



FACULTAD DE CIENCIAS DE LA COMUNICACIÓN, TURISMO Y PSICOLOGÍA  
ESCUELA PROFESIONAL DE PSICOLOGÍA

**AUTOESTIMA Y ESTRATEGIAS DE AFRONTAMIENTO  
AL ESTRÉS EN ESTUDIANTES DE UNA UNIVERSIDAD  
PRIVADA DE CHICLAYO, 2022**

PRESENTADA POR

**VANESSA JANICE BRAVO HUANAY**

**BRENDA ATENEA OCAÑA FERNANDEZ**

ASESORES

**JULIO CESAR SUAREZ LUNA**

**MARCO ANTONIO VALIENTE LOPEZ**

TESIS

PARA OPTAR EL TÍTULO PROFESIONAL DE LICENCIADA EN  
PSICOLOGÍA

CHICLAYO – PERÚ

2024



**Reconocimiento - No comercial - Sin obra derivada  
CC BY-NC-ND**

El autor sólo permite que se pueda descargar esta obra y compartirla con otras personas, siempre que se reconozca su autoría, pero no se puede cambiar de ninguna manera ni se puede utilizar comercialmente.

<http://creativecommons.org/licenses/by-nc-nd/4.0/>



**FACULTAD DE CIENCIAS DE LA COMUNICACIÓN, TURISMO Y  
PSICOLOGÍA**

**ESCUELA PROFESIONAL DE PSICOLOGÍA**

**AUTOESTIMA Y ESTRATEGIAS DE AFRONTAMIENTO AL ESTRÉS EN  
ESTUDIANTES DE UNA UNIVERSIDAD PRIVADA DE CHICLAYO, 2022**

**TESIS  
PARA OPTAR EL TÍTULO PROFESIONAL DE LICENCIADA EN  
PSICOLOGÍA**

**PRESENTADA POR  
VANESSA JANICE BRAVO HUANAY  
BRENDA ATENEA OCAÑA FERNANDEZ**

**ASESORES  
MG. JULIO CESAR SUAREZ LUNA  
<https://orcid.org/0000-0001-8074-8614>  
DR. MARCO ANTONIO VALIENTE LOPEZ  
<https://orcid.org/0000-0003-1113-1826>**

**CHICLAYO, PERÚ**

**2024**

## **DEDICATORIA**

A mis padres, por ser mi ejemplo y motivación a seguir, además por el esfuerzo, apoyo y confianza brindada en mí durante estos años de formación universitaria. A mi mascota Tofee, quien fue mi compañía en mis noches de vela.

Vanessa Bravo Huanay

A Dios, la Virgen, mi familia y amigos, cuyas palabras de aliento, empatía y compañía se convirtieron en la energía que necesitaba para seguir avanzando en este proceso de titulación. Su apoyo incondicional y su presencia constante han sido fundamentales para superar los desafíos y alcanzar este logro académico.

Brenda Ocaña Fernandez

## **AGRADECIMIENTOS**

Al creador y a mis padres, por conducirme siempre con sus consejos, sabiduría, su apoyo moral y su cariño para terminar satisfactoriamente la carrera de psicología.

Vanessa Bravo Huanay

Agradezco a Dios y la Virgen Santísima, por darme a mis padres, pues sin su ayuda no habría tenido la fuerza de continuar. Gracias también a mi compañera de tesis y amiga, Vanessa, por recorrer este camino juntas y alcanzar nuestra meta.

Brenda Ocaña Fernandez

Así también, agradecemos a nuestros asesores, Julio Suárez y Marco Valiente, quienes nos guiaron, atendieron con paciencia, comprensión y brindaron herramientas para culminar la presente investigación.

## ÍNDICE DE CONTENIDO

DEDICATORIA.....	ii
AGRADECIMIENTOS.....	iii
ÍNDICE DE CONTENIDO.....	iv
ÍNDICE DE TABLAS.....	vi
ÍNDICE DE FIGURAS.....	vii
RESUMEN.....	viii
ABSTRACT.....	ix
INTRODUCCIÓN.....	xi
CAPÍTULO I: MARCO TEÓRICO.....	13
1.1 Bases teóricas.....	13
1.1.1 Autoestima.....	13
1.1.2 Afrontamiento al estrés.....	17
1.1.3 Desarrollo humano.....	24
1.1.4 Definición de términos básicos.....	25
1.2 Evidencias empíricas.....	26
1.2.1 Antecedentes internacionales.....	26
1.2.2 Antecedentes nacionales.....	27
1.2.3 Antecedentes locales.....	28
1.3 Planteamiento del problema.....	30
1.4 Objetivos de la investigación.....	33
1.4.1 Objetivo general.....	33
1.4.2 Objetivos específicos.....	33

1.5 Hipótesis.....	34
1.5.1 Hipótesis general.....	34
1.5.2 Hipótesis específicas.....	34
1.6 Definición operacional.....	35
CAPÍTULO II: MÉTODO.....	35
2.1 Tipo y diseño de la investigación.....	37
2.2 Participantes.....	38
2.3 Medición.....	39
2.4 Procedimiento.....	41
2.5 Aspectos éticos.....	42
2.6 Análisis de datos.....	42
CAPÍTULO III: RESULTADOS.....	44
CAPÍTULO IV: DISCUSIÓN.....	54
CONCLUSIONES.....	57
RECOMENDACIONES.....	59
REFERENCIAS.....	60
ANEXOS.....	70

