



UNIVERSIADA DEL AZUAY

FACULTAD DE FILOSOFÍA Y LETRAS Y CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN

ESCUELA DE PSICOLOGÍA CLÍNICA

**“ESTRATEGIAS DE AFRONTAMIENTO EN ADOLESCENTES DE 12 A 17  
AÑOS”**

Trabajo previo a la obtención del título de Psicólogo Clínico

**Autor:**

Santiago Alejandro Samaniego Sisalima

**Director:**

Dr. Patricio Cabrera

CUENCA-ECUADOR

2022

## **DEDICATORIA**

A mis padres Janneth y Jorge, por el esfuerzo y sacrificio que permitieron llevar acabo mis estudios.

Santiago Alejandro Samaniego Sisalima

## **AGRADECIMIENTO**

A mis hermanos por mostrarme lo peculiar que puede ser cada día.

A mis padres quien con su apoyo, confianza y perseverancia me impulsaron a buscar siempre más allá de lo que ven mis ojos.

A mis abuelas Rose e Isabel que siempre me brindaron todo su apoyo.

A mis tíos y tías de quienes aprendí que pueden existir formas innumerables de ver lo que tenemos frente a nuestros ojos.

Santiago Alejandro Samaniego Sisalima

## ÍNDICE DE CONTENIDOS

DEDICATORIA .....	I
AGRADECIMIENTO .....	II
INDICE DE CONTENIDOS .....	III
INDICE DE TABLAS .....	V
INDICE DE ANEXOS.....	VI
RESUMEN.....	1
ABSTRACT.....	2
INTRODUCCIÓN .....	3
CAPÍTULO 1 .....	5
1. Adolescencia.....	5
1.1. Características.....	6
1.1.1. Características Biológicas.....	6
1.1.1.1. Pubertad.....	6
1.1.1.2. El cerebro en la adolescencia.....	7
1.1.2. Características Psicológicas .....	8
1.1.2.1. El proceso del pensamiento .....	8
1.1.2.2. Desarrollo psicosocial.....	9
1.1.2.2.1. Aspectos psicosociales .....	9
2. Estrategias De Afrontamiento .....	10
2.1. Definición .....	10
2.2. Características de las estrategias de afrontamiento.....	11
2.3. Tipos de estrategias de afrontamiento .....	12
CAPITULO 2 .....	15
Estudios relevantes en relación a las estrategias de afrontamiento en adolescentes .....	15
CAPITULO 3 .....	17
METODOLOGIA .....	17
Objetivos de la investigación.....	19
Objetivo General .....	19
Objetivos específicos .....	19
CAPITULO 4.....	21

4. RESULTADOS.....	21
4.1. Características de la muestra.....	21
4.2. Análisis de la Escala de afrontamiento para adolescentes ACS.....	24
CAPÍTULO 5.....	40
Discusión.....	40
Conclusiones.....	42
Recomendaciones.....	44
BIBLIOGRAFÍA.....	45
ANEXOS.....	47

## ÍNDICE DE TABLAS

Tabla 1. Género de los adolescentes evaluados .....	21
Tabla 2. Edades de los adolescentes .....	22
Tabla 3. Curso en el que se encuentran los adolescentes.....	23
Tabla 4. Religión de los adolescentes .....	24
Tabla 5. Tabla de contingencia Género / Esforzarse y tener éxito.....	25
Tabla 6. Tabla de contingencia Género / Buscar apoyo espiritual.....	26
Tabla 7. Tabla de contingencia Edad / Concentrarse en resolver el problema .....	27
Tabla 8. Tabla de Contingencia Edad / Esforzase y tener éxito.....	28
Tabla 9. Tabla de contingencia Edad / Buscar apoyo espiritual .....	29
Tabla 10. Tabla de contingencia Edad / Fijarse en lo positivo .....	30
Tabla 11. Tabla de contingencia Curso / Buscar apoyo social .....	31
Tabla 12. Tabla de contingencia Curso / Centrarse en resolver problemas .....	33
Tabla 13. Tabla de contingencia Curso / Esforzarse y tener éxito.....	35
Tabla 14. Tabla de contingencia Curso / Preocuparse .....	36
Tabla 15. Tabla de contingencia Curso / Buscar apoyo espiritual.....	37
Tabla 16. Tabla de contingencia Curso / Fijarse en lo positivo.....	38
Tabla 17. Tabla de contingencia religión / Buscar apoyo espiritual .....	39

## ÍNDICE DE ANEXOS

<b>Anexo A.</b> Consentimiento informado .....	47
<b>Anexo B.</b> Ficha sociodemográfica.....	48
<b>Anexo C.</b> Escala de afrontamiento para adolescentes ACS, Digitalizada .....	50

## RESUMEN

El presente trabajo tiene el objetivo de identificar las estrategias de afrontamiento utilizadas por adolescentes de 12 a 17 años. Para ello, se trabajó con la información obtenida de 284 estudiantes en la Unidad Educativa Bernardo Valdivieso; éste estudio no experimental, descriptivo con un enfoque cuantitativo, se llevó a cabo mediante digitalizó la Escala general de afrontamiento para adolescente ACS y una ficha sociodemográfica, su respectiva calificación se realizó con el uso de la Herramienta digital Excel office; el análisis estadístico de la información se elaboró mediante el software SSPS. Se determinó que las estrategias de afrontamiento que se presentan con mayor frecuencia son 'Buscar apoyo espiritual' y 'Esforzarse y tener éxito', por lo tanto las más utilizadas. Además, entre los estudiantes de octavo, noveno y décimo se identificó la presencia de la estrategia de afrontamiento improductiva 'Preocuparse', y entre los estudiantes de 15 años destacó la estrategia 'fijarse en lo positivo'.

**Palabra clave:** Adolescencia, estrategias de afrontamiento, afrontamiento.



## ABSTRACT

The present work aims to identify the coping strategies used by adolescents from 12 to 17 years old. To this end, we worked with the information obtained from 284 students in the Bernardo Valdivieso Educational Unit; this non-experimental study, descriptive with a quantitative approach, was carried out by digitizing the General Coping Scale for adolescents ACS and a sociodemographic file, their respective qualification was carried out with the use of the Excel office digital tool; the statistical analysis of the information was elaborated using the SSPS software. It was determined that the coping strategies that are most frequently presented are 'Seek spiritual support' and 'Strive and succeed', therefore the most commonly used. In addition, among the eighth, ninth and tenth students, the presence of the unproductive coping strategy 'Worry' was identified, and among the 15-year-old students, the 'look at the positive' strategy stood out.

**Keyword:** Adolescence, coping strategies, coping.

Translated by,



Santiago Alejandro Samaniego Sisalima

## INTRODUCCIÓN

La adolescencia representa el comienzo de una serie de cambios significativos que influyen en la maduración y desarrollo de los seres humanos, ponen a prueba el repertorio de recursos que se han adquirido; en consecuencia, nos permite aprender nuevas conductas y procesos de pensamiento, que luego se verán reflejados en la capacidad que se tendrá para afrontar y resolver situaciones que representarán un desafío tanto a nivel personal, académico, intrapersonal o familiar.

Durante esta fase de refinar y desarrollar los recursos necesarios para encontrar un equilibrio, las adversidades se manifestarán de formas inimaginables e innumerables, teniendo una relevancia diferente para cada individuo. Ante la perturbación que representan dichas situaciones, independientemente de cuales puedan llegar a ser, radica la importancia de comprender cuales son estas herramientas, sus características y lo que implica en los jóvenes, permitirá acompañar y abordar de mejor manera lo que pueda presentarse durante esta etapa del desarrollo.

Por lo tanto, el presente trabajo tiene como principal objetivo identificar las estrategias utilizadas por adolescentes de 12 a 17 años de edad. Para lo cual, se estructuran cinco capítulos; en el primer capítulo, se puntualiza las nociones teóricas sobre la adolescencia, además de las implicaciones que conlleva su transición, los cambios biológicos y el desarrollo a nivel psicológico. Se hace mención a los planteamientos sobre el afrontamiento de Lazarus y Folkman, y su relación con la adolescencia.

En el segundo capítulo, se hace referencia a las investigaciones realizadas dentro del ámbito del afrontamiento por su relevancia para el desarrollo del presente estudio. Detallando sus hallazgos y los métodos utilizados que se diferencian de los usados en la investigación presentada.

En el tercer capítulo se puntualiza la metodología utilizada, se detalla las características de las herramientas utilizadas para la recolección de información necesaria, y posteriormente el procedimiento utilizado para llevar a cabo la investigación.

