 2010).

2.5.3.2. Buscar pertenencia: refleja la preocupación de los adolescentes por sus relaciones sociales, centrándose especialmente en cómo son percibidos por otros y en el impacto que sus acciones tienen en la opinión de quienes les rodean (Scafarelli & García, 2010).

2.5.3.3. Hacerse ilusiones: se caracteriza por una actitud optimista frente a las dificultades, donde el adolescente mantiene la convicción de que las situaciones mejorarán con el tiempo y conserva una perspectiva esperanzadora sobre las posibilidades futuras (Scafarelli y García, 2010).

2.5.3.4. Falta de afrontamiento o No afrontamiento: Refleja la evitación de los adolescentes para poder hacer frente a determinados contextos de situaciones problemática como el contexto por pandemia. Además, considera la generación de síntomas psicósomáticos (Scafarelli & García, 2010).

2.5.3.5. Ignorar el problema: Es un tipo de estrategia que consiste en el rechazo de forma consciente de la existencia del problema como, por ejemplo, ignorar los efectos generados por la enfermedad. Es decir, está referido al desentendimiento de la situación problemática para tratar de evitar sentir la tensión por el problema mismo (Scafarelli & García, 2010).

2.5.3.6. Reducción de la tensión: se centra en los esfuerzos del adolescente por mantener su bienestar emocional ante situaciones estresantes, buscando diversos recursos y elementos de apoyo que le permitan gestionar la tensión y alcanzar un desempeño óptimo en sus actividades (Scafarelli y García, 2010).

2.5.3.7. Reservarlo para sí: Este tipo de estrategia se muestra en los componentes que expresan que el adolescente huye de las demás personas y no quiere que sepan de sus problemas. Es decir, la persona huye a compartir sus problemas con los demás, y busca afrontar solo los problemas (Scafarelli & García, 2010).

2.5.3.8. Autoinculparse: Hace referencia que ciertos adolescentes se sienten causantes de los problemas o preocupaciones. Es decir, el adolescente cree que gran parte, o todas las cosas malas que le pasan son resultado de su propio accionar cuando en realidad tienen que ver con factores ajenos a él (Scafarelli & García, 2010).

3. Antecedentes de la investigación nacionales e internacionales

3.5.1. Antecedentes internacionales

Sahin & Hepsogutlu (2018) examinaron la conexión existente entre la capacidad de recuperación ante la adversidad y los diferentes mecanismos para manejar las situaciones estresantes, empleando una metodología de tipo correlacional de carácter aplicado, no experimental y transversal, que incluyó a 229 estudiantes de una institución secundaria en Turquía. Los investigadores recopilaron los datos a través de dos cuestionarios y determinaron que el coeficiente de correlación entre la resiliencia y las estrategias de afrontamiento positivo del estrés fue de 0.521, con un nivel de significancia inferior a 0.05. A partir de estos resultados, se concluyó que la resiliencia permite a los adolescentes desarrollar estrategias efectivas para gestionar el estrés.

Wu et al. (2020) buscaron evaluar la relación entre la resiliencia y los estilos de afrontamiento del estrés, para lo cual implementaron una metodología correlacional, aplicada, no experimental y de corte transversal con una muestra de 1,743 estudiantes universitarios, utilizando dos cuestionarios como instrumentos de recolección de datos, mientras que los resultados mostraron una correlación significativa de 0.524 con un p-valor menor a 0.001, lo que permitió concluir que

la exposición a factores estresantes puede fortalecer la capacidad de los jóvenes para manejar situaciones adversas, contribuyendo así al desarrollo de su resiliencia.

Denovan & Macaskill (2016) desarrollaron un estudio para examinar la relación entre la resiliencia y los estilos de afrontamiento del estrés, empleando una metodología correlacional con diseño no experimental y transversal en una muestra de 202 estudiantes universitarios de ciencias sociales del Reino Unido, mientras que la recolección de datos mediante dos cuestionarios arrojó coeficientes de correlación de 0.19, 0.37 y 0.13, con niveles de significancia de $p < 0.05$ y $p < 0.001$, lo cual permitió concluir que la capacidad resiliente facilita el desarrollo de estrategias positivas para enfrentar situaciones estresantes en la población juvenil.

De la Fuente et al. (2017) investigaron la relación entre la resiliencia y los estilos de afrontamiento del estrés mediante una metodología correlacional de diseño no experimental y transversal, aplicada a una muestra de 656 estudiantes universitarios, utilizando dos cuestionarios como instrumentos de medición, mientras que los resultados evidenciaron correlaciones significativas entre la resiliencia y diversos factores: distracción física (0.129, $p < 0.05$), búsqueda de ayuda profesional (0.168, $p < 0.01$), fijación en lo positivo (0.434, $p < 0.01$), apoyo social (0.175, $p < 0.01$) y búsqueda de diversiones relajantes (0.162, $p < 0.01$), lo cual permitió concluir que los jóvenes con mayor capacidad resiliente tienden a implementar estrategias más efectivas para manejar el estrés.

Kuan et al. (2018) realizaron una investigación para establecer la relación entre la resiliencia y los estilos de afrontamiento del estrés, aplicando una metodología correlacional no experimental de corte transversal en una muestra de

residentes de la ciudad de Taoyuan, China, donde la recolección de información mediante dos cuestionarios reveló un coeficiente de correlación de 0.60 con un p-valor menor a 0.01, lo que permitió concluir que los individuos con mayores niveles de resiliencia implementan una gama más diversa de estrategias para manejar situaciones estresantes.

Con las investigaciones hasta aquí presentadas queda bien establecido que el afrontamiento al estrés está relacionado con la resiliencia, siendo así, dado que la pandemia del COVID-19 es considerada un evento pasado, los estudiantes han tenido tiempo para reflexionar sobre sus experiencias. Esto permite una perspectiva retrospectiva más profunda y objetiva sobre cómo manejaron los desafíos que enfrentaron. Dado que existen investigaciones anteriores sobre este tema, el nuevo estudio sirve para contrastar y comparar los resultados en función del evento específico del COVID-19. Esto puede arrojar luz sobre cómo eventos extraordinarios impactan en las estrategias de afrontamiento y resiliencia en comparación con las circunstancias normales.

3.5.2. Antecedentes nacionales

Aguirre (2016) desarrolló una investigación para analizar la relación entre la resiliencia y los estilos de afrontamiento del estrés mediante un estudio correlacional aplicado, no experimental y transversal, con una muestra de 192 estudiantes de los últimos tres años de secundaria, utilizando dos cuestionarios como instrumentos de medición, donde los resultados evidenciaron correlaciones significativas de Pearson entre la resiliencia y diferentes estrategias: búsqueda de apoyo social (0.499, $p < 0.01$), focalización en resolver problemas (0.549, $p < 0.01$) y

esfuerzo hacia objetivos (0.362, $p < 0.01$), lo cual permitió concluir que los adolescentes con mayor capacidad resiliente desarrollan mecanismos más efectivos para manejar el estrés y solucionar conflictos.

Morales & Tovar (2016) investigaron la relación entre la resiliencia y los estilos de afrontamiento ante el estrés mediante un estudio correlacional de diseño no experimental y transversal en una muestra de 150 alumnas entre 17 y 18 años, empleando dos cuestionarios para recolectar información, mientras que los resultados mostraron una correlación positiva significativa entre resiliencia y enfoque en resolución de problemas (0.478, $p < 0.001$), así como una correlación negativa con la ausencia de estrategias de afrontamiento (-0.349, $p < 0.001$), lo cual permitió concluir que las madres adolescentes con mayor resiliencia tienden a desarrollar métodos más efectivos para resolver situaciones problemáticas.

Huanay (2019) realizó una investigación con el propósito de analizar la relación entre la resiliencia y las formas de afrontar el estrés mediante un estudio correlacional aplicado, no experimental y transversal, con una muestra conformada por 137 soldados, utilizando dos cuestionarios como instrumentos de medición, mientras que los resultados obtenidos a través de la prueba chi-cuadrado evidenciaron una correlación significativa entre ambas variables con un p-valor de 0.000, lo cual permitió concluir que los individuos con mayor capacidad resiliente tienden a implementar estrategias más constructivas para manejar situaciones estresantes.

Ramos & Yucra (2019) investigaron la relación entre la resiliencia y los mecanismos de afrontamiento del estrés mediante un estudio correlacional

aplicado, no experimental y de corte transversal en una muestra de 47 madres, empleando dos cuestionarios para la recolección de datos, mientras que el análisis estadístico mediante chi-cuadrado reveló una independencia entre las variables con un valor de 16.376 y significancia de 0.003, lo que permitió concluir que las madres de niños con discapacidad han desarrollado capacidades resilientes y estrategias efectivas para manejar el estrés, transformando así su situación adversa en una experiencia de crecimiento personal.

Chuquillanqui & Villanes (2020) realizaron un estudio para analizar la relación entre la resiliencia y los estilos de manejo del estrés mediante una metodología correlacional aplicada, no experimental y transversal, con una muestra de 180 estudiantes, utilizando dos cuestionarios como instrumentos de medición, mientras que el análisis estadístico mediante chi-cuadrado evidenció una independencia significativa entre la resiliencia y los estilos de afrontamiento orientados tanto a la solución de problemas (124.639) como al manejo emocional (32.589), ambos con p-valor de 0.000, lo que permitió concluir que los estudiantes con mayor capacidad resiliente han desarrollado estrategias efectivas para manejar las dificultades, ya sea enfocándose en resolver el problema o regulando sus respuestas emocionales.

De la Cruz (2022) desarrolló una investigación para examinar la relación entre los estilos de afrontamiento y la resiliencia en una muestra de 347 adolescentes entre 13 y 20 años de ambos géneros, cursantes de cuarto y quinto año de secundaria en cuatro colegios públicos de Villa María del Triunfo, mediante un estudio correlacional transversal no experimental, utilizando la Escala de

Resiliencia para Adolescentes de Del Águila y Prado junto con la Escala de Afrontamiento de Frydenberg y Lewis, mientras que los resultados evidenciaron una correlación significativa entre ambas variables ($p < .05$), lo cual permitió concluir que la mayoría de adolescentes presenta un nivel promedio de resiliencia y tiende a utilizar estrategias de afrontamiento basadas en el apoyo de terceros.

Peréz (2024) investigó la relación entre la resiliencia y las estrategias de afrontamiento en una muestra de 115 adolescentes, donde el 69.3% eran mujeres con una media de edad de 14 años y el 80% no había completado la educación secundaria, empleando la Escala de Resiliencia de Wagnild y Young (1993) junto con la Escala de Afrontamiento para Adolescentes de Frydenberg y Lewis (2000), mientras que los resultados permitieron concluir que los jóvenes con altos niveles de resiliencia tienden a implementar estrategias centradas en la búsqueda de apoyo social y resolución activa de problemas, en lugar de adoptar mecanismos evasivos.