## ÍNDICE DE TABLAS

Tabla 1 Estrategias y subescalas del instrumento Brief-COPE 28.....	22
Tabla 2 Autoestima .....	35
Tabla 3 Estrategias de Afrontamiento al Estrés.....	35
Tabla 4 Modificación de ítems de acuerdo a las sugerencias de los jueces..	40
Tabla 5 Relación entre autoestima y estrategias de afrontamiento al estrés...	44
Tabla 6 Factores de la autoestima.....	44
Tabla 7 Relación entre autoestima y factores de las estrategias de afrontamiento al estrés.....	47
Tabla 8 Autoestima y estrategias de afrontamiento al estrés según sexo....	48
Tabla 9 Diferencias significativas en la autoestima según el sexo.....	48
Tabla 10 Diferencias significativas en las estrategias de afrontamiento al estrés según sexo.....	49
Tabla 11 Estadístico de prueba para AT y factores de EAE.....	51

## ÍNDICE DE FIGURAS

Figura 1 Factores de las estrategias de afrontamiento al estrés más significativos.....	45
---	----

## RESUMEN

El presente trabajo buscó la asociación entre la autoestima (AT) y las estrategias de afrontamiento al estrés (EAE) en el ámbito académico en una muestra de 172 universitarios de la ciudad de Chiclayo, donde el 71.5% (123) fueron mujeres y el 28.5% (49) varones. Se sostuvo un paradigma cuantitativo, transaccional, asociativa y de diseño no experimental. Se administró la Escala de Autoestima de Rosenberg (EAR) y un Cuestionario de Estilos de Afrontamiento al Estrés (COPE) *Brief COPE-28*, en el cual se efectuó una adaptación lingüística para ser aplicado al contexto peruano. Los resultados indicaron una asociación inversa y débil entre AT y EAE (-0.020), evidenciando así la no significancia de estas variables. En cuanto a EAE, los resultados indicaron que los alumnos usaron la estrategia 'Planificación' que indicó un promedio de 4,31 lo que quiere decir que los alumnos organizan una ruta de acción a para enfrentar el estrés.

**Palabras Clave:** Autoestima, Afrontamiento, Estrés y Estudiantes Universitarios.

## ABSTRACT

The present study sought the association between self-esteem (SE) and stress coping strategies (SCS) in the academic environment in a sample of 172 university students from the city of Chiclayo, where 71.5% (123) were women and 28.5% (49) were men. A quantitative, transactional, associative and non-experimental design paradigm was used. The Rosenberg Self-Esteem Scale (EAR) and a Questionnaire of Coping Styles to Stress (COPE) Brief-COPE 28, which was linguistically adapted to be applied to the Peruvian context, were administered. The results indicated an inverse and weak association between SE and SCS (-0.020), thus demonstrating the non-significance of these variables. Regarding SCS, the results indicated that the students used the strategy 'Planning' which indicated an average of 4.31 which means that the students organize a route of action to confront stress.

**Keywords:** Self-esteem, Stress Coping Styles, Stress, and University Students.

NOMBRE DEL TRABAJO

**AUTOESTIMA Y ESTRATEGIAS DE AFRO  
NTAMIENTO AL ESTRÉS EN ESTUDIANT  
ES DE UNA UNIVERSIDAD PRIVADA DE C  
HI**

AUTOR

**VANESSA JANICE BRAVO HUANAY y**

RECuento DE PALABRAS

**12547 Words**

RECuento DE CARACTERES

**74949 Characters**

RECuento DE PÁGINAS

**75 Pages**

TAMAÑO DEL ARCHIVO

**819.4KB**

FECHA DE ENTREGA

**May 6, 2024 12:30 PM GMT-5**

FECHA DEL INFORME

**May 6, 2024 12:31 PM GMT-5**

● **13% de similitud general**

El total combinado de todas las coincidencias, incluidas las fuentes superpuestas, para cada base de datos.

- 11% Base de datos de Internet
- Base de datos de Crossref
- 10% Base de datos de trabajos entregados
- 1% Base de datos de publicaciones
- Base de datos de contenido publicado de Crossref

● **Excluir del Reporte de Similitud**

- Material bibliográfico
- Coincidencia baja (menos de 10 palabras)
- Material citado



**MG. JULIO CESAR SUAREZ LUNA**

## INTRODUCCIÓN

Durante los últimos años se han vivido sucesos que no se esperaban, entre ellos una emergencia sanitaria en el mundo, afectando a un sinnúmero de personas de manera diferente: en el aspecto social, porque la población tuvo que adaptarse a las nuevas reglas sanitarias que antes no se consideraban necesarias, tales como la cuarentena, el uso de mascarillas o el alcohol en gel; en el aspecto económico, los alimentos de la canasta básica aumentaron su precio, incluyendo la escasez de alimentos en algunas zonas, etc. En adición a ello, hubo un área de la persona que también se vio afectada: la salud mental.