En el cuarto capítulo se exponen los resultados obtenidos con su respectiva tabulación, se muestran tablas donde se coteja la información de la Escala de afrontamiento para adolescentes ACS y las variables de la ficha sociodemográfica. En el capítulo cinco se realiza un análisis objetivo de los resultados obtenidos en función de los objetivos específicos planteados en la investigación.

Para finalizar se anexan los materiales utilizados para llevar a cabo la investigación.

## CAPÍTULO 1

### 1. Adolescencia.

La adolescencia representa una transición, puede ser observada desde los cambios biológicos, la maduración psicológica y la importancia del entorno. Estos, son componentes que repercuten entre sí, pero con un mismo objetivo, adaptarse a características que a futuro exigirá una vida como adulto (Moreno, 2015).

Un indicativo para esta fase del desarrollo, es el inicio de cambios en los aspectos mencionados anteriormente; la Organización Mundial de la Salud OMS plantea la adolescencia como un periodo de crecimiento acelerado, que inicia con el fin de la niñez, a los 10 años de edad y culmina a los 19 años, al iniciar la vida adulta (Ives, 2014). También, La Sociedad Americana de Salud y Medicina de la adolescencia SAHM, distingue tres fases entre los 10 y 21 años de edad: una adolescencia inicial, media y tardía; donde se va desarrollando el proceso de maduración, desde los cambios físicos e impulsividad hasta la adquisición de procesos de pensamientos y emocionales más complejos (Pedreira Massa & Álvarez, 2000).

Se debe considerar la forma como se manifestarán aspectos biológicos, psicológicos o sociales; ya que, crearán diversas condiciones que afectarán en la duración de este proceso, así como a la intensidad del mismo (Vicario, 2014).

## **1.1. Características.**

### **1.1.1. Características Biológicas.**

#### **1.1.1.1. Pubertad**

Como se menciona anterior mente con la aparición de los cambios físicos se da inicio a la adolescencia, producto del aumento de hormonas como el estrógeno y progesterona en las niñas, comienza un aumento en la velocidad de crecimiento, lo senos se desarrollan entre los ocho y trece años de edad, se ensanchan las caderas, presencia de vello. Si se distinguen cambios significativos antes de los ocho años de edad, se trataría de una pubertad precoz, por el contrario, si se presentaran luego de los trece años se hablaría de una pubertad tardía. En los varones se considera que se presenta dos años después que en las mujeres, de ahí que se perciban más maduras físicamente que los varones. En ellos, al aumentar la testosterona, comienza el desarrollo testicular entre los nueve y catorce años de edad, ensanchamiento de los hombros, cambios en la voz, la presencia de la vello. Aquí también se considera que si se perciben cambios propios de la pubertad antes de los nueve años se habla de una pubertad precoz y si aparecen luego de los catorce años de una pubertad tardía (Hidalgo, González, & Vicario, 2017).

La presencia anticipada o posterior de los caracteres sexuales secundarios como los que se mencionó anteriormente, pueden llegar a suceder porque las condiciones en las que los adolescentes se desarrollan los favorece para ello, factores como la alimentación, el clima, el entorno demográfico en general. Al darse cuenta que difieren en comparación con su grupo de pares, afecta en el desarrollo de la autoestima, la percepción que se tiene de sí mismos; mostrando inconformidad e inseguridad, dificultando la adaptación adecuada a esta nueva etapa que en algunos de los casos se

solventará con el tiempo, y en otros se producirá una fijación o estancamiento con respecto a estos pensamientos negativos (Hidalgo, González, & Vicario, 2017).

### **1.1.1.2. El cerebro en la adolescencia**

Es importante tener en cuenta la maduración del cerebro durante este periodo del desarrollo, por ejemplo, el lóbulo pre frontal; a pesar de estar formado físicamente, su circuito interno, mielinización, dependerá de la edad del individuo y de las experiencias adquiridas, de esta forma se contribuye a desarrollar habilidades cognitivas como la planificación, autorregulación, responsabilidad, empatía. El neurocientífico Jay Guiedd plantea que este proceso finalizará entre los 25 y 30 años de edad, por esta razón, es observable la dificultad en desempeñar estas facultades, sobre todo al inicio de la adolescencia, conforme se va creciendo, también aumenta la capacidad para dichas facultades (Ostrosky & Gutiérrez, 2011).

Ahora bien, las técnicas que permiten estudiar la anatomía del cerebro como la Encefalografía, han facilitado conocer la presencia de una baja producción de adrenalina durante el comienzo de la adolescencia, reflejándose en la búsqueda de sensaciones más estimulantes con la finalidad de suplir el déficit dopaminérgico. Además, la actividad de la amígdala será menor, esto implicara un fallo en la valoración adecuada de riesgos y consecuencias negativas de una conducta o ante situaciones riesgosas (Oliva Delgado, 2007).

La vía meso límbica, desde el área tegmental ventral, el núcleo accumbens hasta la corteza orbito frontal, se encuentran conectadas por neuronas dopaminérgicas, la dopamina es el principal neurotransmisor en el aprendizaje de conductas evitativas. Al momento de experimentar sucesos de recompensa como la comida, el sexo, drogas, se libera dopamina en estas áreas, produciendo una mayor sensación de placer, lo que

motivara al sujeto a buscar repetir la experiencia. Con la entrada a la adolescencia estas estructuras cerebrales se verán alteradas por las hormonas propias de la pubertad, esteroides gonadales, incrementando su sensibilidad (Reina & Farley, 2007).

## **1.1.2. Características Psicológicas**

### **1.1.2.1. El proceso del pensamiento**

Las facultades para afrontar también se ve influenciada por la maduración cognitiva del individuo, Jean Piaget plantea como un organismo se adapta a su ambiente mediante la interacción con el mismo, proponiendo así, que se atraviesa por cuatro estadios: el primero, sensorio motriz que va desde el nacimiento hasta la aparición del lenguaje articulado en donde el individuo explora por ensayo y error su entorno; luego, un pre operacional aproximadamente desde los 2 a 6 años edad, mejorará su lenguaje y la capacidad para crear imagen mentales de la realidad; posteriormente, operaciones concretas a partir de los 7 a los 12 años, se desarrolla el uso de la lógicas, lo aprendido se estructura de forma compleja permitiendo discernir entre los hechos y la realidad; por último, el de operaciones formales que abarca desde los 12 hasta la adultez, es en esta fase donde se desarrollará la facultad para solventar una variedad de posibles problemas, pensando con predicciones e interpretaciones, intentando responder ante ellos de una manera más sistemática y organizada (Mounoud, 2001).

La habilidad para percibir, valorar y expresar emociones, favorecerá a la posibilidad de una buena autoestima permitiendo un óptimo funcionamiento, clave para el afrontamiento adaptativo al estrés. La forma como pensamos, actuamos y aprendemos es planteada por el psicólogo Howard Gardner como el potencial para procesar la información generada en un entorno sociocultural, permitiendo resolver problemas. Propone ocho inteligencias: una inteligencia lingüística, trata de la capacidad para la

lectura, hablar con fluidez y jugar con las palabras; inteligencia lógica, capacidad para cuantificar, analizar y sintetizar; inteligencia espacial, capacidad para las habilidades artísticas; inteligencia musical, es la habilidad de expresarse a través de la música; inteligencia corporal, es una capacidad atlética que permite unir los esfuerzos de cuerpo y mente para lograr un objetivo; inteligencia naturalista, capacidad para conocer y reconocer todo lo relacionado con la naturaleza; inteligencia interpersonal, que facilita facultades como la empatía, sensibilidad; inteligencia interpersonal, ayuda a la introspección, conocer sus sentimientos e ideas, plantearse metas (Fernández & Giménez, 2010). De esta manera se puede entender que la forma de relacionarse con el entorno o los diferentes sucesos que puedan presentarse e incluso la manera como se percibe uno mismo, será distinta de acuerdo a las capacidades de cada individuo.

### **1.1.2.2. Desarrollo psicosocial**

Hasta los 12 años de edad gracias a la forma de involucrarse el individuo con su contexto socio cultural, ha aprendido a manejar herramientas culturales mientras se compara con sus iguales, a partir de ahí se enfrentará a lo que Erikson denominó como Identidad frente a confusión de roles, durará hasta los veinte años de edad aproximadamente, el adolescente prestará mayor interés a los cambios de esta etapa, aumentando el interés por la apariencia y el interés sexual, así como la forma de actuar de los demás, la confianza acumulada que le da uniformidad y continuidad interna propia favoreciendo al desarrollo del Yo, ofreciendo con ella un significado para los demás, se vuelve cada vez más independiente y se va distanciando de los padres pasando más tiempo con amigos, incrementa su preocupación en el futuro, en base a sus experiencias se construirá su personalidad, invadido de dudas y confusión sobre quién es y cómo se reconoce (Bordignon, 2005).