Los estudios realizados a nivel nacional brindan claridad sobre la asociación entre las variables centrales abordadas en este trabajo. A pesar de la existencia de investigaciones previas que exploran la relación entre la resiliencia y los estilos de afrontamiento, el presente estudio se concentra de manera particular en el contexto de la pandemia de COVID-19 y en la experiencia de una institución educativa específica. Las circunstancias únicas y desafiantes de esta crisis global pueden haber influido de manera diferente en los estudiantes de secundaria en comparación con otros momentos. El uso de una muestra probabilística de 220 alumnos de secundaria asegura una representación más precisa y confiable de la población estudiantil vinculadas con este tema, lo que puede ofrecer resultados más

generalizables. Asimismo, la evidencia de la asociación establecida en investigaciones previas no asegura que dicha asociación sea aplicable en la institución educativa pública de Ñaña que se está analizando.

4. Definiciones conceptuales y operacionales de las variables

Tabla 1

Operacionalización de variables

Variable	Definición conceptual	Definición operacional	Dimensiones	Indicador	Escala de medición	Escala de evaluación
Resiliencia	De acuerdo a Wagnild y Young (1993) es un atributo de la personalidad que actúa como moderador del impacto negativo del estrés y que promueve la adaptación. Es decir, la resiliencia implica vigor o fibra emocional y describe a aquellos individuos que demuestran ser valientes y que se adaptan a los infortunios que se les presentan a lo largo de sus vidas (como se citó en Shae & Nagesh, 2019).	Se evalúa en base a la escala de resiliencia de Wagnild y Young, en base a las dimensiones: satisfacción personal, ecuanimidad, sentirse bien solo, confianza en sí mismo y perseverancia.	Satisfacción personal Ecuanimidad Sentirse bien solo Confianza en sí mismo Perseverancia	Satisfacción con la vida Aceptación Actitud frente a las situaciones Amigo de sí mismo Independencia Análisis de una situación Confianza en sí mismo Manejo de las situaciones Realización de los planes Interés por las cosas	Ordinal	Bajo (25-75 puntos), Regular (76-126 puntos), Alto (127-175 puntos)
Estilos de afrontamiento del estrés	Grupo de acciones mentales y emocionales que emergen como respuesta a una inquietud específica. Ellas simbolizan un esfuerzo por recuperar el balance o disminuir la	Se evalúa mediante la escala de afrontamiento para adolescentes elaborada por Frydenberg y Lewis en base a las 18 estrategias:	Resolver el problema	Concentrarse en resolver problemas Esforzarse en tener éxito Invertir en amigos íntimos Fijarse en lo positivo Buscar diversiones relajantes Distracción física	Categoría	Estrategia no utilizada (20-29) Se utiliza raras veces (30-49)

V. METODOLOGÍA

1. Diseño del estudio

El enfoque del presente estudio fue cuantitativo, el mismo que, es definido por Hernandez et al. (2014) como aquel que caracteriza a los estudios que tienen carácter secuencial y probatorio, de esa manera, la investigación parte de la observación de un determinado fenómeno, a partir de lo cual se plantea una problemática y una hipótesis de investigación, continuando con un proceso que incluye el uso del análisis estadístico, lo cual determina la aceptación o no de la hipótesis establecida, y finalmente el establecimiento de conclusiones (p. 4).

De esta manera, la investigación que se presenta a continuación adopta un enfoque cuantitativo y se basa en una problemática que ha sido identificada en una institución educativa pública situada en la localidad de Ñaña, en el distrito de Lurigancho, Chosica. Esta problemática gira en torno a las variables que son la resiliencia y los diferentes estilos de afrontamiento que se emplean frente al estrés. A partir de la identificación de esta situación, se llevaron a cabo una serie de pasos metodológicos destinados a efectuar una medición estadística utilizando el software SPSS en su versión 25, del cual el autor posee una licencia válida para su uso. Esto permitió la prueba de la hipótesis que sostiene que “existe una asociación estadísticamente significativa entre la resiliencia y los estilos de afrontamiento al estrés en el contexto de la COVID-19, específicamente en adolescentes que pertenecen a una institución educativa pública localizada en Ñaña, Lurigancho, Chosica durante el año 2022”.

La investigación es de tipo aplicada, el cual, según el planteamiento de Pimienta et al. (2012), orienta a aquellas investigaciones que tienen como fin hacer uso del conocimiento científico existente para abordar el estudio de una determinada problemática, con lo cual se logre nuevo conocimiento que sirva para ser aplicado en la resolución de dicha problemática y tener una contribución positiva en algún campo de la sociedad (p. 9). De esta manera, y siguiendo el enfoque correspondiente a esta temática, el estudio que se presenta a continuación se centró en analizar las variables relacionadas con la resiliencia, así como los diversos estilos de afrontamiento ante el estrés, con la finalidad de ofrecer una valiosa contribución para abordar y mejorar las preocupaciones que se han identificado en torno a estos aspectos en una institución educativa pública que se encuentra situada en Ñaña, en la zona de Lurigancho, Chosica. Para ello fue necesario conocer el diagnóstico de las variables e identificar los ítems que resultaban con un menor desempeño, para que, con base en ello, se establezcan recomendaciones de mejora. El estudio permitió identificar y comprender mejor las respuestas al estrés en la institución educativa. Se busca brindar recomendaciones con base en un diagnóstico de las variables, las cuales podrán ser aplicadas por las autoridades de la institución educativa en mención, para que los alumnos enfrenten situaciones similares a la pandemia de manera que se preserve o reduzca el impacto en su salud emocional.

El nivel relacional, según Palella y Martins (2012), se aplica en investigaciones que intentan establecer la asociación entre dos o más variables y sus respectivas categorías. De esta manera, al comprender el comportamiento de una de las variables, es posible inferir el comportamiento de la otra (p. 94). En

consecuencia, el presente estudio se sitúa en un nivel relacional, dado que tiene como objetivo determinar la asociación entre la resiliencia y los estilos de afrontamiento al estrés en el contexto de la COVID-19, en adolescentes de una institución educativa pública ubicada en Ñaña, Lurigancho Chosica, durante el año 2022.

Por otro lado, el diseño es no experimental y de corte transversal. Siendo el diseño no experimental definido por Díaz (2009) como aquel en el cual las investigaciones no pueden manipular, ni de la manera más mínima, ninguna de las variables en estudio, por tanto, los datos son recogidos de manera natural tal y como se presentan en su entorno (p. 121). Mientras que, los diseños de corte transversal, según Morán y Alvarado (2010), son aquellos en los que la recolección de información se realizará en un único momento determinado (p. 45). De esa manera, en esta investigación no se realizó una manipulación de ninguna de las variables resiliencia y estrategias de afrontamiento, y los datos fueron recolectados una única vez, durante el periodo agosto - diciembre 2022.

2. Población y muestra

2.1. Descripción de la población

En esta investigación, la población es la totalidad de estudiantes de un colegio público ubicado Ñaña, Lurigancho, Chosica, siendo un total de 514 alumnos de 1ro a 5to de secundaria. A continuación, se presenta el detalle sociodemográfico de la población brindado por la institución educativa.

Tabla 2

Análisis sociodemográfico los estudiantes.

Datos sociodemográficos		Cantidad
Grado que cursa	1 ero	105
	2 do	102
	3 ero	105
	4 to	105
	5 to	97
Género	Masculino	244
	Femenino	270
Total		514

Como se puede apreciar en la tabla anterior de acuerdo a los datos proporcionados por la institución educativa que 105 de los estudiantes pertenecen a primero de secundaria, 102 a segundo de secundaria, 105 a tercero, 105 a cuarto y 97 a quinto de secundaria. En cuanto al género 270 estudiantes son de género femenino y 244 son del género masculino.

2.2. Descripción de la muestra y el método de muestreo

La muestra del presente estudio estuvo conformada por 220 adolescentes de un colegio público ubicado en Ñaña, Lurigancho, Chosica. En tanto que, el muestreo que se utilizó fue uno probabilístico correspondiente al aleatorio simple, en el cual la muestra es seleccionada al azar como si fuese una lotería, es decir, todos los integrantes de la población tuvieron las mismas posibilidades de conformar la muestra. Para determinar el tamaño de la muestra, se aplicó una fórmula estadística que consideró un nivel de confianza del 95,5% y un margen de error del 5%, lo cual garantiza la representatividad de los resultados.

Tabla 3

Análisis sociodemográfico los estudiantes.

Datos sociodemográficos		Cantidad
Grado que cursa	1 ero	45
	2 do	42
	3 ero	45

	4to	45
	5to	43
Género	Masculino	97
	Femenino	123
	Total	220

$$n = \frac{Z^2 \cdot p \cdot q \cdot N}{E^2(N - 1) + Z^2 \cdot p \cdot q}$$

Donde:

n : Tamaño de la muestra

Z : Nivel de confianza

p : Probabilidad de aciertos o éxito

q : Probabilidad de desaciertos o fracaso

N : Tamaño de la población

E : Nivel de precisión para generalizar los resultados

Para la muestra se tiene los siguientes datos:

Z : 1,96

p : 0,5

q : 0,5

N : 514

E : 0,05

$$n = \frac{3.8416 * 0.25 * 514}{0.0025 * 549 + 0.9604}$$

$$n = \frac{528.22}{2.33} = 220$$

2.3. Criterios de inclusión y exclusión

Criterios de inclusión:

- i. Adolescentes que tienen la autorización de sus padres para ser parte del estudio.
- ii. Adolescentes que cumplan con las medidas de bioseguridad cuando sean aplicados los instrumentos.
- iii. Adolescentes que aceptan su participación

Criterios de exclusión:

- i. Adolescentes que no asisten el día de la encuesta.
- ii. Adolescentes que por motivos de salud no puedan llenar los cuestionarios.
- iii. Adolescentes que dejen incompletas sus respuestas en el cuestionario.

3. Instrumentos

Se usó la encuesta como una técnica para la recopilación de datos necesarios para el estudio. La técnica mencionada proporciona datos de forma ágil y accesible a través de la elaboración de interrogantes dirigidas a un grupo específico de individuos. Por lo tanto, se puede afirmar que la encuesta desempeña un papel fundamental en la investigación, ya que facilita el alcance de los objetivos establecidos para el estudio. Esto incluye la identificación de la relación entre la resiliencia y los estilos de afrontamiento ante el estrés en el contexto de la pandemia de COVID-19, centrado en adolescentes que asisten a una institución educativa pública que se encuentra en Ñaña, Lurigancho Chosica, durante el año 2022.

De igual manera, se implementó el cuestionario como instrumento fundamental para la obtención de datos, herramienta que se estructura mediante una serie de preguntas cuidadosamente formuladas para evaluar cada variable de

manera específica y precisa, lo cual permite establecer un proceso estandarizado que garantiza la obtención de datos de forma sistemática y uniforme en todos los participantes, mientras que para esta investigación en particular se seleccionaron instrumentos previamente validados y estandarizados que incluyen la Escala de Resiliencia desarrollada por Wagnild y Young, así como la Escala de Estilos de Afrontamiento para Adolescentes creada por Frydenberg y Lewis en 1993, herramientas especializadas que permiten medir con exactitud tanto los niveles de resiliencia como las diversas estrategias que los individuos implementan al enfrentarse a situaciones estresantes, aspectos que serán detallados minuciosamente en las siguientes secciones del documento.