Dentro de ésta se presentaron muchos factores que, si no se manejaban de la manera adecuada, podrían haber sido perjudiciales para el ser humano. Uno de ellos es el estrés, el que se observa cuando una persona se encuentra bajo circunstancias que no puede controlar o en un ambiente demandante que sobre exige sus capacidades. En este caso, los estudiantes tenían el deber de cumplir las actividades académicas con responsabilidad y a tiempo. Esta actividad, en cantidades muy elevadas generaron un desgaste mental y físico, conllevando a uno de los temas discutidos: los modos de enfrentar el estrés, que es cómo el individuo trabaja frente a ese estímulo que exige mucho de sus capacidades. Puede que decida analizar con detenimiento lo que hará a continuación para luego trazar un plan de acción llevándolo a cabo meticulosamente para que todo salga tal cual lo anticipó o puede decidir alejarse del elemento estresor.

Sumado a ello, hubo otra variable muy importante discutida en este trabajo: la autoestima, que es cómo una persona se percibe a sí misma, si tiene AT positiva o negativa y cómo ésta se relaciona en la manera en la que se lidia con los contratiempos de la vida diaria. La principal pregunta que se planteó en el trabajo dentro de la muestra estudiada fue la siguiente: ¿Se relacionan la AT y las EAE?

Por consiguiente, la investigación exploró determinar la asociación entre la AT y EAE en alumnos del programa de psicología la ciudad de Chiclayo. La hipótesis principal menciona que no existe asociación entre la AT y EAE. El paradigma fue cuantitativo, de corte transaccional, correlacional y de un diseño no experimental.

Para describir el trabajo, en el primer capítulo se caracterizaron definiciones básicas de AT y EAE, sus factores, componentes, características y dimensiones, además de los antecedentes previamente realizados, también están los objetivos, las hipótesis, la operacionalización de las variables en la cual detalla los instrumentos que se utilizaron. Posteriormente, el segundo capítulo detalló el método utilizado en esta investigación, la población estudiada, la forma de medición de cada instrumento, la técnica manejada para el empleo de los instrumentos en los participantes, el estudio de datos y las bases éticas. En el tercer y cuarto capítulo, se mencionaron y compararon los hallazgos a base de los propósitos planteados por la investigación, brindados desde fuentes científicas y bases teóricas. Por último, las conclusiones y recomendaciones explicaron las evidencias encontradas y las oportunidades que se pueden desarrollar a partir de los hallazgos del estudio.

## CAPÍTULO I. MARCO TEÓRICO

### 1.1 Bases teóricas

#### 1.1.1 Autoestima

##### **Conceptos.**

Según Harris y Orth (2020), la define como la estimación interna de un individuo, abarcando la percepción de competencia, seguridad y capacidad para enfrentar nuevos desafíos.

De Tejada (2016) manifiesta que la buena autoestima se manifiesta en estudiantes con buen rendimiento académico, quienes exhiben confianza en sus habilidades y tienen una mayor autoeficacia. Así mismo, Iniesta et al. (2014) mencionan que la AT es considerada como la base para tener un adecuado desarrollo en el aprendizaje, las relaciones con los demás y la creatividad, por ende, desempeña una labor primordial en la cotidianidad y contexto personal, social y profesional.

(Rosenberg, sf, citado en Rojas et al. 2009) es el resultado de las características propias que pueden derivar en un sentimiento de aceptación o disconformidad a sí mismo. Branden (2006) dice que la autoestima está conformada por dos pilares: que el sujeto se sienta en capacidad para resolver sus problemas y el otro es que reconozca su valor, para que se respete a sí mismo y se sienta confiado y con plenitud sobre quién es, su modo de ser, existir.

Branden (2006) diferencia los niveles de autoestima, la AT positiva es conceptualizada como la profunda convicción y experiencia interna de ser

competente y capaz para afrontar situaciones diarias. Ésta se rige sobre el reconocimiento de que nuestra psicología es una herramienta esencial para subsistir. El núcleo fundamental de una AT saludable se encuentra en la práctica de ser conscientes, ello implica la aplicación de la racionalidad, la honestidad en todas esferas de la integridad en el ser humano. Vivir conscientemente implica ser responsable de la realidad, abrazar los acontecimientos reales, la razón y la verdad, todo ello para construir un nivel de comprensión adecuado para guiar nuestras acciones. Por ende, se revela como un requisito indispensable para vivir en plenitud.

Por el contrario, la AT negativa implicaría la falta de confianza en las propias capacidades y la percepción de una valía personal baja. Una persona con baja autoestima experimenta dudas constantes sobre sus medios para desempeñarse ante los problemas de la vida y podría tener dificultades para reconocer sus fortalezas.

Feldman (2005) afirma que la AT es un sistema complejo y cambiante, integrando sentimientos e ideales desarrollados mediante interacciones, experiencias e información del entorno. Es importante mencionar que, según Dubois et al. (1998), se encuentra dentro del proceso de la vida del ser humano y las características predominantes están dentro del contexto familiar, académico o social y cómo el ser humano se desenvuelve dentro de ellas.