#### **1.1.2.2.1. Aspectos psicosociales**



Es importante enfatizar la situación en la que se desarrolla un individuo para presentarse una conducta, esta, será diferente en cada suceso por el hecho de que ante una situación anterior tal comportamiento tuvo éxito, como se mencionó al comienzo del presente trabajo, los factores a nivel biológico, psicológico y social repercuten entre sí, permitiendo una infinita posibilidad de condiciones que afectan al ritmo de maduración de cada adolescente, por lo que no se puede considerar a los adolescentes como un grupo homogéneo.

El psicólogo Lev Vygotsky explica los patrones del pensamiento como producto de las estructuras culturales y los sucesos sociales, por lo que propone que el conocimiento se construye mediante interacción entre compañeros y adultos. Al nacer poseemos ciertas facultades como la percepción, la atención y la memoria, posteriormente se transformarán en funciones mentales superiores mediante la interacción, estas funciones se presentarán en dos momentos, primero en un ámbito social y luego en un ámbito individual contribuyendo así al desarrollo intelectual (Corral, 2001). Por lo tanto, la percepción socio cultural que se tenga del proceso de la adolescencia influirá en la severidad del proceso mismo, así como la percepción que tendrá el adolescente que la atraviesa, contribuyendo a una aceleración o un retraso de esta etapa del desarrollo.

## **2. Estrategias De Afrontamiento**

### **2.1. Definición**

Los adolescentes se enfrentan a una gran diversidad de demandas a nivel cognitivo y emocional, desarrollando habilidades hacia un aprendizaje efectivo para autorregularse de forma continua. Los procesos cognitivos que aparecen ante una situación estresante son necesarios para su supervivencia y maduración como futuros adultos (Gaeta & Hernandez, 2009). La forma en que se manejan los pensamientos y sentimientos determina la duración del malestar significativo frente a los sentimientos

negativos, las estrategias procuran un estado de ánimo positivo, orientando a buscar la mejor manera de solventar un suceso, resguardando la integridad del individuo (Rey & Extremera, 2012).

El afrontamiento es considerado como los mecanismos automáticos e inconsciente que se generan en respuesta a las exigencias que se presenta frente a un individuo, algunas de estas acciones intentan modificar o remediar la fuente de la demanda, optando por resolver el problema, hacerse ilusiones o evitar enfrentar un suceso indicando la incapacidad para manejarlo; este esfuerzo cognitivo resulta en un conjunto de estrategias utilizadas para adaptarse (Frydenberg & Lewis, 1993).

Aunque ciertas presiones o demandas ambientales producen estrés en un número considerable de personas, las características peculiares que definen a cada ser humano, también interviene en el grado y clase de respuesta. Las personas y las culturas difieren en su sensibilidad y vulnerabilidad a ciertos tipos de acontecimientos, así como en sus interpretaciones y reacciones ante los mismos (Lazarus & Folkman, 1986).

## **2.2. Características de las estrategias de afrontamiento**

El estrés que las personas llegan a experimentar como una crisis, permite el desarrollo de recursos adaptativos, se puede pensar en cómo la calidad de vida o lo que entendemos por salud mental y física, va ligada a la forma de evaluar y afrontar el estrés en lo cotidiano de cada día, ganando la experiencia para realizarlo ante sucesos posteriores (Scafarelli, 2010).

El afrontamiento se centrará en dos propósitos para sobrellevar las situaciones adversas, se orientará o bien en las emociones que genera dicho suceso o en la resolución del conflicto, estas estrategias son acciones deliberadas que pueden llegar a aprenderse, usarse e incluso desecharse. De forma más específica el modelo de afrontamiento de Folkman y Lazarus, propone que las estrategias por las que se optará serán orientadas a reducir el malestar, ya sea buscando una mejor relación con las personas del entorno, intentar resolver el conflicto, o afrontamiento improductivo, este último hace referencia a las acciones tomadas para evitar el problema (Lazarus & Folkman, 1986).

### **2.3. Tipos de estrategias de afrontamiento**

En base a lo que se ha planteado, se puede deducir que las estrategias de afrontamiento permitirán al adolescente hacer frente o eludir las diversas situaciones que se presentarán a lo largo de su vida, permitiendo conformar un repertorio de respuestas para una buena calidad de vida. Para este trabajo de investigación, se consideró los diez y ocho tipos de estrategias planteados por Folkman y Lazarus ya que abarcan una gran cantidad de respuestas:

1. Buscar apoyo social.- consiste en las facultades para hablar con otros sobre lo que está agobiando a la persona buscando apoyo en su resolución.
2. Concentrarse en resolver el problema.- habilidades dirigidas a estudiar de forma sistemática un problema y analizar los diferentes puntos de vista u opciones con las que cuenta.
3. Esforzarse y tener éxito.- orientada a la ambición y dedicación para trabajar intensamente.
4. Preocuparse.- se refiere al temor por el futuro con respecto a lo que está sucediendo.
5. Invertir en amigos íntimos.- busca incrementar la interacción que se tiene con la o las personas con las que acostumbra salir.
6. Buscar pertenencia.- es la preocupación e interés por relacionarse con los demás en general y por lo que piensan.
7. Hacerse ilusiones.- se basa en la esperanza de que ocurra algo mejor.
8. Falta de afrontamiento.- se refiere a la incapacidad de la persona para hacer frente al malestar psicosomático.
9. Reducción de tensión.- búsqueda de distractores para sentirse mejor, reduciendo el estrés mediante distractores como alcohol, drogas.

10. Acción social.- dejar que otro conozcan el problema, buscando apoyo con personas que tienen el mismo problema.
11. Ignorar el problema.- rechazo consiente de lo que está sucediendo.
12. Auto inculparse.- verse como responsable de lo que sucede y agobiarse con la culpa.
13. Reservarlo para sí.- la persona huye y no permite que nadie conozcan de sus problemas.
14. Buscar apoyo espiritual.- uso de la oración o la creencia en un líder superior que se encargará del conflicto.
15. Fijarse en los positivo.- prestar mayor atención al lado agradable de los sucesos y considerarse afortunados.
16. Buscar apoyo profesional.- optar por las opiniones de una persona competente como un consejero, un maestro o un profesional.
17. Buscar diversiones relajantes.- las actividades de ocio como leer, pintar, la música, un instrumento, ver televisión.
18. Distracciones físicas.- es característico en personas que practican deporte o buscan mantenerse en forma.

## **CAPITULO 2**

### **Estudios relevantes en relación a las estrategias de afrontamiento en adolescentes**

En un artículo publicado en España, Figueroa, Contini, Lacunza, Lévin y Suedan (2005), ‘Las estrategias de afrontamiento y su relación con el nivel de bienestar psicológico. Un estudio con adolescentes de nivel socioeconómico bajo de Tucumán (Argentina)’, se investigaron la forma en que los adolescentes confrontan de manera adaptativa las demandas que se presentan en su día a día, se analizó a partir de un modelo de salud. Considerando como posibles factores de protección de la salud a las estrategias de afrontamiento. Propone un diseño de estudio comparativo y descriptivo; Utilizando una muestra incidental de 150 adolescentes entre 13 y 18 años de San Miguel de Tucumán (Argentina) y bajo nivel socioeconómico. Esta muestra fue evaluada por medio de instrumentos como: Estrategias de afrontamiento adolescente (ACS), y Escala de bienestar adolescente (BIEPS-J). Obteniendo como resultados lo siguiente: las estrategias de afrontamiento de los adolescentes en relación a un nivel de bienestar psicológico alto representan el 23% de hombres y mujeres evaluados y bajo bienestar psicológico el 45%, así como entre las estrategias de afrontamiento y el género, se determinó una tendencia de las mujeres al uso de estrategias que implican compartir el problema y la búsqueda de apoyo, por otro lado los varones prefieren buscar acciones que implique la distracción e ignorar el problema.

En la ciudad de Cuenca, Zamora (2018), en su investigación, ‘Estudio del nivel de estrés académico y estrategias de afrontamiento en estudiantes del tercer año de Bachillerato de una Unidad Educativa Particular Religiosa’, con una muestra de 128 estudiantes de bachillerato entre edades de 16 a 18 años de edad, propone un modelo Sistémico-Cognoscitivo y un diseño Inductivo, correlacionar. Mediante el Inventario SISCO de estrés académico, obtuvo como resultados que el 59.16% de los estudiantes aplican estrategias de afrontamiento ante estímulos estresores. Y donde la ‘Habilidad asertiva’ es la de mayor puntuación con un 67,78%, seguida de la ‘Búsqueda de información sobre la situación’ con un 63,38%, frente a estímulos estresores.