Ficha técnica de la variable 1

Nombre del instrumento: Escala de resiliencia

Autor: Wagnild y Young

Año: 1993

Población objetivo: estudiantes

Administración: individual

Tiempo de aplicación: 15-25 minutos

Validez: medida de adecuación de Kaiser-Meyer-Olkin y el test de esfericidad de Barlett

Confiabilidad: Alpha de Cronbach

La Escala de Resiliencia diseñada por Wagnild y Young es un cuestionario que tiene como propósito evaluar la variable de resiliencia en individuos. Esta evaluación se realiza a través de la consideración de cinco dimensiones distintas, que son: la satisfacción personal, la ecuanimidad, la capacidad de sentirse a gusto en soledad, la confianza en uno mismo y la perseverancia. Para llevar a cabo este análisis, se utilizan un total de 25 ítems, los cuales ofrecen diversas alternativas de respuesta. Estas respuestas se organizan de acuerdo con una escala tipo Likert que consta de 7 puntos, donde el número 1 indica que algo ocurre nunca, mientras que el número 7 representa que algo sucede siempre.

La Escala de Resiliencia desarrollada por Wagnild y Young (1993) constituye el instrumento de medición base para esta investigación, el cual ha sido objeto de una adaptación específica para reflejar las características y circunstancias de la realidad peruana, trabajo que fue realizado por Castilla y sus colegas. De acuerdo con lo indicado en el año 2013, es importante señalar que, por otro lado, la manera en que se puede llevar a cabo la aplicación de esta metodología puede ser tanto de manera individual como de manera colectiva, y el tiempo estimado para su realización oscila entre aproximadamente 15 a 25 minutos.

En relación con las características psicométricas del instrumento a nivel nacional, los autores Castilla et al., (2013), realizaron un análisis utilizando la técnica de correlación ítem-test, empleando para ello la prueba de Pearson como metodología. En este estudio, es importante señalar que no se procedió a eliminar ningún ítem de la prueba en cuestión. Como resultado de este análisis, se encontraron correlaciones que resultaron ser estadísticamente significativas y

además, estas correlaciones superaron el valor de 0,20. De manera similar, se desarrolló un análisis de la confiabilidad a través de la consistencia interna, usando como herramienta el coeficiente Alpha de Cronbach. En este análisis, todas las cifras obtenidas demostraron ser significativas, variando en un rango que abarca desde 0.900 hasta 0.907. En cuanto a la escala completa, el valor obtenido fue exactamente 0.906. Por otro lado, se respalda aún más la notable confiabilidad del instrumento por medio del coeficiente de mitades de Spearman-Brown, que presentó un valor de $r=0.848$.

Finalmente, con el objetivo de determinar la viabilidad y efectividad del análisis factorial en el proceso de validación de constructos, se realizaron una serie de pruebas, incluyendo la prueba de adecuación de Kaiser-Meyer-Olkin (KMO) junto con el Test de Esfericidad de Bartlett. El índice KMO, que se utiliza para medir la adecuación muestral, alcanzó una notable puntuación de 0.919, lo que se considera un resultado positivo y meritorio en este contexto. Por otro lado, el Test de Bartlett, que evalúa la esfericidad de la matriz de correlación, obtuvo un valor significativo de 3483.503 con un nivel de significancia de .00. Estos resultados juntos respaldan de manera contundente la necesidad y pertinencia de continuar con el análisis factorial que se está llevando a cabo. Se llevó a cabo un análisis detallado de componentes principales, utilizando una técnica de rotación ortogonal conocida como Varimax, con el objetivo de estimar de manera precisa los diversos factores que influyen en los datos analizados.

El análisis reveló la presencia de cuatro componentes fundamentales, los cuales están asociados a valores Eigen que oscilaron entre 7.969 y 1.244, indicando

la relevancia y la variabilidad de cada uno dentro del conjunto de datos estudiados. El primer componente analizado en este estudio fue responsable de explicar una proporción significativa de la varianza, concretamente un 31.046%. Por otro lado, el segundo componente contribuyó con un 5.892% a la varianza total. Asimismo, el tercer componente mostró una participación del 5.748%, mientras que el cuarto componente aportó un 4.978% a la varianza encontrada en los datos. En su totalidad, los cuatro componentes distintos que se han analizado juntos fueron responsables de explicar un impresionante 48.493% de la varianza total observada en el estudio. La técnica de rotación Varimax fue instrumental en la organización y agrupación de los 25 ítems, logrando dividirlos de manera efectiva en cuatro factores que son independientes entre sí. El primer factor logró agrupar un total de diez elementos, mientras que el segundo factor reunió cuatro elementos. Por su parte, el tercer factor agrupó seis elementos, y finalmente, el cuarto factor también contó con cuatro elementos.

Para llevar a cabo la asignación de un determinado ítem a un factor específico dentro del análisis, se establecieron dos criterios fundamentales a seguir: en primer lugar, era necesario que la carga factorial del ítem en cuestión fuera igual o superior a 0.45, lo que indicaba una relación adecuada con el factor correspondiente. En segundo lugar, en el caso de que un ítem mostrara cargas significativas en varios factores, se tomaba la decisión de asignarlo al factor que presentara la carga más elevada, asegurando así la mejor representación del ítem dentro del modelo. La forma en que se han organizado los diferentes factores permite una interpretación más sencilla de los resultados obtenidos, evidenciando

y mostrando relaciones bien definidas entre los diversos ítems y los factores subyacentes (Castillo et al., 2013).

Se establecieron tres niveles diferentes para evaluar la resiliencia, las cuales son: un nivel bajo, un nivel regular y un nivel alto. En el lugar donde los puntajes, que fueron generados a partir de la suma de los diferentes ítems del instrumento de evaluación, se dividieron en tres partes que son proporcionales entre sí. Así que, en este contexto, el nivel considerado como bajo se asigna a las personas que obtienen una puntuación que varía entre 25 y 75 puntos. Por otro lado, el nivel que se clasifica como regular corresponde a aquellas personas que logran obtener un puntaje que se encuentra dentro del rango de 76 a 126 puntos. Finalmente, el nivel alto se refiere a aquellos individuos que alcanzan una puntuación que va desde 127 hasta 175 puntos.

Ficha técnica de la variable 2

Nombre del instrumento: Escala de Afrontamiento para Adolescentes (ACS)

Autor: Frydenberg y Lewis (1993), adaptado por Orihuela

Año: 2018

Población objetivo: estudiantes

Administración: individual

Tiempo de aplicación: 30-45 minutos

Validez: correlaciones Análisis factorial

Confiabilidad: hallado por Alfa de Cronbach.

Escala de afrontamiento para adolescentes, evalúa la manera en que el adolescente de entre 12 y 18 años afronta sus problemas, este instrumento está compuesto por dieciocho dimensiones que se evalúan en 80 preguntas en una escala tipo Likert de cinco puntos, donde A=Nunca lo hago hasta E=lo hago con mucha frecuencia. El tiempo de aplicación de este instrumento es de 30 a 45 minutos aproximadamente y puede aplicarse de manera grupal o individual.

Este instrumento fue desarrollado inicialmente por los investigadores Frydenberg y Lewis en el año 1993, bajo la denominación de Adolescent Coping Scales (ACS). Su finalidad es servir como una herramienta de evaluación diseñada específicamente para su uso en adolescentes que se encuentran en el rango de edades comprendido entre los 12 y los 18 años, y su aplicación se realiza de manera individual, permitiendo así una mejor comprensión de las estrategias de afrontamiento que utilizan los jóvenes en diferentes situaciones.

La confiabilidad del cuestionario fue medida por Alfa de Cronbach, según el cual su consistencia interna reflejó valores que oscilaban entre 0.52 a 0.84, esto es según lo identificado por (Canessa, 2002).

En cuanto a las propiedades psicométricas peruanas realizadas por Orihuela (2018) se analizó la validez de constructo mediante el análisis factorial de la adaptación, donde el 67,6% de la varianza total de la variable fue explicada por sus dimensiones, lo que significa que capturan una gran parte de la información contenida en las respuestas al cuestionario.

La escala se encuentra dividida en Tres Estilos y 18 estrategias: El primer estilo llamado Resolver el problema, está constituido por las siguientes estrategias: Concentrarse en resolver el problema (Rp), Esforzarse y tener éxito (Es), Invertir en amigos íntimos (Ai), Fijarse en lo positivo (Po), Buscar diversiones relajantes (Dr), Distracción física (Fi). El segundo estilo Referencia a otros, se encuentra conformado por las siguientes estrategias: Buscar Apoyo social (As), Acción social (So), Buscar apoyo espiritual (Ae), Buscar ayuda profesional (Ap). Y el último estilo Afrontamiento no productivo, se asocia con: Preocuparse (Pr), Buscar pertenencia (Pe), Hacerse ilusiones (Hi), Falta de atontamiento (Na), Ignorar el problema (Ip), Reducción de la tensión (Rt), Reservarlo para sí (Re) y Autoinculparse (Cu) (Canessa, 2002).

La frecuencia de uso de las estrategias de afrontamiento se clasifica de la siguiente manera: aquellas que no se utilizan en absoluto corresponden a un rango de 20 a 29. Las estrategias que se utilizan raras veces se encuentran en el intervalo de 30 a 49. Por otro lado, las que se emplean algunas veces se sitúan entre 50 y 69. En el caso de las estrategias que se utilizan a menudo, el rango es de 70 a 89. Finalmente, las estrategias que se utilizan con mucha frecuencia abarcan un porcentaje de 90 a 100 (Pereña y Seidedos, 2000)

4. Métodos y procedimientos de recolección de datos

La recopilación de datos implicó el desarrollo de una serie de etapas que se detallan a continuación (i) previo permiso de la institución educativa y en cumplimiento de los protocolos de bioseguridad, en las reuniones mensuales que llevan a cabo con los padres se tomó la oportunidad para brindar información clara

y objetivos del proyecto de investigación y solicitar el permiso de los padres de familia de los alumnos para ser parte del estudio. Ello fue realizado de manera presencial donde se leyó y entregó, de manera física, el consentimiento informado para que los padres firmen. (ii) durante las horas de tutoría se brindó información clara sobre el estudio de investigación a los alumnos participantes de forma presencial. (ii) se solicitó la firma del asentimiento de todos los participantes que hayan aceptado formar parte del estudio, (iii) se brindaron las indicaciones a los estudiantes de cómo llenar o responder las encuestas (iv) se proporcionaron las encuestas para que estas sean llenadas (vi) se verificó que todas hayan sido llenadas y se excluyeron aquellas encuestas que tuvieron algún dato erróneo o vacío, (vii) se creó la base de datos en Excel para el análisis descriptivo de las variables, (ix) se trasladó la base de datos al programa estadístico SPSS para el análisis de asociación entre las variables.