Branden (1995) menciona que cuando la AT es baja, las formas para desafiar los percances de la vida disminuyen, la persona decae ante los acontecimientos, lo que no ocurriría si tuviera una percepción positiva de sí misma, podría encontrar ventaja sobre ello. Además, manifiesta que, mientras

más alta sea la autoestima en una persona, ésta buscará motivarse para realizar los retos más exigentes presentados y afrontarlos de manera activa. Por lo contrario, al poseer una baja autoestima, la persona no tendrá el nivel de motivación para realizar sus funciones y continuará en su zona de confort.

Según Branden (1995), la autoestima es la pieza fundamental, además de la seguridad que tiene el hombre sobre sí mismo para poder afrontar los retos propuestos a lo largo de la vida, también, es poseer la sensación de ser respetables, dignos, tener valores morales y gozar de la obtención de beneficios. Autoestima es la estimación de una persona sobre sí, exteriorizando así una posición de aceptación o negación, señalando así el nivel en el que se siente idóneo, exitoso y honrado. (Coopersmith, 1978, como se cita en el estudio de Seminario, 2018).

### ***Dimensiones.***

Presenta cuatro dimensiones: área personal, que abarca en la estimación del sujeto acerca de sí mismo, su importancia, su figura y sus competencias; área académica, que vendría a ser la evaluación que realiza el sujeto de su desempeño escolar o universitario teniendo en cuenta su productividad; el área familiar, donde el individuo estima la interacción con su contexto familiar, evaluando principalmente el desenvolvimiento del sujeto con sus pares y el área social, en que la persona mantiene relaciones sanas con sus vínculos sociales (Coopersmith, 1976 citado en Díaz, 2019).

Wilhelm (2009) establece dimensiones que dependen de una autoestima positiva. Empezando por la seguridad, esta se forma para establecer límites y promover la responsabilidad y autorrespeto. La

pertenencia impulsa la aceptación, el trato con más personas, la integración a estudio en equipos y a la elección de entornos positivos. El propósito posibilita, revela y establece metas mediante las propias expectativas y vínculos de confianza de la persona. En la dimensión de la competencia existe la ventaja de la autoevaluación y el reconocimiento de logro; darle la importancia a la ejecución de opiniones propias para tomar decisiones adecuadas.

### ***Componentes.***

Branden (1995) establece dos constructos interconectados: la eficacia personal que consiste en la seguridad, en la razón, en la aptitud y confianza para entender, aprender y tomar decisiones acerca de la realidad teniendo en cuenta las necesidades y los intereses. El respeto a sí mismo que confirma la competencia de uno mismo, la comodidad de reafirmar de manera adecuada las creencias, los deseos y necesidades, siendo estos derechos innatos.

### ***Características.***

El comportamiento de una persona puede verse afectado directamente por su nivel de autoestima, por ejemplo, una persona con autoestima saludable o alta tiene ciertas cualidades: tiene un pensamiento racional, es realista, tiene la aptitud para asumir cambios, intuición, facilidad para admitir errores, es bondadoso y actitud de servicio. En cambio, la autoestima baja se manifiesta a través del pensamiento no racional, la resistencia al cambio, temor a la novedad, actitud conformista, defensiva y sumisa. (Branden, 1998, como se citó en Gonzáles-Arratia, 2001).

### ***Factores.***

Moreno (2008) refiere aspectos biológicos y sociales que aportan a la autoestima, como por ejemplo, el grado de aspiración, donde dicha autoestima se irá orientando hacia un camino positivo dependiendo de la ejecución de sus objetivos y resultados; la aprobación de la autoridad, las críticas de los apoderados influyen significativamente sobre la autoestima; el nivel de compromiso establecido, a las personas que se les brinde tareas importantes en diferentes ambientes como en el hogar o en el ámbito académico, se convencerán y procurarán de cumplir con lo transmitido; la secuencia de los medios de comunicación, las actuaciones o figuras positivos o negativos que se fomentan en éstos, provoca un impacto en los arquetipos, incluso se incentiva en algunos a 'ser el mejor'; el estilo de vida, el cuidado personal favorece y desarrolla el bienestar y el afecto hacia sí mismo; por último, la gama de valores, es la medida en que el individuo relaciona el valor que tiene con su nivel de productividad.

Branden (1995) indica que la AT está conformada por factores externos que consisten en las doctrinas, opiniones, experiencias o conductas del individuo y los factores internos hacen referencia al ambiente en el que se forma la persona ya sea la educación, los mensajes verbales o no verbales y los hábitos producidos por las figuras significativas de ésta.

#### ***1.1.2 Afrontamiento al estrés***

##### ***Afrontamiento.***

De acuerdo con Soriano (2002) el afrontamiento es la capacidad de adaptación del individuo ante cualquier dificultad, además comprende

conductas instrumentales, aplicación de conocimientos y conocimientos previamente adquiridos. Mok y Tam (2001) añaden que el afrontamiento implica una transformación cognitiva y conductual, influenciada por la autoevaluación que realiza el sujeto sobre un evento y las tácticas empleadas para mitigar el factor estresor.