En Cuenca, Nieves (2018), en su estudio ‘Estrategias de afrontamiento que Utilizan adolescentes víctimas de violencia del CAI (centro de adolescentes infractores)’, presenta un trabajo transversal –descriptivo utilizando una muestra de 15 adolescentes entre 13 y 19 años de edad. Utilizando un método mixto cuantitativo-cualitativo. Evalúa mediante las herramientas escala de afrontamiento CAE y Escala de afrontamiento para adolescentes ACS, en su modalidad específica, los resultados indican que los mecanismos de afrontamiento más utilizado fueron La religión o búsqueda de apoyo espiritual, presente en el 60% de los jóvenes evaluados. Y la búsqueda de apoyo social o acción social que se encontró en el 26.66% de los jóvenes.

En Ecuador-Cuenca, Izquierdo (2017), en su investigación ‘Estrategias de afrontamiento en adolescentes oncológicos del área de pediatría en el Instituto del Cáncer SOLCA’, propone identificar estrategias de afrontamiento en pacientes de 12 a 18 años bajo tratamiento de cáncer, en el departamento de pediatría Solca-Cuenca. Los resultados obtenidos indican que el 57.1% de las estrategias de afrontamiento encontradas corresponden a ‘Buscar diversiones relajantes’ y un 71.4% ‘Fijarse en lo positivo’. El trabajo descriptivo- transversal, permite concluir el predominio del uso de estrategias de afrontamiento positivas para su enfermedad.

## **CAPITULO 3**

### **METODOLOGÍA**

La presente investigación se llevó a cabo con una población de 660 jóvenes en la Unidad Educativa Bernardo Valdivieso, pertenecientes a 22 paralelos conformados desde octavo curso hasta tercero de Bachillerato, grupo de adolescentes fue dado por la unidad educativa, de quienes se obtuvo la información de 284 estudiantes. El diseño de la investigación será no experimental, descriptivo con un enfoque metodológico cuantitativo.

Se realizara un análisis estadístico de los datos obtenidos, comparando los resultados de la Escala de afrontamiento para adolescente ACS y la ficha sociodemográfica. Para esto se utilizara el software SSPS y Herramienta digital Excel office.

Los instrumentos para la recolección de datos de esta investigación serán:

La adaptación peruana del 2002 de la Escala de afrontamiento para adolescente creado por Frydenberg y Lewis en 1993. Permite identificar las estrategias de afrontamiento más comunes utilizadas por los adolescentes. Fue digitalizada para ser enviada vía online. Consta de 80 ítems que se distribuyen en 18 escalas, cada una de las cuales refleja una respuesta de afrontamiento diferente y contiene entre 3 y 5 ítems. Su aplicación dura alrededor de 15 minutos.

Las escalas que evalúa son:



Resolver el problema: 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).

Referencia a otros: Buscar Apoyo social (As). Acción social (So).- Buscar apoyo espiritual (Ae). Buscar ayuda profesional (Ap).

Afrontamiento no productivo: Preocuparse (Pr). Buscar pertenencia (Pe). Hacerse ilusiones (Hi). Falta de afrontamiento (Na). Ignorar el problema (Ip). Reducción de la tensión (Rt). Reservarlo para sí (Re). Auto inculparse (Cu) (Frydenberg & Lewis, 1993).

Para la calificación de la escala se consideran los siguientes puntos:

- Obteniendo el puntaje total de cada escala, sumando el puntaje obtenido de cada uno de los ítems.
- Las casillas en blanco se puntura con cero.
- La puntuación total, se multiplica por el coeficiente de respuesta, ese resultado de traslada a la hoja de perfil dando como resultado el mecanismo de afrontamiento que utiliza el adolescente.

Además se pretende presentar Ficha sociodemográfica que conste de ítems como nombre, edad, sexo, curso actual. Esto nos permite obtener datos Generales para el análisis posterior de datos.

Se comenzó la investigación realizando un oficio hacia la Unidad Educativa, posterior a la aprobación se coordinó con el Departamento de consejería estudiantil la aplicación digitalmente de las herramientas necesaria para la recolección de información. La

institución facilitó que la información llegara por medio de una base de datos de grupos de la red social WhatsApp de los padres de familia.

En primer lugar se envió un consentimiento dirigido a los representantes legales, quienes al aceptar participar en la investigación, tendrían acceso automáticamente a la ficha sociodemográfica y la escala de afrontamiento ACS para ser respondidas por los adolescentes participantes; en caso de no estar de acuerdo, se les agradecería su tiempo y la recolección de información finalizaría. La digitalización de los tres documentos mencionados anteriormente se logró mediante la herramienta Google formularios.

Se reunió así, la información de los adolescentes durante un periodo de treinta días, una vez culminado el tiempo, se elaboraron tres fórmulas mediante la herramienta digital Excel office, basados en la hoja de calificación de la misma escala. Esto optimizó la preparación de los datos para su posterior análisis en el software estadístico SPSS. Finalmente esto permitió cotejar y analizar los datos obtenidos.

## **Objetivos de la investigación**

### **Objetivo General**

- Identificar estrategias de afrontamiento utilizadas por adolescentes de 12 a 17 años de la Unidad Educativa Bernardo Valdivieso.

### **Objetivos específicos**

- Definir las principales estrategias de afrontamiento empleadas por el adolescente de 12 a 17 años de la Unidad Educativa.
- Determinar características de las estrategias de afrontamiento utilizadas por los adolescentes de 12 a 17 años de la Unidad Educativa.

- Identificar diferencia en el uso de las estrategias de afrontamiento en relación con edad, genero de los adolescentes de la Unidad Educativa

## CAPITULO 4

### 4. RESULTADOS

#### 4.1. Características de la muestra.

En el presente trabajo de investigación se analizaron los datos obtenidos de 284 estudiantes de la Unidad Educativa Bernardo Valdivieso.

*Tabla 1. Género de los adolescentes evaluados*

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válidos	Masculino	133	46,8	46,8	46,8
	Femenino	151	53,2	53,2	100,0
	Total	284	100,0	100,0	

Como se puede observar en la Tabla, 133 indicaron ser de género masculino equivalente al 46,8% de los participantes y 151 de género femenino equivalente al 53,2% de los participantes de la muestra.

*Tabla 2. Edades de los adolescentes*

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válidos	12 años	45	15,8	15,8	15,8
	13 años	48	16,9	16,9	32,7
	14 años	37	13,0	13,0	45,8
	15 años	59	20,8	20,8	66,5
	16 años	41	14,4	14,4	81,0
	17 años	54	19,0	19,0	100,0
	Total	284	100,0	100,0	

Con respecto a la edad de los participantes de la muestra se obtuvo que el 15,8% de los participantes tienen una edad de 12 años, un 16,9% tienen 13 años, el 13% indicó tener 14 años, el 20% señaló tener 15 años, un 14,4% indica tener 16 años y el 19% señaló tener 17 años.

*Tabla 3. Curso en el que se encuentran los adolescentes*

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válidos	8° curso	35	12,3	12,3	12,3
	9° curso	63	22,2	22,2	34,5
	10° curso	23	8,1	8,1	42,6
	1° de Bachillerato	90	31,7	31,7	74,3
	2° de Bachillerato	27	9,5	9,5	83,8
	3° de Bachillerato	46	16,2	16,2	100,0
	Total	284	100,0	100,0	

La muestra analizada se encuentra entre el octavo curso y el tercero de bachillerato de un total de 22 paralelos. De los cuales un 12,3% representa a los estudiantes de 8° curso, un 22,2 % son estudiantes de 9° curso, el 8,1% estudiantes de 10° curso, el 31,7% pertenecen al 1° Bachillerato, un 9,5% son de 2° Bachillerato y el 16,2 son de 3° Bachillerato. Obteniendo la mayor participación de los estudiantes de 1° de Bachillerato.

*Tabla 4. Religión de los adolescentes*

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válidos	Si	165	58,1	58,1	58,1
	No	119	41,9	41,9	100,0
	Total	284	100,0	100,0	

En la muestra un total de 165 jóvenes que representan 58,1% de los adolescentes evaluados señalaron practicar alguna religión y 119 jóvenes que representan el 41,9% de los adolescentes, señalan no practicar ninguna.