5. Técnicas de análisis de datos

El análisis de los datos se realizó en tres etapas. En primer lugar, se llevó a cabo la recolección de los datos que se habían obtenido a través de la implementación de los diversos instrumentos utilizados, y posteriormente, se procedió a estructurar una base de datos cuidadosamente en el programa Microsoft Excel. En una etapa posterior del proceso, los datos recopilados fueron trasladados al programa de análisis estadístico conocido como SPSS, en el cual se desarrolló la codificación de todas las variables presentes en el conjunto de datos. Finalmente, se llevó a cabo la aplicación de la prueba estadística conocida como Chi cuadrado, la cual es una herramienta esencial y fundamental en la estadística que permite

analizar y evaluar la relación o asociación que existe entre las diferentes variables que están siendo estudiadas. Esto es especialmente relevante en este caso particular, dado que una de las variables en cuestión es de tipo categórico, mientras que la otra se clasifica como ordinal. Este examen ha ofrecido la oportunidad de comparar y contrastar de manera efectiva cada una de las hipótesis que se habían planteado previamente, al mismo tiempo que ha proporcionado información extremadamente valiosa y relevante acerca de la conexión y relación existente entre las diversas variables que han sido objeto de análisis.

6. Consideraciones éticas

Una de las importantes consideraciones éticas que se deben tener en cuenta es que se garantizó la seguridad y la protección de la información de los participantes, cumpliendo así con lo establecido en la legislación vigente sobre la protección de datos personales. En virtud de que los datos proporcionados se utilizaron de manera única y exclusiva para los propósitos específicos de la investigación en este momento.

Se realizó una estricta adhesión a las recomendaciones presentadas en el informe Belmont, documento que fue desarrollado por la Comisión Nacional creada con el propósito de proteger a los individuos que participan en investigaciones biomédicas y del comportamiento, y que se publicó en el año 1976. En el presente informe, se pone un énfasis particular en la importancia de dos principios éticos esenciales que deben ser debidamente contemplados y respetados en el contexto de estos estudios.

- i. Respeto a la autonomía de cada persona, en este sentido se respetará su derecho de participar dentro del estudio o de abandonarlo en cualquier momento si así lo desean los participantes
- ii. Trato por igual a los individuos que son parte de la investigación.
- iii. Principio de beneficencia, siguiendo este principio los resultados serán brindados a la institución para que así se tomen todas las medidas correctivas y de apoyo a los estudiantes y padres de familia, además se generaran recomendaciones y sugerencias de mejora.
- iv. Se precisa que se hizo entrega de material informativo tal como el tríptico de estrategias de afronte al estrés en contexto COVID-19 dirigido a los participantes adolescentes.
- v. Se realizó un taller grupal con todos los adolescentes participantes con la temática de la resiliencia.

VI. RESULTADOS

Después de ejecutar los instrumentos destinados a la recogida de información, se procedió a efectuar el tratamiento estadístico tanto descriptivo como inferencial de los datos, contemplando los objetivos previamente enunciados. En ese sentido, se principia exponiendo los resultados relativos a los niveles de cada una de las variables: resiliencia y estilos de afrontamiento.

Para establecer la relación entre las variables incluidas en este estudio, se empleó la prueba de Chi cuadrado, una herramienta estadística ampliamente utilizada en investigaciones para analizar asociaciones entre variables categóricas. Esta prueba evalúa si existe una relación significativa entre las categorías de una variable en comparación con otra, partiendo de la frecuencia observada en cada combinación de categorías y contrastándola con la frecuencia esperada bajo la hipótesis de independencia. En esencia, permite determinar si las diferencias observadas entre las categorías son demasiado grandes para ser atribuidas al azar (Ponce y Ronquillo, 2024).

La prueba de Chi cuadrado es adecuada para variables cualitativas, en las que una o ambas pueden ser nominales (sin un orden específico) u ordinales (con un orden implícito). A partir de estos datos, la prueba calcula un valor que permite evaluar si los resultados observados se desvían significativamente de los resultados esperados. Si el valor obtenido es mayor que el valor crítico correspondiente (a un nivel de significancia establecido, como el 0.05), se rechaza la hipótesis nula, sugiriendo que hay una asociación estadísticamente significativa entre las variables analizadas. Este tipo de análisis es particularmente útil en estudios donde se quiere explorar la relación entre diferentes categorías, por ejemplo, al investigar si el nivel

educativo (una variable ordinal) está asociado a la preferencia por un tipo de producto (una variable nominal). Los hallazgos obtenidos se presentan a continuación:

Objetivo general. Determinar la asociación entre la resiliencia y los estilos de afrontamiento al estrés en contexto de la COVID-19, en adolescentes de una institución educativa pública ubicada en Ñaña- Lurigancho Chosica 2022.

En la tabla 4, se muestra la relación entre resiliencia y los tres estilos de afrontamiento. Los resultados indican que existe una asociación estadísticamente significativa entre la resiliencia y cada uno de estos estilos. El estilo "Resolver el problema" ($p = 0.000$), lo que sugiere una relación fuerte y positiva; esto implica que a medida que aumenta la resiliencia, es más probable que los individuos adopten estrategias orientadas a la resolución de problemas. Además, la relación con Referencia a otros es también significativa ($p = 0.015$), lo que sugiere que las personas resilientes también tienden a buscar apoyo social. Esto indica que, en el contexto de la pandemia, a medida que la resiliencia de los adolescentes aumenta, también lo hacen los estilos de resolución de problemas y la tendencia a buscar apoyo de otros. Por otro lado, el estilo de afrontamiento No productivo muestra una significación de $p = .015$, que también indica una asociación significativa, aunque menos intensa. En resumen, todos los estilos de afrontamiento evaluados tienen una relación significativa con la resiliencia.

Tabla 4*Asociación entre la resiliencia y los estilos de afrontamiento al estrés*

Chi cuadrado	Resiliencia	Estilos de afrontamiento		
		Resolver el problema	Referencia a otros	No productivo
	Coefficiente	3708,18	2565,72	2743,40
	Sig. Resiliencia (bilateral)	.000	.000	.015
	N	220	220	220

Objetivo específico 1. Identificar la asociación entre la dimensión satisfacción personal con los estilos de afrontamiento al estrés en contexto de la COVID-19, en adolescentes de una institución educativa pública ubicada en Ñaña-Lurigancho Chosica 2022.

En la tabla 5 se observa que el estilo de afrontamiento No productivo presenta una significación de $p = .000$, lo que sugiere una relación estadísticamente significativa con la satisfacción personal. Esto puede como una indicación de que los adolescentes que tienen una falta de habilidades para enfrentar adecuadamente el estrés puede contribuir a sentimientos de frustración y desánimo, afectando negativamente su percepción de bienestar. Por otro lado, los estilos Resolver el problema y Referencia a otros presentan significaciones de $p = .158$ y $p = .261$, respectivamente, indicando que no hay asociaciones significativas con la satisfacción personal.

Tabla 5

Asociación entre la dimensión satisfacción personal y los estilos de afrontamiento al estrés

Chi cuadrado	Resiliencia		Estilos de afrontamiento		
			Resolver el problema	Referencia a otros	No productivo
	Coeficiente		993,71	668,62	914,65
	Satisfacción personal	Sig. (bilateral)	.158	.261	.000
		N	220	220	220

Objetivo específico 2. Identificar la asociación entre la dimensión ecuanimidad con los estilos de afrontamiento al estrés en contexto de la COVID-19, en adolescentes de una institución educativa pública ubicada en Ñaña-Lurigancho Chosica 2022.

En la tabla 6, se observa que el estilo de afrontamiento No productivo muestra una significación de $p=.002$, indicando una relación estadísticamente significativa con la ecuanimidad. En cuanto, al estilo de afrontamiento Referencia a otros también presenta una significación de $p=.000$, lo que indica que existe una asociación significativa con la ecuanimidad. Estos resultados indican que aquellos estudiantes que recurren a mecanismos poco efectivos como el distanciamiento social o la evasión de dificultades, podrían experimentar mayor complejidad para conservar la estabilidad emocional y perspectiva objetiva frente a situaciones desafiantes, lo cual repercute negativamente en su capacidad de mantener el equilibrio. Por otro lado, aquellos que utilizan estilos de afrontamiento más adaptativos, como buscar apoyo social, tienden a experimentar una mayor capacidad para mantener la ecuanimidad. Sin embargo, el estilo "Resolver el

problema" muestra una significación de $p = .766$, lo que indica que no hay una asociación significativa entre ecuanimidad y el estilo Resolver el problema. Esto sugiere que, a pesar de que el afrontamiento centrado en la solución se considera una estrategia adaptativa, en este grupo específico de adolescentes no se correlaciona directamente con su capacidad para mantener la ecuanimidad.

Tabla 6

Asociación entre la dimensión ecuanimidad y los estilos de afrontamiento al estrés

Chi cuadrado	Resiliencia	Estilos de afrontamiento		
		Resolver el problema	Referencia a otros	No productivo
	Coefficiente	918,11	770,10	836,17
	Sig. (bilateral)	.766	.000	.002
	N	220	220	220

Objetivo específico 3. Identificar la asociación entre la dimensión sentirse bien solo con los estilos de afrontamiento al estrés en contexto de la COVID-19, en adolescentes de una institución educativa pública ubicada en Ñaña- Lurigancho Chosica 2022.

En la tabla 7, se observa que el sentirse bien solo presenta una significación estadística de $p = .017$ al relacionarse con el estilo de afrontamiento Resolver el problema. Este resultado indica una asociación significativa, sugiriendo que los adolescentes que se sienten cómodos y satisfechos en soledad tienden a utilizar estrategias de resolución de problemas de manera más efectiva. Por el contrario, no

se halló una relación significativa con los estilos de afrontamiento Referencia a otros y No productivo, cuyos valores de significación son $p=.378$ y $p=.618$, respectivamente. Esto implica que, en el caso de estos estilos, la capacidad de los adolescentes para sentirse bien solos no está asociada de manera clara con la utilización de estrategias de afrontamiento menos eficaces, como buscar apoyo externo o adoptar un enfoque no productivo ante el estrés. Esto sugiere que los adolescentes que no se sienten a gusto en soledad pueden depender más de las referencias externas o involucrarse en comportamientos de afrontamiento que no conducen a una solución efectiva, lo que puede reflejar una menor resiliencia ante las dificultades.

Tabla 7

Asociación entre la dimensión sentirse bien solo y los estilos de afrontamiento al estrés

Chi cuadrado	Resiliencia	Estilos de afrontamiento		
		Resolver el problema	Referencia a otros	No productivo
	Coeficiente	834,58	519,28	559,28
	Sig. (bilateral)	.017	.378	.618
	N	220	220	220

Objetivo específico 4. Identificar la asociación entre la dimensión confianza en sí mismo con los estilos de afrontamiento al estrés en contexto de la COVID-19, en adolescentes de una institución educativa pública ubicada en Ñaña-Lurigancho Chosica 2022.