Lazarus y Folkman (1984) lo definen desde dos perspectivas: la experimentación animal y el análisis psicoanalítico del ego. En términos de la teoría animal, el afrontamiento implica acciones que gestionan situaciones desagradables, enfocándose en conductas de huida o evitación. Además, en su estudio, lo definen como el esfuerzo mental y físico necesario para que la mente y el cuerpo enfrenten demandas externas que superan los recursos personales, considerándolas excesivas en comparación con dichos recursos.

El afrontamiento consiste en una serie de hechos y pensamientos que se ajustan continuamente para manejar estímulos externos percibidos como abrumadores para el individuo (Lazarus y Folkman, 1986, como se citó en Córdova y Sulca, 2018).

### ***Estrés.***

Torres y Baillés (2019) mencionan que es una respuesta corporal ante agentes estresores o amenazas ambientales, advirtiendo que una gestión inadecuada puede conducir a efectos nocivos para la salud integral de la persona si no logra manejar las demandas del entorno de manera efectiva.

La evolución de su definición puede rastrearse desde Robert Hooke en el siglo XVII. Él lo interpretó como la conexión entre la fuerza externa y la

alteración de un objeto, vinculando estas variaciones a las características del objeto y la fuerza externa. Complementando esta idea, Olga y Terry (1997) describen el estrés como pernicioso, dañino e incluso potencialmente letal, evidenciándose en consecuencias fisiológicas como migrañas, molestias estomacales y dolores en cuello y espalda, además de impactos emocionales como descontento en relaciones interpersonales. (Como se cita en Sierra et al. 2003).

Según Lazarus y Folkman (1984) lo describe como un esfuerzo mental y comportamental constante para manejar las situaciones externas, consideradas más exigentes que sus recursos internos. Este estado precede al afrontamiento y es la conexión entre la persona y su contexto, donde se evalúa la prejudicialidad de las demandas ambientales para el bienestar y la disponibilidad de recursos para enfrentarlas.

Según Stora (1991), el estrés es una energía que genera tensión, proveniente de factores externos como el ruido, la carga laboral o el clima, así como de factores internos como el duelo o la pérdida de algo significativo, conocidos como estresores. En la perspectiva de Gonzáles (2006), el estrés se experimenta como una tensión física o psicológica en situaciones difíciles de manejar. La percepción de estrés, influida por la edad y el nivel sociocultural, se focaliza en las aptitudes del individuo para enfrentar hechos desafiantes, más que en la situación en sí misma, resaltando la importancia de los recursos individuales para afrontar el estrés.

Se introdujo el término "Síndrome General de Adaptación" (SGA) para describir el estrés, dividiéndolo en tres fases: alarma de reacción, adaptación

y agotamiento. La primera ocurre cuando la persona identifica al estresor, la adaptación implica la búsqueda de equilibrio y protección, y el agotamiento se manifiesta cuando el cuerpo utiliza en exceso sus defensas para mantener el equilibrio (Selye, 1935, citado en Pérez, 2018).

### ***Afrontamiento al estrés.***

El modo de afrontar al estrés, está en función a cómo percibe el sujeto aquella situación, de la determinación de recursos disponibles para la confrontación y de la estimación de las consecuencias (Lazarus y Folkman, 1986, citado en Hernández y Gutiérrez, 2012).

El afrontamiento es un proceso dirigido a gestionar, reducir o soportar los desafíos en el entorno, surgidos como consecuencia negativa del estrés y que involucran tanto la actividad mental como las acciones específicas (Halsted et al., 1993 citado en Solís & Vidal, 2006). Esta perspectiva destaca el poder de las estrategias activas sobre el bienestar psíquico ante situaciones estresantes.

### ***Factores.***

Carver et al. (1989), mencionan que la lista multidimensional de evaluación de afrontamiento COPE evalúa las distintas estrategias en que los sujetos manifiestan su respuesta al estrés, siendo éste uno de los instrumentos más utilizados para la identificación de tales modos de afrontamiento, así mismo, esta herramienta cuenta con 52 ítems, que están divididas en las escalas: enfrentamiento activo, organización, omisión de actividades, reducción del afrontamiento, apoyo social, reestructuración

positiva, aceptación, religión, liberación de emociones, resistencia, desentendimiento conductual y mental.

### ***Estrategias de afrontamiento.***

Olvera et al. (2002) sostienen que las personas tienen diversas maneras de hacerle frente a las adversidades y conflictos, éstas tienen como función brindar soluciones a los problemas o generar más conflicto. Para ello, sugieren identificar qué estrategia es más adecuada para cada persona y su manera de proceder. Para estos autores el afrontamiento puede darse en forma de pensamiento como también en forma de reacción-acción. El afrontamiento de pensamiento ocurre a través del "lenguaje interno" con el que la persona emite juicios sobre sus acciones o las del resto, sean estos aprobatorios o desaprobatorios. Se asemeja a un diálogo en el que se destacan ideas sobre las situaciones ocurridas. En cambio, reacción-acción se manifiesta a través del comportamiento y estado de ánimo. Si la persona se encuentra frente al peligro, adoptará una actitud defensiva; lo cual no ocurrirá frente a circunstancias que el sujeto percibe como agradables, pues tomará una actitud cooperativa y de adaptación.