#### **4.2. Análisis de la Escala de afrontamiento para adolescentes ACS.**

En relación con los objetivos planteados se cotejaron los resultados de la escala con las variables de Ficha sociodemográfica, determinando así, cuáles son las estrategias de afrontamiento presentes con más frecuencia en los adolescentes evaluados. Como se puede apreciar en tablas que se muestran a continuación.

Tabla 5. Tabla de contingencia Género / Esforzarse y tener éxito

			Esforzarse y tener éxito		Total
			No utiliza	Rara vez	
Género	Masculino	Recuento	62	71	133
		% dentro de Género	46,6%	53,4%	100,0%
	Femenino	Recuento	48	103	151
		% dentro de Género	31,8%	68,2%	100,0%
Total	Recuento		110	174	284
	% dentro de Género		38,7%	61,3%	100,0%

En esta tabla se puede observar que la estrategia de afrontamiento de ‘Esforzarse y tener éxito’ presenta con una frecuencia del 68,2% en los adolescentes que indicaron ser de género femenino y un 53,4 % en los adolescentes de género masculino.



*Tabla 6. Tabla de contingencia Género / Buscar apoyo espiritual*

		Buscar apoyo espiritual		Total	
		No utiliza	Rara vez		
Género	Masculino	Recuento	61	72	133
		% dentro de Género	45,9%	54,1%	100,0%
	Femenino	Recuento	67	84	151
		% dentro de Género	44,4%	55,6%	100,0%
Total		Recuento	128	156	284
		% dentro de Género	45,1%	54,9%	100,0%

En la Tabla se muestra que la estrategia de afrontamiento de ‘Buscar apoyo espiritual’ se presenta con una frecuencia del 55,6% en los adolescentes que indicaron ser de género femenino y un 54,1 % en los adolescentes de género masculino.

A continuación se cotejaron los resultados de la escala con la variable ‘Edad’, se obtuvieron los siguientes resultados en cada grupo de edad.

*Tabla 7. Tabla de contingencia Edad / Concentrarse en resolver el problema*

		Concentrarse en resolver el problema		Total	
		No utiliza	Rara vez		
Edad	12 años	Recuento	26	19	45
		% dentro de Edad	57,8%	42,2%	100,0%
	13 años	Recuento	30	18	48
		% dentro de Edad	62,5%	37,5%	100,0%
	14 años	Recuento	18	19	37
		% dentro de Edad	48,6%	51,4%	100,0%
	15 años	Recuento	37	22	59
		% dentro de Edad	62,7%	37,3%	100,0%
	16 años	Recuento	30	11	41
		% dentro de Edad	73,2%	26,8%	100,0%
	17 años	Recuento	39	15	54
		% dentro de Edad	72,2%	27,8%	100,0%
Total		Recuento	180	104	284
		% dentro de Edad	63,4%	36,6%	100,0%

En la Tabla que se muestra anteriormente se puede observar que la estrategia de afrontamiento ‘Concentrarse en resolver el problema’ es una de las que se presenta con mayor frecuencia, representando el 51,4% de los adolescentes de 15 años.

*Tabla 8. Tabla de Contingencia Edad / Esforzarse y tener éxito*

		Esforzarse y tener éxito		Total	
		No utiliza	Rara vez		
Edad	12 años	Recuento	13	32	45
		% dentro de Edad	28,9%	71,1%	100,0%
	13 años	Recuento	18	30	48
		% dentro de Edad	37,5%	62,5%	100,0%
	14 años	Recuento	15	22	37
		% dentro de Edad	40,5%	59,5%	100,0%
	15 años	Recuento	17	42	59
		% dentro de Edad	28,8%	71,2%	100,0%
	16 años	Recuento	19	22	41
		% dentro de Edad	46,3%	53,7%	100,0%
	17 años	Recuento	28	26	54
		% dentro de Edad	51,9%	48,1%	100,0%
Total		Recuento	110	174	284
		% dentro de Edad	38,7%	61,3%	100,0%

Con respecto a la estrategia ‘Esforzarse y tener éxito’ se puede observar en la tabla que se presenta en un 71,1% de los adolescentes de 12 años, está presente en un 62,5% de los adolescentes de 13 años, se encuentra en un 59,5% en adolescentes de 14 años, se presenta 71,2% en adolescentes de 15 años, en un 53,7% en adolescentes de 16 años, y tan solo un 48,1% de los adolescentes evaluados de 17 años.

*Tabla 9. Tabla de contingencia Edad / Buscar apoyo espiritual*

		Buscar apoyo espiritual		Total	
		No utiliza	Rara vez		
Edad	12 años	Recuento	14	31	45
		% dentro de Edad	31,1%	68,9%	100,0%
	13 años	Recuento	24	24	48
		% dentro de Edad	50,0%	50,0%	100,0%
	14 años	Recuento	12	25	37
		% dentro de Edad	32,4%	67,6%	100,0%
	15 años	Recuento	30	29	59
		% dentro de Edad	50,8%	49,2%	100,0%
	16 años	Recuento	20	21	41

	% dentro de Edad	48,8%	51,2%	100,0%
17 años	Recuento	28	26	54
	% dentro de Edad	51,9%	48,1%	100,0%
Total	Recuento	128	156	284
	% dentro de Edad	45,1%	54,9%	100,0%

En la Tabla se puede observar la estrategia ‘Buscar apoyo espiritual’ presente en un 68,9% en adolescentes de 12 años, se encuentra en un 50% en adolescentes de 13 años, en un 67,6% en adolescentes de 14 años y está presente en 51,2% de los adolescentes de 16 años. Además, se observa un 49,2% de los adolescentes de 15 años y un 48,1% presente en adolescentes de 17 años.

*Tabla 10. Tabla de contingencia Edad / Fijarse en lo positivo*

			Fijarse en lo positivo		Total
			No utiliza	Rara vez	
Edad	12 años	Recuento	19	26	45
		% dentro de Edad	42,2%	57,8%	100,0%
	13 años	Recuento	29	19	48
		% dentro de Edad	60,4%	39,6%	100,0%
	14 años	Recuento	19	18	37
		% dentro de Edad	51,4%	48,6%	100,0%
	15 años	Recuento	35	24	59
		% dentro de Edad	59,3%	40,7%	100,0%
	16 años	Recuento	27	14	41

	% dentro de Edad	65,9%	34,1%	100,0%
17 años	Recuento	31	23	54
	% dentro de Edad	57,4%	42,6%	100,0%
Total	Recuento	160	124	284
	% dentro de Edad	56,3%	43,7%	100,0%

Con respecto a los adolescentes de 12 años destacó la estrategia de afrontamiento ‘Fijarse en lo positivo’ presente en 57,8% de los evaluados. También se observa en la tabla que se presenta con una menor frecuencias de 39,6% en adolescentes de 13 años, 48,6% en adolescentes de 14 años, 40,7% en adolescentes de 15 años, 34,1% en adolescentes de 16 años y 42,6% en adolescentes de 17 años.

*Tabla 11. Tabla de contingencia Curso / Buscar apoyo social*

Curso		Buscar apoyo social		Total
		No utiliza	Rara vez	
8° curso	Recuento	17	18	35
	% dentro de Curso	48,6%	51,4%	100,0%
9° curso	Recuento	45	18	63
	% dentro de Curso	71,4%	28,6%	100,0%
10° curso	Recuento	15	8	23
	% dentro de Curso	65,2%	34,8%	100,0%
1° de Bachillerato	Recuento	71	19	90
	% dentro de Curso	78,9%	21,1%	100,0%
2° de Bachillerato	Recuento	21	6	27
	% dentro de Curso	77,8%	22,2%	100,0%

3° de Bachillerato	Recuento	37	9	46
	% dentro de Curso	80,4%	19,6%	100,0%
Total	Recuento	206	78	284
	% dentro de Curso	72,5%	27,5%	100,0%

Se puede observar en la tabla que la estrategia de afrontamiento ‘Buscar apoyo social’ se presenta con mayor frecuencia en un 51,4% de los adolescentes evaluado del 8° curso. Se presenta en menor medida en los adolescentes de 9° curso un 28,6%, un 34,8% en los adolescentes de 10° curso, un 21,1% en los estudiantes de 1° de Bachillerato, un 22,2% en jóvenes de 2° de Bachillera y un 19,6% en los adolescentes de 3° de Bachillerato.