En la tabla 8, se visualiza que la confianza en sí mismo muestra una significación estadística de $p=.000$ al relacionarse con el estilo de afrontamiento

Resolver el problema, sugiriendo que los adolescentes con altos niveles de confianza en sí mismos tienden a abordar los problemas de manera más activa y eficiente. Por otro lado, los estilos de afrontamiento Referencia a otros y No productivo no presentan una asociación significativa con Confianza en sí mismo, dado que sus valores de significación son $p=.781$ y $p=.156$, respectivamente. Esto podría implicar que aquellos adolescentes que carecen de confianza en sí mismos pueden sentirse menos inclinados a buscar apoyo o a involucrarse en enfoques proactivos para resolver problemas, lo que podría conducir a una menor resiliencia ante situaciones estresantes.

Tabla 8

Asociación entre la dimensión confianza en sí mismo y los estilos de afrontamiento al estrés

Chi cuadrado	Resiliencia		Estilos de afrontamiento		
	Confianza en si mismo	Coefficiente Sig. (bilateral) N	Resolver el problema	Referencia a otros	No productivo
			1738,79	951,33	1149,55
			.000	.781	.156
			220	220	220

Objetivo específico 5. Identificar la asociación entre la dimensión perseverancia con los estilos de afrontamiento al estrés en contexto de la COVID-19, en adolescentes de una institución educativa pública ubicada en Ñaña-Lurigancho Chosica 2022.

En la tabla 9, se aprecia que la perseverancia se asocia significativamente con el estilo de afrontamiento Resolver el problema con un $p= .000$. Este hallazgo sugiere que los adolescentes que muestran altos niveles de perseverancia tienden a

emplear estrategias de afrontamiento centradas en la solución de problemas, lo que puede reflejar una capacidad para enfrentar los desafíos de manera proactiva y efectiva, especialmente en el contexto de la COVID-19. Por otro lado, la relación entre Perseverancia y el estilo de afrontamiento Referencia a otros muestra un valor de $p = .089$, sugiriendo que no hay una asociación entre estas dos variables. Finalmente, el estilo de afrontamiento No productivo presenta un valor de $p = .140$, lo que también indica que no hay evidencia suficiente para afirmar una asociación significativa con la perseverancia. Estos resultados pueden interpretarse como que la perseverancia está más asociada a enfoques proactivos y constructivos en la gestión del estrés, mientras que la búsqueda de referencias externas o la adopción de estilos de afrontamiento no productivos pueden no estar conectados de la misma manera por la perseverancia en este grupo de adolescentes.

Tabla 9

Asociación entre la dimensión perseverancia y los estilos de afrontamiento al estrés

Chi cuadrado	Resiliencia	Estilos de afrontamiento		
		Resolver el problema	Referencia a otros	No productivo
	Coefficiente	1572,09	941,14	1036,15
	Sig. (bilateral)	.000	.089	.140
	N	220	220	220

VII. DISCUSIÓN

Conforme con el objetivo general, se ha encontrado una asociación significativa entre la resiliencia y los tres estilos de afrontamiento frente al estrés, observando que la capacidad de los adolescentes para adaptarse y recuperarse de situaciones adversas, como una pandemia, está estrechamente relacionada con la forma en que enfrentan y manejan el estrés. Se observó que los niveles de resiliencia en la mayoría de adolescentes fue bajo, mientras que, los factores de afrontamiento más utilizados fueron preocuparse y la distracción física. Estas formas de enfrentarse al estrés pueden no ser las más efectivas, ya que la preocupación a menudo incrementa la ansiedad y no resuelve los problemas subyacentes, mientras que la distracción física si se utiliza como el principal mecanismo para enfrentar situaciones adversas, puede evitar que los adolescentes aborden los problemas, esta elección de estrategias podría estar vinculada a una capacidad limitada para adaptarse y recuperarse de las dificultades. Estos resultados son consistentes con los hallazgos de Chuquillanqui y Villanes (2020), quienes encontraron una asociación entre la resiliencia y los estilos de afrontamiento del estrés orientados al problema y a la emoción en estudiantes de trabajo social de una universidad estatal de Huancayo. En su estudio, los estudiantes resilientes fueron capaces de generar estrategias para afrontar el problema y manejar sus emociones, lo que sugiere que la resiliencia es un componente importante del afrontamiento efectivo del estrés.

En este sentido, las teorías de la resiliencia proporcionan un marco conceptual para entender cómo ciertos adolescentes pueden desarrollar habilidades

para afrontar situaciones estresantes y superar las consecuencias negativas de la exposición al riesgo. Las variables contextuales, sociales e individuales positivas que se interponen o interfieren en la trayectoria del desarrollo desde el riesgo hasta los problemas de salud son los componentes promotores que ayudan a los adolescentes a superar las adversidades (Zimmerman, 2013).

Conforme con el primer objetivo específico, se evidenció que, estilo de afrontamiento No productivo está relacionado de manera significativa con la satisfacción personal. Esto sugiere que los adolescentes que carecen de habilidades adecuadas para enfrentar el estrés tienden a experimentar sentimientos de frustración y desánimo. Por otro lado, los estilos de afrontamiento Resolver el problema y Referencia a otros no presentan asociaciones significativas con la satisfacción personal. Esto contrasta con los hallazgos de Morales y Tovar (2016), quienes encontraron que la capacidad para centrarse en resolver problemas estaba asociada positivamente con la satisfacción en mujeres adolescentes. La falta de asociación en el contexto actual puede reflejar las particularidades de la pandemia de COVID-19, donde el estrés y las emociones negativas pueden haber interferido en la eficacia de estas estrategias de afrontamiento, limitando su impacto en la satisfacción personal. Con lo mencionado se sugiere que la satisfacción personal es un factor importante en el desarrollo de la resiliencia y los estilos de afrontamiento al estrés en los adolescentes. La capacidad de los adolescentes para adaptarse al entorno y modificar sus estrategias de afrontamiento según las demandas del mismo parece estar influenciada por su nivel de satisfacción personal. En este sentido, la satisfacción personal puede ser una herramienta útil para mejorar la capacidad de

los adolescentes para hacer frente a situaciones estresantes, especialmente durante períodos de crisis como la pandemia anterior de COVID-19.

De acuerdo con el segundo objetivo específico, se evidencia que el estilo de afrontamiento No productivo se relaciona significativamente con la ecuanimidad, indicando que los adolescentes que utilizan estrategias ineficaces, como la evitación o el aislamiento, tienen más dificultades para mantener la calma en situaciones de estrés. Por otro lado, el estilo referencia a otros, muestra una asociación significativa, sugiriendo que quienes buscan apoyo social tienden a mantener mejor la ecuanimidad. Esto es parecido a lo evidenciado por Sahin y Hepsogutlu (2018) encontraron que una mayor resiliencia facilita el desarrollo de estrategias positivas para manejar el estrés. Esto sugiere que adolescentes que emplean un estilo de afrontamiento Referencia a otros podrían estar mostrando resiliencia al buscar apoyo, lo que a su vez se traduce en una mayor capacidad para mantener la ecuanimidad.

En cuanto a la definición de ecuanimidad, presentada en el tercer fragmento, se puede observar que está relacionada con la capacidad de tomar los sucesos de manera tranquila y moderar las actitudes ante situaciones adversas (Moe et al., 2013). Esta habilidad puede ser útil para hacer frente al estrés generado por situaciones difíciles, como la pandemia pasada de COVID-19. En conjunto, los resultados presentados sugieren que tanto la ecuanimidad como la resiliencia pueden estar relacionadas con los estilos de afrontamiento al estrés. Esto implica que el desarrollo de estas habilidades puede ser beneficioso para hacer frente a situaciones difíciles y estresantes, como la pandemia anterior de COVID-19.

Además, estos resultados resaltan la importancia de considerar diferentes factores que pueden influir en la capacidad de los individuos para hacer frente al estrés, como las situaciones de discapacidad en los hijos en el caso de las madres, y la personalidad en el caso de la ecuanimidad.

Conforme con el tercer objetivo específico, se indica una relación entre sentirse bien en soledad y el estilo de afrontamiento Resolver el problema, indicando que los adolescentes que se sienten cómodos en su propia compañía tienden a utilizar estrategias de resolución de problemas de manera más efectiva. En cambio, no se encontró una relación significativa con los estilos de afrontamiento Referencia a otros y No productivo. Esto sugiere que los adolescentes que no se sienten a gusto en soledad pueden depender más de apoyos externos o adoptar enfoques de afrontamiento ineficaces, lo que podría reflejar una menor resiliencia ante situaciones difíciles. Estos hallazgos están en línea con los resultados obtenidos por Sahin & Hepsogutlu (2018) quienes encontraron que la resiliencia está correlacionada positivamente con estrategias de afrontamiento adaptativas, como la búsqueda de apoyo social y la concentración en la resolución de problemas. Esto implica que aquellos que desarrollan resiliencia tienden a enfrentar los desafíos de manera más efectiva, sugiriendo que el sentirse a gusto en soledad podría estar relacionado con una mayor resiliencia y habilidades de afrontamiento.

En conjunto, estos resultados sugieren que sentirse bien solo como característica de la resiliencia y los estilos de afrontamiento efectivos están relacionados y que los adolescentes resilientes son capaces de adaptarse y enfrentar

los desafíos de la vida de manera efectiva. Además, el sentimiento de bienestar solo proporciona significado a la libertad y la importancia de la singularidad, lo que permite a los adolescentes desarrollar una asociación positiva consigo mismos y, en última instancia, fomentar su resiliencia (Moe et al., 2013).

De acuerdo con el cuarto objetivo específico, se revela que la confianza en sí mismo está significativamente relacionada con el estilo de afrontamiento orientado a resolver problemas, lo que sugiere que los adolescentes con altos niveles de confianza tienden a abordar los desafíos de manera activa y eficiente. En contraste, no se observa una asociación significativa entre la confianza en sí mismo y los estilos de afrontamiento que implican Referencia a otros y No productivo. Esto sugiere que los adolescentes con baja confianza pueden ser menos propensos a buscar apoyo o adoptar enfoques proactivos para enfrentar problemas, lo que podría afectar su resiliencia ante situaciones estresantes. Estos resultados son coherentes con lo encontrado por Denovan & Macaskill (2016), quienes hallaron una correlación significativa entre la resiliencia y el uso de estrategias de afrontamiento positivas, lo que sugiere que los adolescentes resilientes son más capaces de manejar el estrés de manera efectiva. Los resultados obtenidos son consistentes con la literatura existente que sugiere que la confianza en sí mismo se relaciona positivamente con el afrontamiento del estrés, es decir, la comprensión de sus propias capacidades y defectos, es decir, sus fortalezas y debilidades permitirán anticiparse generar mayor confianza frente a diferentes problemas (Moe et al., 2013).