Las EAE son preconcepciones idiosincrásicas que guían las opciones de tácticas en diversas situaciones, ya sea para eliminar directamente el origen del daño o reducirlo sin un contacto directo con el estrés (Carver, 1989).

El instrumento COPE-28 fue diseñado para identificar las distintas formas de responder ante situaciones estresantes (Carver, 1991, citado en Morán et al., 2009). Dentro de este se encuentran diferentes escalas que se agrupan del siguiente modo: Afrontamiento centrado en el problema (ACP),

esta se basa en organizar o inhibir estímulos distractores, ser un agente activo, interés por un apoyo social y un afrontamiento activo. El afrontamiento centrado en la emoción (CE) se da a partir de buscar vínculos emocionales, reestructuración positiva (RP), aceptación de la realidad (AR), religión (R) y negación (N). Por último, la respuesta de afrontamiento menos empleadas según el autor son la catarsis, el desapego emocional (DE) y desconexión (DC). A la escala se le agregaron dos más que son el uso de sustancias (US) y el humor (H). El test presenta estrategias cuyo nombre es muy parecido a las subescalas, por lo cual se muestra el siguiente cuadro para diferenciarlas:

**Tabla 1**

*Estrategias y subescalas del instrumento Brief-COPE 28*

<b>ESTRATEGIAS</b>	<b>SUBESCALAS</b>
Afrontamiento activo	Afrontamiento activo
Planificación	Planificación
Apoyo emocional	Uso de apoyo emocional
Apoyo social	Apoyo instrumental
Religión	Religión
Reevaluación positiva	Reinterpretación positiva
Aceptación	Aceptación
Negación	Negación
Humor	Humor
Autodistracción	Autodistracción
Autoinculpación	Autoinculpación
Desconexión	Desconexión conductual
Desahogo	Desahogo
Uso de sustancias	Uso de sustancias

*Nota.* Nombres con que se les conoce a las EAE y las subescalas del test Brief-COPE 28.

Para que el análisis factorial sea más sencillo de ejecutar, se sugirió separar las subescalas en factores, por lo que quedaron agrupadas de la siguiente manera: el afrontamiento cognitivo (AC) es el estado activo, la organización, la reestructuración positiva, el desapego y el humor. Dentro del afrontamiento del apoyo social (AAS) se da la catarsis, la vinculación

emocional y social. Dentro de la obstrucción del afrontamiento viene dado por el humor, la auto inculpación, el requerimiento de sustancias, el humor y la auto distracción. Por último, se puede hablar de un afrontamiento dado en la espiritualidad que evoca a la religión.

Carver (1997), en su inventario Brief-COPE 28 identifica diversas estrategias de afrontamiento, estos incluyen el afrontamiento activo (AA) que implica actuar para disminuir el estrés; planificación (P) idea pasos cuando enfrente la situación estresante el apoyo instrumental busca recursos adecuados; apoyo emocional (AE), que recurre a fuentes de empatía; apoyo social (AS), que la persona busca información sobre qué hacer; auto distracción (AD), que desvía la atención; desahogo (DA), que expresa emociones; desconexión conductual (DC), que reduce la intensidad del desafío; reinterpretación positiva (RP), que analiza la situación desde una perspectiva conveniente; negación (N), que rechaza la realidad; la aceptación (A), que reconoce la situación; religión (R), que recurre a creencias; uso de sustancias (US), como alcohol o medicamentos; humor (H), que hace mofa de la situación y autoinculpación (AI), se atribuye la culpa del evento estresor.

El modo centrado en el problema, se propone cambiar la condición problemática para dejar de ser amenazadora. El estilo centrado en la emoción regula el temperamento y emociones comprometido con algún elemento estresor. (Lazarus y Folkman, 1984 citado por Buendía y Mira, 1993).

Las formas de afrontamiento son el desempeño mental y comportamental que progresan de acuerdo a las demandas superficiales e intrínsecas, éstas demandas son las que suelen determinarse como

desbordantes o estresantes (Lazarus y Folkman, 1986, como se citan en Barraza, 2006).

### **1.1.3 Desarrollo humano**

A continuación, se describirá las etapas del desarrollo humano según Mansilla (2000) relevantes para la investigación, pues la edad de la muestra de este estudio estuvo conformada desde los 17 hasta los 34 años:

#### ***Juventud.***

Los jóvenes se encuentran en constante maduración y desarrollo psicológico, lo que provoca que ante los ojos adultos sean catalogados como “inexpertos”. No obstante, son los jóvenes quienes presentan mayor habilidad para el aprendizaje de competencias e información, aumentando así su intervención social. Usualmente, cuando termina esta etapa, tienen realizado parte de su plan de vida, sus estudios culminados e incluso tienen alguna ocupación. En lo que respecta al entorno sexual, ya tienen expectativas sobre su pareja, un modelo de vínculo afectivo preestablecido y una manera de observar las cosas.

#### ***Aduldez.***

En la adultez se da a notar en la formación biológica, la que influye en su personalidad y en su círculo familiar y social. Los adultos primarios, también llamados adultos jóvenes, pasan una por una secuencia de cambios tanto biológicos como personales. La mayoría de veces gozan con un ambiente laboral establecido, se encuentran en constante formación familiar, tienen obligaciones tanto familiares como laborales, generando desacuerdos porque dejan de lado su vida social para hacerse cargo de su vida familiar.