Tabla 12. Tabla de contingencia Curso / Centrarse en resolver problemas

			Concentrarse en resolver el problema		Total
			No utiliza	Rara vez	
Curso	8° curso	Recuento	20	15	35
		% dentro de Curso	57,1%	42,9%	100,0%
	9° curso	Recuento	42	21	63
		% dentro de Curso	66,7%	33,3%	100,0%
	10° curso	Recuento	8	15	23
		% dentro de Curso	34,8%	65,2%	100,0%
1° de Bachillerato		Recuento	60	30	90
		% dentro de Curso	66,7%	33,3%	100,0%
2° de Bachillerato		Recuento	17	10	27
		% dentro de Curso	63,0%	37,0%	100,0%
3° de Bachillerato		Recuento	33	13	46
		% dentro de Curso	71,7%	28,3%	100,0%
Total		Recuento	180	104	284



Curso	%	dentro	de	63,4%	36,6%	100,0%
-------	---	--------	----	-------	-------	--------

En la Tabla 12 se puede observar la estrategia de afrontamiento ‘Concentrarse en resolver el problema’ que destaca en un 65,2% de los adolescentes de 10° curso. También se muestra presente aunque en menor medida en un 42,9% de los adolescentes de 8° curso, en un 33,3% de los adolescentes de 9° curso, en un 33,3% en estudiantes de 1° de Bachillerato, un 37% de los adolescente de 2° de bachillerato y un 28,3% de los adolescentes de 3° de Bachillerato.

A continuación se realizó una comparación entre la variable ‘Curso’ y los resultados de la escala, cumpliendo con los objetivos planteados en la investigación.

Tabla 13. Tabla de contingencia Curso / Esforzarse y tener éxito

			Esforzarse y tener éxito		Total
			No utiliza	Rara vez	
Curso	8° curso	Recuento	7	28	35
		% dentro de Curso	20,0%	80,0%	100,0%
	9° curso	Recuento	24	39	63
		% dentro de Curso	38,1%	61,9%	100,0%
	10° curso	Recuento	8	15	23
		% dentro de Curso	34,8%	65,2%	100,0%
1° de Bachillerato		Recuento	37	53	90
		% dentro de Curso	41,1%	58,9%	100,0%
2° de Bachillerato		Recuento	11	16	27
		% dentro de Curso	40,7%	59,3%	100,0%
3° de Bachillerato		Recuento	23	23	46
		% dentro de Curso	50,0%	50,0%	100,0%
Total		Recuento	110	174	284
		% dentro de Curso	38,7%	61,3%	100,0%

Con respecto a la Tabla presentada anteriormente se observa que la estrategia de afrontamiento ‘Esforzarse y tener éxito’, se presenta en un 80% de los adolescentes de 8° curso, en el 61,9% de los adolescentes de 9° curso, en un 65,2% de los estudiantes de 10° curso, en 58,9% de los adolescentes de 1° de Bachillerato, en el 59,3% de los adolescentes de 2° de Bachillerato y en un 50% de los adolescentes de 3° de Bachillerato.

*Tabla 14. Tabla de contingencia Curso / Preocuparse*

			Preocuparse		Total
			No utiliza	Rara vez	
Curso	8° curso	Recuento	21	14	35
		% dentro de Curso	60,0%	40,0%	100,0%
9° curso	9° curso	Recuento	50	13	63
		% dentro de Curso	79,4%	20,6%	100,0%
10° curso	10° curso	Recuento	11	12	23
		% dentro de Curso	47,8%	52,2%	100,0%
1° de Bachillerato	1° de Bachillerato	Recuento	54	36	90
		% dentro de Curso	60,0%	40,0%	100,0%
2° de Bachillerato	2° de Bachillerato	Recuento	17	10	27
		% dentro de Curso	63,0%	37,0%	100,0%
3° de Bachillerato	3° de Bachillerato	Recuento	28	18	46
		% dentro de Curso	60,9%	39,1%	100,0%
Total	Total	Recuento	181	103	284
		% dentro de Curso	63,7%	36,3%	100,0%

En la tabla número 14 se puede observar la estrategia de afrontamiento ‘Preocuparse’ que se presenta con mayor frecuencia en el 52,2% de los adolescentes de 10° curso. También se evidencia la presencia pero en menor medida en 40% de los adolescentes de 8° curso, un 20,6 % en los adolescentes de 9° curso, en el 40% de los adolescentes de 1° de Bachillerato, en un 20,6% de los adolescentes de 2° de Bachillerato y el 39,1% de los adolescentes de 3° de Bachillerato.

*Tabla 15. Tabla de contingencia Curso / Buscar apoyo espiritual*

			Buscar apoyo espiritual		Total
			No utiliza	Rara vez	
Curso	8° curso	Recuento	11	24	35
		% dentro de Curso	31,4%	68,6%	100,0%
	9° curso	Recuento	31	32	63
		% dentro de Curso	49,2%	50,8%	100,0%
	10° curso	Recuento	7	16	23
		% dentro de Curso	30,4%	69,6%	100,0%
1°	de Bachillerato	Recuento	44	46	90
		% dentro de Curso	48,9%	51,1%	100,0%
2°	de Bachillerato	Recuento	11	16	27
		% dentro de Curso	40,7%	59,3%	100,0%
3°	de Bachillerato	Recuento	24	22	46
		% dentro de Curso	52,2%	47,8%	100,0%
Total	Recuento		128	156	284
	% dentro de Curso		45,1%	54,9%	100,0%

En Tabla número 15 se observa la estrategia de afrontamiento ‘Buscar apoyo espiritual’ que se presenta con más frecuencias en el 68,6% de los adolescentes de 8° curso, en el 50,8 % de los adolescentes de 9° curso, en un 69,6% de los adolescentes del 10° curso, en un 51,1% de los adolescentes de 1° de Bachillerato, en un 59,3% de los adolescentes de 2° de Bachillerato y en una menor frecuencia en los adolescentes de 3° de Bachillerato en un 47,8%.

*Tabla 16. Tabla de contingencia Curso / Fijarse en lo positivo*

		Fijarse en lo positivo		Total	
		No utiliza	Rara vez		
Curso	8° curso	Recuento	13	22	35
		% dentro de Curso	37,1%	62,9%	100,0%
	9° curso	Recuento	34	29	63
		% dentro de Curso	54,0%	46,0%	100,0%
	10° curso	Recuento	13	10	23
		% dentro de Curso	56,5%	43,5%	100,0%
	1° de Bachillerato	Recuento	59	31	90
		% dentro de Curso	65,6%	34,4%	100,0%
	2° de Bachillerato	Recuento	14	13	27
		% dentro de Curso	51,9%	48,1%	100,0%
	3° de Bachillerato	Recuento	27	19	46
		% dentro de Curso	58,7%	41,3%	100,0%
Total		Recuento	160	124	284
		% dentro de Curso	56,3%	43,7%	100,0%

Se puede observar una diferencia en la tabla presentada con respecto a la estrategia de afrontamiento ‘Fijarse en lo positivo’ donde destaca en el 62,9% de los adolescentes de 8° curso. También está presente aunque en menor frecuencia en el 46% de los estudiantes de 9° curso, en 43,5% de 10° curso, en 34,4% de los jóvenes de 1° de Bachillerato, en 48,1% de jóvenes de 2° de Bachillerato y en el 42,3% de los adolescentes de 3° de Bachillerato.

También se encontró una relación directamente promocional entre los jóvenes que señalaron practicar una religión y quienes marcaron un puntaje significativo en la estrategia de afrontamiento ‘Buscar apoyo espiritual’, como se puede observar en la siguiente Tabla.

*Tabla 17. Tabla de contingencia religión / Buscar apoyo espiritual*

			Buscar apoyo espiritual		Total
			No utiliza	Rara vez	
Religión	Si	Recuento	66	99	165
		% dentro de Religión	40,0%	60,0%	100,0%
	No	Recuento	62	57	119
		% dentro de Religión	52,1%	47,9%	100,0%
Total	Recuento		128	156	284
	% dentro de Religión		45,1%	54,9%	100,0%

Se puede evidenciar un mayor porcentaje de 60% en relación a la estrategia de afrontamiento y quienes señalaron ‘Si’ practicar alguna religión, en comparación con los adolescentes que señalaron ‘No’ practicar una religión, pero la estrategia se encuentra presente en solo un 47,9% de los evaluados.