En conclusión, los resultados presentados en la discusión sugieren que la confianza en sí mismo y la resiliencia son factores importantes para el afrontamiento efectivo del estrés. Estos resultados muestran relevancia dado el anterior contexto de pandemia pasada COVID-19, donde los estudiantes pueden estar enfrentando desafíos emocionales y académicos significativos. Por lo tanto, es importante considerar estas variables al desarrollar intervenciones para mejorar el afrontamiento del estrés en los estudiantes.

De acuerdo con el quinto objetivo específico, se sugiere que los adolescentes con altos niveles de perseverancia tienden a utilizar enfoques proactivos y constructivos para manejar el estrés. La perseverancia se refiere a la capacidad de mantener el esfuerzo y la motivación ante los desafíos, y cuando se asocia con el estilo de afrontamiento Resolver el problema, indica estos adolescentes no solo enfrentan los obstáculos de manera activa, sino que también están dispuestos a invertir tiempo y energía en encontrar soluciones efectivas. Además, esto se vincula con el estudio de Denovan & Macaskill (2016) los cuales destacan la relación positiva entre la resiliencia y las estrategias de afrontamiento del estrés en diversos contextos educativos. Estos hallazgos sugieren que los estudiantes resilientes no solo desarrollan estrategias de afrontamiento efectivas, sino que también demuestran perseverancia al enfrentarse a situaciones adversas. La perseverancia se convierte en un recurso crítico que les permite seguir adelante, utilizando sus habilidades de afrontamiento para superar desafíos, como los derivados de la pandemia.

Estos resultados son consistentes con la literatura existente que sugiere que la perseverancia es un factor importante en el afrontamiento del estrés, dado que la persistencia o deseo para concretar objetivos permitirá generar mayor resiliencia ante problemas que puedan presentarse en el individuo (Moe et al., 2013).

En resumen, los resultados presentados sugieren que la resiliencia es un componente importante del afrontamiento efectivo del estrés en adolescentes, y que los estilos de afrontamiento orientados a resolver el problema y referencia a otros pueden ser efectivos cuando se combinan de manera adecuada. Se requiere una mayor investigación para comprender mejor cómo influyen las variables contextuales, sociales e individuales en la resiliencia y el afrontamiento del estrés en los adolescentes.

VIII. CONCLUSIONES

1. En consonancia con el objetivo general del estudio, se determinó que la resiliencia se asoció significativamente con los tres estilos de afrontamiento frente al estrés en el contexto de la pandemia de COVID-19: resolver el problema, referencia a otros y no productivo, con valores de $p = .000$, $p = .000$ y $p = .015$, respectivamente. De este modo, se viabilizó la validación de la hipótesis general. Esto quiere decir que la capacidad de sobreponerse a situaciones adversas se asocia a la capacidad orientada a resolver problemas, manteniendo una actitud optimista ya socialmente activa; así también con la capacidad de gestionar las dificultades mediante la búsqueda de ayuda de otros familiares o sociales; sin embargo también nos muestra que el estilo de afrontamiento no productivo presenta una limitada capacidad de enfrentar los problemas y abarca estrategias de evasión enfatizando así que el nivel de resiliencia es baja.
2. En torno al primer objetivo específico, se reconoció que la satisfacción personal se asoció significativamente con el estilo de afrontamiento No productivo ($p=.000$), mientras con los otros los otros dos estilos no se evidencia asociación. Por consiguiente, se procedió a validar la hipótesis específica con el estilo de afrontamiento No productivo. Explicando así que al tener dificultad de percepción de objetivos o propósitos en la vida, el adolescente va a presentar conductas de evasión para afrontar situaciones de estrés.
3. Con respecto al segundo objetivo específico, se observó que la ecuanimidad se asoció positiva y significativamente con los estilos de afrontamiento No productivo ($p=.002$) y Referencia a otros ($p=.000$), mientras que con el estilo

Resolver el problema no se halló asociación. En consecuencia, se pudo validar la hipótesis específica con el estilo de afrontamiento No productivo y Referencia a otros.

4. Alusivo al tercer objetivo específico, se halló el sentirse bien solo se asoció significativamente con el estilo de afrontamiento Resolver el problema ($p=.017$), mientras con los otros los otros dos estilos no se evidencia asociación. Por lo tanto, se procedió a validar la hipótesis específica con el estilo de afrontamiento Resolver el problema. Aquí se enfatiza la importancia del desarrollo personal, al sentirse bien asume con actitud resolutiva los problemas propios de a vida.
5. Relativo al cuarto objetivo específico, se encontró que la confianza en sí mismo se asoció positiva y significativamente con los estilos de afrontamiento Resolver el problema ($p=.000$), mientras con los otros los otros dos estilos no se halló asociación. Por ende, se prosiguió con la validación de la hipótesis específica con el estilo de afrontamiento Resolver el problema. Es decir la habilidad de confiar en sus capacidades y limitaciones constituye un elemento fundamental para enfrentar y solucionar eficazmente situaciones adversas.
6. En torno al quinto objetivo específico, se estableció que la perseverancia se asoció directa y significativamente con los estilos de afrontamiento Resolver el problema ($p=.000$), mientras con los otros los otros dos estilos no hay asociación. Por consiguiente, se logró validar la hipótesis específica con el estilo de afrontamiento Resolver el problema. Esto resalta que la facultad de mantener una actitud constante y determinada ante las adversidades influye positivamente en la forma resolutiva de afrontar problemas.

IX. RECOMENDACIONES

1. A los tutores, se recomienda fomentar la resiliencia a través de actividades extracurriculares que promuevan el trabajo en equipo y la superación de desafíos de los estudiantes. Se sugiere dedicar una tarde a la semana para participar en actividades deportivas, artísticas o de voluntariado, donde se enfatizan la colaboración, la adaptabilidad y la gestión emocional, esta participación regular en actividades fortalecerá la resiliencia y las habilidades de afrontamiento de los estudiantes.
2. Se recomienda al equipo docente y orientadores de la institución, implementar programas de tutoría centrados en el autoconocimiento y el propósito de vida. Estos programas, realizados mensualmente, deberían fomentar la introspección, la identificación de metas personales y la reflexión sobre el significado de sus vidas, contribuyendo así a fortalecer la satisfacción personal de los estudiantes, elemento crucial para potenciar estilos de afrontamiento más efectivos ante desafíos.
3. A los grupos organizados de estudiantes de la institución educativa pública en Ñaña-Lurigancho, Chosica, se recomienda fomentar la autorreflexión y celebrar los logros, grandes o pequeños, para fortalecer la confianza en sí mismos. Se sugiere dedicar al menos 15 minutos cada día al final de las clases para que reflexionen sobre sus logros y desafíos, promoviendo una cultura de reconocimiento y valoración personal, esta práctica diaria puede marcar una diferencia positiva en su autoconfianza a lo largo del tiempo.
4. A los tutores, se recomienda fomentar la perseverancia a través del establecimiento de metas alcanzables y celebrar progresos.

X. REFERENCIAS

- Aguirre, M. (2016). *Resiliencia y estrategias de afrontamiento en estudiantes del nivel secundario de una institución educativa pública de Trujillo*. Tesis de pregrado, Universidad Privada del Norte. <https://repositorio.upn.edu.pe/bitstream/handle/11537/10708/Aguirre%20V%c3%a1squez%20Mar%c3%ada%20Soledad.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Amponsah, K., Adasi, G., Mohammed, S., Ampadu, E., & Okrah, A. (2020). Stressors and coping strategies: The case of teacher education students at University of Ghana [Factores estresantes y estrategias de afrontamiento: el caso de los estudiantes de formación docente de la Universidad de Ghana]. *Cogent Education*, 7(1). <https://doi.org/10.1080/2331186X.2020.1727666>
- Allen, H., MD, FAAP., y Waterma.. (2019) Etapas de la adolescencia. American Academy of Pediatrics . Recuperado de <https://www.healthychildren.org/Spanish/ages-stages/teen/Paginas/Stages-of-Adolescence.aspx>
- Apaza, P., Cynthia, M., Seminario, R., & Santa-Cruz, J. (2020). Factores psicosociales durante el confinamiento por el Covid-19 – Perú. *Revista venezolana de Gerencia*, 25(90). <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=29063559022>
- Bernal, C. (2016). *Metodología de la investigación: Administración, Economía, Humanidades y Ciencias Sociales*. Bogotá, Colombia: 4.
- Blomgren, A., Svahn, K., Åström, E., & Rönnlund, M. (2016). Coping Strategies in Late Adolescence: Relationships to Parental Attachment and Time

Perspective. *The Journal Of Genetic Psychology*, 177(3), 85-96.
<https://doi.org/10.1080/00221325.2016.1178101>

Bolton, K., Hall, J., Blundo, R., & Lehmann, P. (2017). The Role of Resilience and Resilience Theory in Solution-Focused Practice [El papel de la resiliencia y la teoría de la resiliencia en la práctica centrada en soluciones]. *Journal of Systemic Therapies*, 36(3), 1-15. <https://doi.org/10.1521/jsyt.2017.36.3.1>

Canessa, B. (2002). Adaptación psicométrica de las Escalas de Afrontamiento para Adolescentes de Frydenberg y Lewis en un grupo de escolares de Lima metropolitana. *Persona*, 1(5), 191-233.
<https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=147118132008>

Castilla, H., Caycho, T., Shimabukuro, M., Valdivia, A., & Torres, M. (2013). Análisis exploratorio de la Escala de Resiliencia de Wagnild y Young en una muestra de adolescentes, jóvenes y adultos universitarios de Lima Metropolitana. *Rev. Psicol. Arequipa*, 4(1), 80-93.
https://www.researchgate.net/publication/312092117_Analisis_exploratorio_de_la_Escala_de_Resiliencia_de_Wagnild_y_Young_en_una_muestra_de_adolescentes_jovenes_y_adultos_universitarios_de_Lima_Metropolitana

Chuquillanqui, G., & Villanes, J. (2020). *Resiliencia y afrontamiento del estrés en estudiantes de trabajo social de una universidad estatal de Huancayo-2019*. Tesis de pregrado, Universidad Peruana de los Andes.