#### **1.1.4 Definición de términos básicos**

##### ***Autoestima.***

Rosenberg (1965) la refiere como el afecto, valor y estima que el sujeto tiene hacia sí mismo.

##### ***Afrontamiento.***

El afrontamiento es un conjunto de manifestaciones tanto de pensamientos como de acciones, que pretende controlar el estrés y la afectividad ligada a ello, también se considera que es un regulador de las emociones para así tener una mejor solución al factor estresante (Lazarus y Lazarus, 1994, citado en Scafarelli y García, 2010).

##### ***Estrés.***

Selye (1956) afirma que es la respuesta del cuerpo al medio en que se encuentra. Menciona además los términos “estrés” y “estresor”, siendo el primero el estrés y el segundo el estímulo que lo causa. Es allí donde denominó a la reacción al estrés como SGA.

##### ***Afrontamiento al estrés.***

Carver et al. (1989), mencionan que el inventario multidimensional COPE evalúa las distintas formas en que los sujetos responden al estrés, esta herramienta cuenta con 52 ítems, que están divididas en las escalas mencionadas anteriormente.

## **1.2 Evidencias empíricas**

En cuanto a la técnica de búsqueda de información, se revisaron estudios de revistas de corte nacional e internacional de fuentes como repositorios universitarios: *Redalyc*, *Dialnet* y *Scielo*. Los términos claves para obtener información fueron “estrés”, “estrategias de afrontamiento”, “afrontamiento”, “estrategias de afrontamiento al estrés” y “autoestima”.

### **1.2.1 Antecedentes internacionales**

Avalos y Trujillo (2021) en Ciudad de México-México, siguieron una investigación de paradigma cuantitativo, transaccional y analítico comparando así en alumnos universitarios, (765) de los cuales 568 eran mujeres y 197 eran varones, los estresores académicos y las EAE. Aplicaron los cuestionarios de Estresores Académico (ECEA), el Inventario SISCO y la escala de A-CEA demostrando así la predominancia de la estrategia planificación (31.1%) con un mayor porcentaje.

Gómez et al. (2020) en Manizales y Medellín-Colombia elaboraron un estudio transversal para observar la asociación del riesgo autolesivo, la inteligencia emocional (IE) y la AT en 1414 universitarios, 968 fueron mujeres y 446 hombres, de 16 a 40 años. Como instrumentos para la investigación utilizaron la escala de Plutchik-RS, la Escala Rasgo de Meta-Conocimiento emocional y la Escala de RAE-1965, indicando que la IE y sus dimensiones de regularidad, la AT y la autoconfianza son agentes protectores ante alguna amenaza suicida, evidenciando una alianza fuertemente significativa entre estas categorías ( $p < .001$ ).

Otro estudio hecho por Savitsky et al. (2020) en Israel para observar el nivel de ansiedad y las EAE en estudiantes de enfermería en pandemia. El diseño fue transversal y contó con 244 estudiantes. Para medir la ansiedad se hizo uso del GAD y se empleó el análisis factorial para medir las EA. Como resultado se asocia el género, la escasez de aditamentos de protección personal (EPP) y el temor a infectarse con niveles elevados de ansiedad. Además, el estudio demuestra que para enfrentar un problema las mujeres recurren a fuentes de información.

### **1.2.2 Antecedentes nacionales**

Cervantes (2023) en Lima-Perú, realizó un estudio asociativo no experimental buscando evaluar las EAE con la satisfacción de la vida dentro de la emergencia sanitaria por Covid-19. Su muestra de 47 estudiantes de una institución pública de Lima, de los cuales 15 eran varones y 32 mujeres resolvió el COPE de Carver et al. (1989) y SWLS de Diener et al. (1985). Los resultados se pueden señalar que la reinterpretación positiva fue la estrategia más utilizada ( $M=3.29$ ) y el de menor uso fue el recurrir a sustancias ( $M=1.28$ ). También se analizó las comparaciones de sexo y EAE, donde las mujeres presentaron la estrategia de búsqueda de la espiritualidad (religión), ( $M=2.39$ ) y los varones acuden al uso de sustancias ( $M=1.60$ ).

La Serna et al. (2022) realizaron una investigación en Lima-Perú cuantitativa, longitudinal y correlacional para conocer la relación entre la ansiedad, la AT y los hábitos de estudio 260 universitarios lo cual, el 64,6% fueron mujeres y el 35,4% fueron hombres a partir de los 16 años. Para ello se empleó el Inventario de Ansiedad de Beck, Inventario de Autoestima de

Stanley Coopersmith y el Inventario CASM-85. El 35,8% de los alumnos poseen un nivel de autoestima alta.