## **CAPÍTULO 5**

### **Discusión**

La presente investigación se propuso identificar las estrategias de afrontamiento utilizadas por adolescentes de 12 a 17 años de edad de la Unidad educativa Bernardo Valdivieso. En una investigación titulada ‘Estudio del nivel de estrés académico y estrategias de afrontamiento en estudiantes del tercer año de Bachillerato de una Unidad Educativa Particular religiosa’ se determinó que los estudiantes de entre 16 y 18 años de edad, un 59,16% utilizaban estrategias como ‘habilidades asertivas’ y el 67,78% ‘Búsqueda de información sobre la situación’ frente a estímulos estresores. Esto no se refleja en nuestra investigación ya que se demostró que entre los adolescentes de 12 a 17 años ante situaciones que consideren estresantes, se presenta estrategias como ‘esforzarse y tener éxito’ y ‘buscar apoyo espiritual’, algunas particularidades como entre los adolescentes de 15 años de edad destaca una estrategia ‘concentrarse en resolver ver el problema’ en equivalencia al 65,2% de los estudiantes de 10° curso. Las estrategias encontradas en el estudio mencionado se caracterizan por estar orientadas a ser de razonamiento complejo que busca resolver de forma lógica los problemas y aprender de los hechos, por otro lado, las estrategias encontradas en nuestro estudio son orientadas a la esperanza de que sucederá algo positivo algo positivo, o la creencia de un ser o entidad superior que resolverá el problema.

En un estudio de nominado ‘estrategias de afrontamiento que utilizan adolescentes víctimas de violencias del CAI (centro de adolescente infractora)’ se encontró que quince adolescentes entre 13 y 19 años optaba por estrategias relacionadas a la religión y la búsqueda de apoyo social acción social. Estos resultados se corroboran en el

trabajo presentado donde se obtuvo que la estrategia apoyo social está presente en el 51.4% de los estudiante de octavo curso de la unidad educativa, también se encontró buscar apoyo espiritual es la una de estrategia más utilizada entre los estudiantes entre el rango de edad de esta investigación.

En trabajo de investigación ‘estrategias de afrontamiento adolescentes oncológicos del área de pediatría en el instituto del cáncer SOLCA’ se demostró que entre los pacientes de 12 a 18 años un 57.1% optaba por ‘buscar diversiones relajantes’, mientras que un 71,4% se inclinaba por ‘fijarse en lo positivo’. Los resultados se difieren en el sentido que, en el trabajo presentado no se consideró una enfermedad como un factor estresor específico, pero se coincide con que, entre los estudiantes del rango de edad evaluado tienen en su repertorio ‘fijarse en lo positivo’ como estrategia presente pero no utilizada. También, se puede entender que, tanto en este estudio como en la investigación presentada las estrategias encontradas van orientadas a la esperanza de sucesos positivos.

Los hallazgos en relación al género demostraron no tener diferencias significativas en el uso estrategias encontradas, con excepción de una tendencia del 14,8% en mujeres en la estrategia ‘esforzarse y tener éxito’ ante los varones. Esto difiere con el estudio ‘Las estrategias de afrontamiento y su relación con el nivel de bienestar psicológico’ donde 150 adolescentes entre 13 y 18 años de San Miguel de Tucumán (Argentina) fueron evaluados y se determinó que los varones optan por estrategias orientadas a actividades físicas u otros medios que les permitan evadir el problemas y las mujeres mostraban una mayor tendencia a estrategias que permiten compartir y buscar apoyo respecto al problema.



## Conclusiones

- Se determinó que todos los adolescentes evaluados cuentan un repertorio básico de estrategias para hacer frente a situaciones estresantes, en su mayoría presente pero no como primera respuesta ante una situación problema que podría deberse a la falta de condiciones adecuadas para que las mismas se desarrollen.
- Las estrategias de afrontamiento que se presentan con mayor frecuencia en todos los estudiantes evaluados son las estrategias de ‘Esforzarse y tener éxito’ y ‘Buscar apoyo espiritual’.
- Se encontró que la estrategia de afrontamiento ‘Fijarse en lo positivo’ entre los jóvenes evaluados de octavo año, que se caracteriza por mostrar una actitud optimista ante las situaciones con la creencia que sucederá algo positivo. Está presente en los jóvenes, pero no es utilizada como primera respuesta ante un problema.
- El 60% de los estudiantes que señalaron practicar alguna religión, optan por el uso de la estrategia ‘Buscar apoyo espiritual’. Que puede entenderse su presencia como resultado de la educación recibida en sus núcleos familiares y entorno, facilitando el desarrollo de esta estrategia.
- Entre los adolescentes de quince años de edad se identificó como presente ‘concentrarse en resolver el problema’ como estrategia que forma parte de su repertorio. Como se planteó en la teoría durante el transcurso por esta edad se

desarrollará la facultad para solventar una variedad de posibles problemas, pensando con predicciones e interpretaciones, intentando responder ante ellos de una manera más sistemática y organizada. Por lo que va acorde la estrategia con la capacidad actual del adolescente.

- No se encontrar diferencias significativas en relación entre las estrategias de afrontamiento entre varones y mujeres. A excepción de una tendencia mayor del 14.8 % en mujeres adolescente por ‘Esforzarse y tener éxito’ en comparación con los varones.
- Solo entre los adolescentes de octavo, noveno y décimo curso, se encontró que también está presente una estrategia improductiva ‘Preocuparse’, que es una estrategia inmadura propia del estado de desarrollo en el que se encuentran los adolescentes, la misma se observa en menor porcentaje en los adolescentes de cursos superiores.
- Se identificó que entre los adolescentes de octavo año también está presente la estrategia ‘Buscar apoyo social’, que se puede relacionar con la búsqueda de pertenencia y la comparación con el grupo de pares.

## **Recomendaciones**

- Se recomienda realizar actividades donde los adolescentes puedan poner en práctica su repertorio de estrategias de afrontamiento, además de conocer otras formas de resolver sucesos, poder practicar, integrarlas o desecharlas otras opciones a sus repertorios, para garantizar un mayor bienestar.
- Realizar estudios a profundidad de las características individuales de cada uno de los adolescentes que permitan identificar la flexibilidad del repertorio de estrategias de afrontamientos, ya que ahí radica el éxito de los mismos, como puede ser en relación a su personalidad o factores estresores dentro del contexto de cada adolescente.
- Se sugiere tomar en consideración la capacidad única y diversa que cada adolescente posee para adquirir información y relacionarse con su entorno, para de esta manera facilitar el abordaje y acompañamiento ante diversas situaciones que escapan al control humano. De esta manera también se puede prevenir sucesos críticos que se presentan en el transcurso de la adolescencia.

## BIBLIOGRAFÍA



- Bordignon, N. (2005). El desarrollo psicosocial de Eric Erikson. Eldiagramaepigenetico del adulto. *Revista lasallista de investigación Vol. 2*, 50-59.
- Corral, R. (2001). El concepto de la zona de desarrollo proximo: una interpretación. *Revista cubana de Psicología*, 72-77.
- Fernández, M., & Giménez, S. (2010). La inteligencia emocional y sus principales modelos: propuestas de un modelo integrado. *Revista Digital del centro del profesorado Cuevas- Olula* , 44-50.
- Fondo de las Naciones Unidas para la infancia UNICEF. (2002). *Adolescencia una etapa fundamental*. Nueva York: UNICEF.
- Frydenberg, & Lewis. (1993). *Manual: Escala de afrontamiento para adolescentes. Adaptación peruana*. Madrid: TEA Edicions S.A.
- Gaeta, M., & Hernandez, P. (2009). Estrés y adolescencia: Estrategias de afrontamietno y autorregulacion en el contesto escolar. *Revista humanidades*, 15, 334-337.
- Hidalgo, G., González, C., & Vicario, H. (2017). Temas de revisión 7 Pubertad y adolescencia. En A. A. aapa, *Libro de ponencias VII reunión anula de la asociación asturiana de pediatría de atención primaria* (págs. 8-16). Oviedo: Asociación Asturiana de Pediatría de Atención Primaria aapa.
- Ives, L. E. (2014). La identidad del Adolescente. Como se construye. *Revista de Formación Continuada de la Sociedad Española de Medicina de la Adolescencia Volumen II* , 14-17.
- Lazarus, R., & Folkman, S. (1986). *Estrés y procesoso cognitivos*. Madrid: Matinez Roca Libros Universitarios y profecionales.
- Moreno, A. (2015). *La adolescencia*. Barcelona: Oberta UOC Publishing, SL.
- Mounoud, P. (2001). El desarrollo cognitivo del niño: desde los descubrimientos de piaget hasta las investigaciones actuales. *Contextos Educativos*, 57-65.
- Oliva Delgado, A. (2007). Desarrollo cerebral y asuncion de riesgos durante la dolescencia. *Apunte de Psicología*, 25(3), 239-254.
- Ostrosky, A. L., & Gutiérrez, F. (2011). Revista Neuropsicología, Neuropsiquiatría y Neurociencias Vol. 11. *Revista Neuropsicología, Neuropsiquiatría y Neurociencias*, 159-169.