Comisión nacional para la protección de los sujetos humanos de investigación biomédica y del comportamiento. (1976). *Informe de Belmont*. National Institutes of Health. <http://www.conbioetica->

mexico.salud.gob.mx/descargas/pdf/normatividad/normatinternacional/10._INTL_Informe_Belmont.pdf

- Cortez, M. (2018). Estrategias de afrontamiento en estudiantes de 5to año de secundaria de una institución educativa particular. *SCIÉENDO*, 21(3), 355-362. <https://doi.org/10.17268/sciendo.2018.039>
- Craig, R. (2020). Resilience Theory and Wicked Problems [Teoría de la resiliencia y problemas perversos]. *Vanderbilt Law Review*, 73(6), 1733-1775. https://papers.ssrn.com/sol3/papers.cfm?abstract_id=3610420
- De la Fuente, J., Fernández, M., Cambil, M., Vera, M., González, M., & Artuch, R. (2017). Linear Relationship between Resilience, Learning Approaches, and Coping Strategies to Predict Achievement in Undergraduate Students [Relación lineal entre resiliencia, enfoques de aprendizaje y estrategias de afrontamiento para predecir el rendimiento]. *Front. Psychol.* <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2017.01039>
- Denovan, A., & Macaskill, A. (2016). Stress, resilience and leisure coping among university students: applying the broaden-andbuild theory [Afrontamiento del estrés, la resiliencia y el ocio entre los estudiantes universitarios: aplicando la teoría de ampliar y construir]. *Leisure Studies*, 1-14. <https://doi.org/10.1080/02614367.2016.1240220>
- Díaz, V. (2009). *Metodología de la investigación científica y bioestadística*. Santiago: Ril.
- Dillard, D. (2019). *The transactional theory of stress and coping: Predicting posttraumatic distress in telecommunicators*. [Doctoral dissertation, Walden University].

<https://scholarworks.waldenu.edu/cgi/viewcontent.cgi?article=7998&context=dissertations>

Dvorsky, M., Breaux, R., & Becker, S. (2020). Finding ordinary magic in extraordinary times: child and adolescent resilience during the COVID-19 pandemic [Encontrar la magia ordinaria en tiempos extraordinarios: resiliencia infantil y adolescente durante la pandemia de COVID-19]. *European Child & Adolescent Psychiatry*. <https://doi.org/10.1007/s00787-020-01583-8>

Fisher, J., Zhou, J., Zuleta, R., Fullerton, C., Ursano, R., & Cozza, S. (6 de agosto de 2020). Coping Strategies and Considering the Possibility of Death in Those Bereaved by Sudden and Violent Deaths: Grief Severity, Depression, and Posttraumatic Growth. *Frontiers in Psychiatry*, *11*(749), 2-10. <https://www.frontiersin.org/articles/10.3389/fpsy.2020.00749/full>

Fried, E. (2020). Theories and models: What they are, what they are for, and what they are about. *Psychological Inquiry*, *31*(4), 336-344. <https://www.tandfonline.com/doi/full/10.1080/1047840X.2020.1854011>

Hee, J., Seo, M., Lee, M., & Yoon, S. (2017). Profiles of coping strategies in resilient adolescents. *Psychological Reports*, *120*(1), 49-69. <https://journals.sagepub.com/doi/10.1177/0033294116677947>

Heffer, T., & Willoughby, T. (2017). A count of coping strategies: A longitudinal study investigating an alternative method to understanding coping and adjustment [Un recuento de estrategias de afrontamiento: un estudio longitudinal que investiga un método alternativo]. *PLoS One*, *12*(10). <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0186057>

- Hernandez, R. ; Fernandez, C. y Baptista, P. (2014). *Metodología de la investigación* (Vol. XIII). México: Mc. Graw Hill.
- Huanay, M. (2019). *Resiliencia y estilos de afrontamiento al estrés en soldados que prestan servicio militar voluntario en zona VRAEM del Ejército Peruano*. Tesis de pregrado, Universidad Continental, Huancayo. https://repositorio.continental.edu.pe/bitstream/20.500.12394/6052/2/IV_FHU_501_TE_Huanay_Yauli_2019.pdf
- Kuan, C., Chia, Y., & Hui, C. (2018). Model of coping strategies, resilience, psychological well-being, and perceived health among military personnel [Modelo de estrategias de afrontamiento, resiliencia, bienestar psicológico y salud percibida del personal militar]. *Journal of Medical Sciences*, 38(2), 73-80. <https://www.jmedscindmc.com/article.asp?issn=1011-4564;year=2018;volume=38;issue=2;spage=73;epage=80;aulast=Chen>
- León, K., Macedo, L., Robles, V., Zepeda, C., Huerta, C. y Ríos, A. (2021). Situación de salud en la adolescencia. Unidades de Apoyo para el Aprendizaje. CUAIEED/Facultad de Medicina-UNAM. https://repositorio-uapa.cuaieed.unam.mx/repositorio/moodle/pluginfile.php/2496/mod_resource/content/5/UAPA-Situacion-Salud-Adolescencia/index.html
- Malhi, G., Das, P., Bell, E., Mattingly, G., & Mannie, Z. (2019). Modelling resilience in adolescence and adversity: a novel framework to inform research and practice [Modelando la resiliencia en la adolescencia y la adversidad: un marco novedoso para informar la investigación y la práctica]. *Translational Psychiatry*, 9(316). <https://www.nature.com/articles/s41398-019-0651-y>

- Masten, A., & Motti, F. (2020). Multisystem Resilience for Children and Youth in Disaster: Reflections in the Context of COVID-19 [Resiliencia multisistémica para niños y jóvenes en situaciones de desastre: reflexiones en el contexto de COVID-19]. *Adversity and Resilience Science, 1*, 95-106. <https://link.springer.com/article/10.1007/s42844-020-00010-w>
- Ministerio de Salud. (30 de setiembre de 2021). *El 29.6% de adolescentes entre los 12 y 17 años presenta riesgo de padecer algún problema de salud mental o emocional*. <https://www.gob.pe/institucion/minsa/noticias/536664-minsa-el-29-6-de-adolescentes-entre-los-12-y-17-anos-presenta-riesgo-de-padecer-algun-problema-de-salud-mental-o-emocional>
- Moe, A., Ekker, K., & Enmarker, I. (2013). A description of resilience for Norwegian home-living chronically ill oldest older persons [Una descripción de la resiliencia de las personas mayores noruegas con enfermedades crónicas que viven en casa]. *Open Journal of Nursing, 3*(2). <https://doi.org/10.4236/ojn.2013.32033>
- Morales, S., & Tovar, S. (2016). *Resiliencia y afrontamiento en un grupo de mujeres adolescentes de primer ciclo en tres universidades de Lima Metropolitana*. Tesis de pregrado, Universidad Femenina del Sagrado Corazón. http://repositorio.unife.edu.pe/repositorio/bitstream/handle/20.500.11955/267/MORALES%20PEREZ_TOVAR%20CAYACA_2016.pdf?sequence=1&isAllowed=y
- Morán, G., & Alvarado, D. (2010). *Metodos de Investigación*. México: Pearson Educación.

- Orihuela, M. (2018). *Estilos y estrategias de afrontamiento en alumnas del 3° de secundaria en una institución educativa estatal del distrito del Rímac en el año 2018*. Tesis de pregrado, Universidad Inca Garcilazo de la Vega, Lima. http://repositorio.uigv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.11818/3062/TRAB.SUF.PROF_Marcelina%20Karina%2C%20Orihuela%20Yarma.pdf?sequence=2&isAllowed=y
- Parella, S., & Martins, F. (2012). *Metodología de la Investigación Cuantitativa*. Caracas: FEDUPEL.
- Pearman, A., Hughes, M., Smith, E., & Neupert, S. (2020). Age Differences in Risk and Resilience Factors in COVID-19-Related Stress [Diferencias de edad en los factores de riesgo y resiliencia en el estrés relacionado con COVID-19]. *Journals of Gerontology: Psychological Sciences*, 20(20), 1-7. <https://doi.org/10.1093/geronb/gbaa120>
- Pereña, J., & Seisdedos, N. (2000). *ACS Escalas de Afrontamiento para adolescentes. Adaptación Española*. TEA ediciones. <https://selcap.cl/wp-content/uploads/2019/11/ACS-Manual-Extracto.pdf>
- Pimienta, J., De la Orden, A., & Duarte, A. (2012). *Metodología de la investigación*. México: Pearson Educación.
- Psicoactiva. (2023). *Psicología del adolescente*. Recuperado de <https://psicoactiva.com>
- Ponce, H., & Ronquillo, C. (2024). *Estadística para Pruebas de Chi cuadrada con uso de JASP para quienes tienen prisa*. Universidad Autónoma de Ciudad Juárez.

https://www.researchgate.net/publication/380397974_Estadistica_para_pruebas_de_Chi_Cuadrada_con_uso_de_JASP_para_Quienes_tienen_Prisa

Quispe, M., & Aliaga, C. (2021). Resiliencia durante la pandemia por COVID-19, en adolescentes de poblaciones desatendidas de Carabayllo. *Revista Científica Cuidado y Salud Pública*, 1(2), 31-39. <https://doi.org/10.53684/csp.v1i2.21>

Ramos, G., & Yucra, G. (2019). *Resiliencia y estilos de afrontamiento al estrés en madres con hijos con discapacidad de tres asociaciones, Arequipa 2018*. Tesis de pregrado, Universidad Nacional de San Agustín. <http://repositorio.unsa.edu.pe/bitstream/handle/UNSA/8513/PSrapogv.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

Rodriguez, C. (2020). Cinco retos psicológicos de la crisis del COVID-19. *Journal of negative or positive result*, 5(6), 583-588. <https://revistas.proeditio.com/jonnpr/article/view/3662>

Rubio, A. (2021) La etapa de la adolescencia. Recuperado de <https://sepeap.org/la-etapa-de-la-adolescencia/>

Sahin, S., & Hepsogutlu, Z. (2018). Psychological Resilience and Coping Strategies of High School Students Based on Certain Variables [Resiliencia psicológica y estrategias de afrontamiento de estudiantes de secundaria basadas en ciertas variables]. *Journal of Educational Sciences Research*, 8(2), 49-64. <https://doi.org/10.22521/jesr.2018.82.2>

Scafarelli, L., & García, R. (2010). Estrategias de afrontamiento al estrés en una muestra de jóvenes universitarios uruguayos. *Ciencias Psicológicas*, 4(2), 165-175.

http://www.scielo.edu.uy/scielo.php?script=sci_abstract&pid=S1688-42212010000200004&lng=es&nrm=iso

Secretaría Nacional de la Juventud. (2021). *Informe Nacional de Juventudes 2020*.

Ministerio de Educación. <https://juventud.gob.pe/wp-content/uploads/2021/10/Informe-Nacional-de-Juventudes-2020.pdf>

Shae, C., & Nagesh, P. (2019). A theoretical review of psychological resilience:

Defining resilience and resilience research over the decades

[Consideraciones al probar modelos de resiliencia Una revisión teórica de

la resiliencia psicológica]. *AMHS*, 7(2).

[https://www.amhsjournal.org/article.asp?issn=2321-](https://www.amhsjournal.org/article.asp?issn=2321-4848;year=2019;volume=7;issue=2;spage=233;epage=239;aulast=Vella)

[4848;year=2019;volume=7;issue=2;spage=233;epage=239;aulast=Vella](https://www.amhsjournal.org/article.asp?issn=2321-4848;year=2019;volume=7;issue=2;spage=233;epage=239;aulast=Vella)

Shean, M. (2015). *Current theories relating to resilience and young people. A*

literature review. Victorian Health Promotion Foundation.