- Pedreira Massa, J. L., & Álvarez, L. M. (2000). Desarrollo psicosocial de la adolescencia: bases para una comprensión actualizada. *Documentación social Revista de estudios sociales y sociología aplicada*, 69-79.
- Reina, V., & Farley, F. (2007). El cerebro adolescente. *Mente y Cerebro*, 56-63.
- Rey, L., & Extremera, N. (2012). Inteligencia emocional percibida, felicidad y estrategias distractoras en adolescentes. *Boletín de psicología*, No. 104, 87-97.
- Ruiz, E., Muñoz, S., Vega, C. R., & Gómez, G. (2014). Emociones, estrés y afrontamiento en adolescentes desde el modelo de Lazarus y Folkman. *Revista internacional de Psicología y Educación*, 44-57.
- Scafarelli, L. (2010). Estrategias de afrontamiento al estrés en una muestra de jóvenes universitarios uruguayos. *SciELO Uruguay*, 165-175.
- Vicario, M. H. (2014). Adolescencia. Perspectivas asistenciales. *Revista de Formación Continuada de la Sociedad Española de Medicina de la Adolescencia*, 130-135.

## ANEXOS

### Anexo A. Consentimiento informado

# Universidad del Azuay. Unidad Educativa Bernardo Valdivieso

 [santisam3009@gmail.com](mailto:santisam3009@gmail.com) (no compartidos) 

[Cambiar de cuenta](#)

**\*Obligatorio**

## Para los padres

Le brindo un cordial saludo,


La presente investigación esta dirigida a adolescentes de 12 a 17 años, tiene como objetivo identificar las principales estrategias utilizadas por los jóvenes ante un problema que consideran agobiante. Solicito autorice a su representado responder el siguiente cuestionario que no dura más 10 minutos. El cuestionario es ANÓNIMO y para fines de investigación por lo que se solicita responder de la manera objetiva y honesta.

Agradezco su colaboración.

He sido informado y autorizo la participación de mi representado en la encuesta.

\*

Si

[Atrás](#) [Siguiente](#)  Página 2 de 4 [Borrar formulario](#)



Nunca envíes contraseñas a través de Formularios de Google.

Este contenido no ha sido creado ni aprobado por Google. [Notificar uso inadecuado](#) - [Términos del Servicio](#) - [Política de Privacidad](#)

Google Formularios

## Anexo B. Ficha sociodemográfica

### Universidad del Azuay. Unidad Educativa Bernardo Valdivieso

 [santisam3009@gmail.com](mailto:santisam3009@gmail.com) (no compartidos) 

[Cambiar de cuenta](#)

**\*Obligatorio**

#### Para los adolescentes

**INSTRUCCIONES:**  
El cuestionario dura 10 minutos, la información es ANÓNIMA, se solicita responder de la manera más objetiva y honesta.

**Genero \***

Masculino

Femenino

**Edad \***

12 años

13 años

14 años

15 años

16 años

Edad \*

- 12 años
- 13 años
- 14 años
- 15 años
- 16 años
- 17 años

Practicante de alguna Religión \*

- Si
- No

¿En qué Curso estas? \*

- 8° curso
- 9° curso
- 10° curso
- 1° de Bachillerato
- 2° de Bachillerato
- 3° de Bachillerato



## Anexo C. Escala de afrontamiento para adolescentes ACS, Digitalizada

Escala de Afrontamiento para adolescentes					
Marca la casilla correspondiente, según lo que sueles hacer para enfrentarte a un problema. Lee detenidamente cada pregunta.					
1 NO LO HAGO 2 RARA VEZ 3 ALGUNAS VECES 4 A MENUDO 5 CON MUCHA FRECUENCIA					
*	1	2	3	4	5
Hablar con otros para saber lo que ellos harían si tuvieran el mismo problema.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Dedicarme a resolver lo que está provocado el problema.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Seguir con mis tareas como es debido.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Preocuparme por mi futuro.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Reunirme con amigos.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Producir una buena impresión en las personas que me importan.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Esperar que ocurra algo mejor.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
No puedo hacer nada para resolver el problema, así que no hago nada.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Llorar o gritar.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Organizar una acción o petición en relación con mi problema.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Ignorar el problema.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Críticarme a mi mismo.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Guardar mis sentimientos para mi solo.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Dejar que Dios se ocupe de mis problemas.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Acordarme de los que tienen problemas	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Acordarme de los que tienen problemas peores.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Pedir consejo a una persona competente.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Encontrar una forma de relajarme por ejemplo: oír música, leer un libro, tocar un instrumento musical, ver la televisión.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Hacer deporte.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Hablar con otro para apoyarnos mutuamente.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Dedicarme a resolver el problema poniendo en juego todas mis capacidades.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Asistir a clases con regularidad.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Preocuparme por mi felicidad.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Llamar a un amigo íntimo.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Preocuparme por mis relaciones con los demás.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Desear que suceda un milagro.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Simplemente me doy por vencido.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Intentar sentirme mejor bebiendo alcohol, fumando o tomando otras drogas (no medicamentos).	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Organizar un grupo que se ocupe del problema.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Ignorar conscientemente el problema.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Darme cuenta de que yo mismo me hago difícil las cosas.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Evitar estar con gente.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Pedir ayuda y consejo para que todo se resuelva.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Fijarme en los aspectos					

Fijarme en los aspectos positivos de las cosas y pensar en las cosas buenas.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Conseguir ayuda o consejo de un profesional.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Salir y divertirme para olvidar mis dificultades.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Mantenerme en forma con buena salud.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Buscar ánimo en otros.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Considerar otros puntos de vistas y tratar de tenerlos en cuenta.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Trabajar intensamente.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Preocuparme por lo que esta pasado.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Empezar una relación personal estable.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Tratar de adaptarme a mis	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Esperar que el problema se resuelva por si solo.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Me pongo malo.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Trasladar mis frustraciones a otros.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Ir a reuniones en las que se estudia el problema.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Borrar el problema de mi mente.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Sentirme culpable.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Evitar que otros se enteren de lo que me preocupa.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Leer un libro sagrado o de religión.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Tratar de tener una visión alegre de la vida.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Pedir ayuda a un profesional.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Buscar tiempo para actividades	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Ir al gimnasio o hacer ejercicio.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Hablar con otros sobre mi problema para que me ayuden a salir de él.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Pensar en lo que estoy haciendo y por qué.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Triunfar en lo que estoy haciendo.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Inquietarme por lo que puede ocurrir.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Tratar de hacerme amigo íntimo de un chico o chica.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Mejorar mi relación personal con los demás.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Soñar despierto que las cosas irán mejorando.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
No tengo forma de afrontar la situación.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Cambiar las cantidades de lo que: como, bebo o duermo.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Cambiar las cantidades de lo que: como, bebo o duermo.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Unirme a gente que tiene el mismo problema.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Aislarme del problema para poder evitarlo.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Considerarme culpable.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
No dejar que otros sepan como me siento.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Pedir a Dios que cuide de mi.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Estar contento de como van las cosas.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Hablar del tema con personas competentes.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Conseguir el apoyo de otros como mis padres o amigos.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Pensar en distintas formas de afrontar el	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>



Pensar en distintas formas de afrontar el problema.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Dedicarme a mis tareas en ves de salir.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Inquietarme por el futuro del mundo.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Pasar más tiempo con el chico o chica con quien suelo salir.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Hacer lo que quieren mis amigos.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Imaginar que las cosas van mejor.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Sufro dolores de cabeza o del estomago.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Encontrar una forma de aliviar la tensión por ejemplo: llorar, gritar, beber , tomar drogas.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Pasar más tiempo con el chico o chica con quien suelo salir.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Hacer lo que quieren mis amigos.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Imaginar que las cosas van mejor.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Sufro dolores de cabeza o del estomago.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Encontrar una forma de aliviar la tensión por ejemplo: llorar, gritar, beber , tomar drogas.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Si las preguntas anteriores no reflejan lo que tu haces, escribe lo que tu haces.  
Esta pregunta es opcional.

Tu respuesta \_\_\_\_\_

[Atrás](#)

[Enviar](#)

[Página 4 de 4](#)

[Borrar formulario](#)

Nunca envíes contraseñas a través de Formularios de Google.

Este contenido no ha sido creado ni aprobado por Google. [Notificar uso inadecuado](#) - [Términos del Servicio](#) - [Política de Privacidad](#)

## **Calificación Digitalizada de la escala de afrontamiento para adolescentes ACS**