[https://evidenceforlearning.org.au/assets/Grant-Round-II-](https://evidenceforlearning.org.au/assets/Grant-Round-II-Resilience/Current-theories-relating-to-resilience-and-young-people.pdf)

[Resilience/Current-theories-relating-to-resilience-and-young-people.pdf](https://evidenceforlearning.org.au/assets/Grant-Round-II-Resilience/Current-theories-relating-to-resilience-and-young-people.pdf)

Stanisławski, K. (2019). The Coping Circumplex Model: An Integrative Model of

the Structure of Coping With Stress [. *Front. Psychol.*

<https://doi.org/10.3389/fpsyg.2019.00694>

Supo, J. (Mayo de 2018). Seminario de Investigación Para la Producción

Científica”. *Seminario Online llevado a cabo en Arequipa. Perú.*

Thakur, H., & Cohen, J. (2020). Short-Term and Long-Term Resilience Among At-

Risk Adolescents: The Role of Family and Community Settings. *Journal of*

Clinical Child & Adolescent Psychology, 1-14.

<https://doi.org/10.1080/15374416.2020.1756296>

- Uribe, A., Ramos, I., & Villamil, J. (2018). La importancia de las estrategias de afrontamiento en el bienestar psicológico en una muestra escolarizada de adolescentes. *Psicogente*, 21(40), 440-457. <https://doi.org/10.17081/psico.21.40.3082>
- Valderrama, S. (2015). *Pasos para elaborar proyectos de investigación científica : Cuantitativa, Cualitativa y Mixta* (Segunda ed.). Lima: San Marcos.
- Wu, Y., Yu, W., Wu, X., Wan, H., Wang, Y., & Lu, G. (2020). Psychological resilience and positive coping styles among Chinese undergraduate students: a cross-sectional study [Resiliencia psicológica y estilos de afrontamiento positivos entre estudiantes universitarios chinos: un estudio transversal]. *BMC Psychology*, 8(79). <https://bmcp psychology.biomedcentral.com/articles/10.1186/s40359-020-00444-y>
- Zimmerman, M. (2013). Resiliency Theory: A Strengths-Based Approach to Research and Practice for Adolescent Health [Teoría de la resiliencia: un enfoque basado en las fortalezas de la investigación y la práctica para la salud de los adolescentes]. *Health Education & Behavior*(40), 381-383. <https://doi.org/10.1177/1090198113493782>

XI. ANEXOS

Calendario de actividades

Acciones	2022 TIEMPOS											
	EN E	FE B	MA R	AB R	MA Y	JU N	JUL	AGO	SE P	OC T	NO V	DI C
Revisión bibliográfica	X											
Identificación de necesidades y problemas	X											
Diagnóstico y determinación del tema	X											
Planteamiento del problema		X										
Formulación de los objetivos		X										
Justificación		X										
Revisión bibliográfica para la determinación del Fundamento teórico			X	X								
Consolidación del fundamento teórico				X								
Redacción del proyecto				X								
Revisión del escrito final					X							

Presupuesto

ITEM	CANTIDAD(S/.)
1. Equipos y materiales: 1. Pago por concepto de Internet 2. Impresora 3. Materiales fungibles (Hojas bond, USB, lápices, etc.) 4. Adquisición de bibliografía especializada 5. Fotocopia de materiales	S/ 1 200.00
1. Viáticos 1. Transporte local: Movilidad para desplazamiento a la zona	S/ 800.00
TOTAL DE PRESUPUESTO	S/2000.00

Instrumentos
Escala de Resiliencia

Autores: Wagnilg Y Young (1993)

Edad: **Sexo:** **Centro de estudios:**.....
Grado:..... **Ciudad:**
Fecha de Evaluación:

Instrucciones: Contesta a cada una de las siguientes preguntas con una X la casilla que mejor represente la frecuencia con que actúa, de acuerdo a la siguiente escala:

Nº	Ítem	Nunca			Siempre		
1	Cuando planeo algo lo realizo						
2	Generalmente me las arreglo de una manera u otra						
3	Dependo más de mí mismo que de otras personas						
4	Es importante para mí mantenerme interesado en las cosas						
5	Puedo estar solo si tengo que hacerlo						
6	Me siento orgulloso de haber logrado cosas en mi vida						
7	Usualmente veo las cosas a largo plazo						
8	Soy amigo de mí mismo						
9	Siento que puedo manejar varias cosas al mismo tiempo						
10	Soy decidido (a)						
11	Rara vez me pregunto cuál es la finalidad de todo						
12	Tomo las cosas una por una						
13	Puedo enfrentar las dificultades porque las he experimentado						
14	Tengo autodisciplina						
15	Me mantengo interesado en las cosas						
16	Por lo general, encuentro algo en que reírme						
17	El creer en mí mismo me permite atravesar tiempos difíciles.						
18	En una emergencia soy una persona en quien se puede confiar						
19	Generalmente puedo ver una situación en varias maneras						
20	Algunas veces me obligo a hacer cosas, aunque no quiera						
21	Mi vida no tiene significado						
22	No me lamento de las cosas por las que no puedo hacer nada						
23	Cuando estoy en una situación difícil generalmente encuentro una salida						
24	Tengo la energía suficiente para hacer lo que debo hacer						
25	Acepto que hay personas a las que yo no les agrado						

Cuestionario de Estilos de Afrontamiento para Adolescentes

Edad: _____ Fecha de nacimiento: ___/___/___ Distrito:

- Tipo de familia:** Vive con los 2 padres (1)
Vive con un padre (2)
Vive con otros familiares (3)

Instrucciones

Deberás indicar, marcando la letra correspondiente, las cosas que tú sueles hacer para enfrentarte a esos problemas o dificultades. En cada afirmación debes marcar con una "X" la letra A, B, C, D o E según creas que es tu manera de reaccionar o de actuar frente a los problemas. No hay respuestas correctas o erróneas. No dediques mucho tiempo a cada frase; simplemente responde lo que crees que se ajusta mejor a tu forma de actuar.

A	Nunca lo hago
B	Lo hago raras veces
C	Lo hago algunas veces
D	Lo hago a menudo
E	Lo hago con mucha frecuencia

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

1. Hablo con otros para saber lo que ellos harían si tuviesen el mismo problema

A B C D E

N°	Ítem	A	B	C	D	E
----	------	---	---	---	---	---

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

24	Llamo a un(a) amigo(a) íntimo(a)					
25	Me preocupo por mis relaciones con los demás					
26	Espero que un milagro resuelva mis problemas					
27	Frente a los problemas, simplemente me doy por vencido(a)					
28	Intento sentirme mejor bebiendo alcohol, fumando o tomando drogas					
29	Organizo un grupo que se ocupe del problema					
30	Decido ignorar conscientemente el problema					
31	Me doy cuenta que yo mismo(a) me complico la vida frente a los problemas					
32	Evito estar con la gente					
33	Pido ayuda y consejo para que se resuelvan mis problemas					
34	Me fijo en el aspecto positivo de las cosas y trato de pensar en las cosas buenas					
35	Busco ayuda o consejo de un profesional para resolver los problemas					
36	Salgo y me divierto para olvidar mis dificultades					
37	Realizo ejercicios para mantenerme en forma y con buena salud					
38	Busco ánimo en otras personas					
39	Considero otros puntos de vista y trato de tenerlos en cuenta					
40	Trabajo intensamente (Trabajo duro)					
41	Me preocupo por lo que está pasando					
42	Empiezo, o si ya existe, mejoro la relación con mi enamorado(a)					
43	Trato de adaptarme a mis amigos					
44	Espero que el problema se resuelva por sí solo					
45	Me pongo mal (Me enfermo)					
46	Culpo a los demás de mis problemas					
47	Me reúno con otras personas para analizar el problema					

48	Saco el problema de mi mente					
49	Me siento culpable por los problemas que me ocurren					
50	Evito que otros se enteren de lo que me preocupa					
51	Leo la Biblia o un libro sagrado					
52	Trato de tener una visión positiva de la vida					
53	Pido ayuda a un profesional					
54	Me doy tiempo para hacer las cosas que me gustan					
55	Hago ejercicios para distraerme.					
56	Hablo con otras personas sobre mi problema para que me ayuden a salir de él					
57	Pienso en lo que estoy haciendo y por qué lo hago					
58	Busco tener éxito en las cosas que estoy haciendo					
59	Me preocupo por las cosas que me puedan pasar					
60	Trato de hacerme amigo(a) íntimo(a) de un chico o de una chica					
61	Trato de mejorar mi relación personal con los demás					
62	Sueño despierto que las cosas van a mejorar					
63	Cuando tengo problemas, no sé cómo enfrentarlos					
64	Ante los problemas, cambio mis cantidades de lo que como, bebo o duermo					
65	Me reúno con las personas que tienen el mismo problema que yo					
66	Cuando tengo problemas, me aísto para poder evitarlos					
67	Me considero culpable de los problemas que me afectan					
68	Ante los problemas, evito que otros sepan cómo me siento					
69	Pido a Dios que cuide de mí					
70	Me siento contento(a) de cómo van las cosas					
71	Hablo acerca del problema con personas que tengan más experiencia que yo					
72	Consigo apoyo de otros, como de mis padres o amigos, para solucionar mis problemas					

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

CONSTANCIA 512- 40 - 22

El Presidente del Comité Institucional de Ética en Investigación (CIEI) de la Universidad Peruana Cayetano Heredia hace constar que el proyecto de investigación señalado a continuación fue **APROBADO** por el Comité Institucional de Ética en Investigación, bajo la categoría de revisión **EXPEDITA**.

Título del Proyecto : **“Asociación entre la resiliencia y los estilos de afrontamiento al estrés en contexto de la Covid-19, en adolescentes de una Institución Pública de Ñaña - Lurigancho Chosica 2022.”**

Código de inscripción : **205467**

Investigadora principal : **Caballero Díaz, Delcy**

La aprobación incluyó los documentos finales descritos a continuación:


- 1. Protocolo de investigación**, versión recibida en fecha 07 de noviembre del 2022.
- 2. Consentimiento Informado (padres)**, versión 5.0 de fecha 07 de noviembre del 2022.
- 3. Asentimiento Informado (adolescentes 12 a 17 años)**, versión 5.0 de fecha 07 de noviembre del 2022

La **APROBACIÓN** considera el cumplimiento de los estándares de la Universidad, los lineamientos Científicos y éticos, el balance riesgo/beneficio, la calificación del equipo investigador y la confidencialidad de los datos, entre otros.

Cualquier enmienda, desviaciones, eventualidad deberá ser reportada de acuerdo a los plazos y normas establecidas. El investigador reportará cada seis meses el progreso del estudio y alcanzará un informe al término de éste. La aprobación tiene vigencia desde la emisión del presente documento hasta el **06 de noviembre de 2023**.

Si aplica, los trámites para su renovación deberán iniciarse por lo menos 30 días previos a su vencimiento.

Lima, 07 noviembre del 2022.



Dr. Luis Arturo Pedro Saona Ugarte
Presidente
Comité Institucional de Ética en Investigación

/CVCH