Zamora y Leiva (2021) en Lima-Perú tuvieron como propósito comprobar si existe relación entre el estrés académico y los niveles de AT, el estudio fue no experimental de corte transversal y correlacional, en 428 estudiantes universitarios, la cual 281 de ellas fueron mujeres y 147 fueron varones y sus edades oscilan entre los 18 a los 30 años. Utilizaron el Inventario SISCO (Barraza, 2007) y la escala de autoestima versión adulto (Coopersmith, 1967). Se dedujo que las variables se relacionan de manera inversa y significativa, ( $r = -.397$ ;  $p < .05$ ); los niveles de AT no varían de acuerdo al género ( $p = .855$ ;  $p < .050$ ) y el 29,2% de los estudiantes presentan una AT baja.

Chávez y Peralta (2019) en Arequipa-Perú, para encontrar la relación entre AT y el estrés académico aplicaron el Inventario de Estrés Académico y la Escala de Autoestima de Rosenberg a 126 alumnos de la carrera de enfermería de una universidad nacional. Este estudio fue descriptivo, correlacional y de corte transversal, y los resultados mencionaron que cuando el estrés aumenta, la autoestima disminuye.

### **1.2.3 Antecedentes locales**

Cacho (2022) en su estudio descriptivo, cuantitativo, no experimental, transversal y correlacional en Chiclayo-Perú para establecer la relación entre AT y dependencia emocional en relación de pareja en 100 estudiantes de psicología de una institución privada. Los instrumentos utilizados fueron el inventario de Autoestima de Stanley Coopersmith y el Inventario IDE de

Aiquipa. Se observa que el 57% de los estudiantes presenta un nivel bajo de autoestima, mientras que un 17% presenta un nivel alto.

Otoya (2021) en Chiclayo-Perú describió en su estudio los modos de afrontar al estrés más empleados por practicantes pre profesionales de psicología. Se manejó el diseño no experimental, descriptivo y contó con 32 hombres y 50 mujeres de 21 a 29 años. Se usó el COPE y las estrategias más usadas por el 46.1% de los alumnos fue la postergación de actividades, el 40.8% la supresión de otras actividades y el 35.5% la planificación de actividades, lo que indica que buscan solucionar el problema, analizar la situación y los medios para poder enfrentarla, incluso llegando a dejar de lado otras acciones para evitar distracciones, mientras que la estrategia menos usada es la negación 25%. Otro resultado destacable son las EAE según sexo, mencionando que las estrategias más usada por los hombres es la postergación de actividades (60%), mientras que las mujeres acuden a la religión (37%).

Luna (2019) realizó un estudio en Chiclayo-Perú no experimental y descriptivo para especificar las EAE en 80 practicantes preprofesionales de ciencias de la salud de un nosocomio público, el 70% de los participantes fueron mujeres y el 30% de ellos fueron varones de 21 a 39 años. Utilizó el cuestionario COPE y una ficha sociodemográfica. Se concluyó que la estrategia más recurrente es la reinterpretación positiva (83,75%), seguido del apoyo social (67,50%) y la estrategia menos usado es el desentendimiento conductual (92,50%), seguido de la negación (76,25%).

### **1.3 Planteamiento del problema**

En su desarrollo, las personas pasan por características propias de cada fase, haciendo frente a situaciones que contribuyen a su crecimiento interpersonal (Piergiovanni y Depaula 2018). Es en la universidad cuando afrontan exigencias que tienen que ver con su desarrollo profesional y autorrealización, en la búsqueda de un lugar en la sociedad, que lo llevará a sostenerse y ser productivo (Matalinares et al., 2016). Se ha demostrado que esta etapa sostiene cierta importancia en el desarrollo del individuo, pues es en este tiempo en el que se adquieren prototipos de vida, cimentándose la personalidad y el temperamento propio del ser adulto (Gaeta y Martín, 2009). Existen circunstancias que pueden presentarse en el área universitaria, tales como la rivalidad entre sus compañeros, competencias, un sin número de tareas y responsabilidades; así como también la poca motivación del estudiante y los contratiempos para cumplir con las tareas establecidas (Barraza, 2006).

Según Rosenberg (1965) la autoestima es un grupo de actitudes establecidas por constructos sociales y culturales, formados a partir de los valores personales, siendo fundamentales para el desarrollo mediante la socialización. Las características relacionadas con la baja autoestima pueden ser hipersensibilidad, timidez, inestabilidad, evitar riesgos, falta de confianza en sí mismo, pesimismo o aislamiento social. Por el contrario, las personas que tienen un autoconcepto alto, se sienten bien consigo mismas, se desenvuelven mejor en el área laboral, presentan mayor habilidad para solucionar problemas y tienen autonomía, además de mostrar un mejor desempeño grupal y satisfacción en las relaciones sociales. (Kernis &

Goldman, 2003; Rosenberg y Owens, 2001; Leary & MacDonald, 2003, citado en Góngora y Casullo, 2009)

Stora (1991), hace patente cómo los conceptos planteados sobre el estrés como energía generadora de tensión se podrían relacionar con los trastornos psicológicos que enfrentan los jóvenes. Los estresores externos son los elementos como: el ruido ambiental, la alta demanda laboral y las condiciones climáticas inversas, por el contrario, los factores internos vendrían a ser el duelo o la pérdida de algo o alguien significativo. Estos factores podrían influir a la integridad psicológica, desencadenando una serie de emociones y retos que influyen el estado mental de manera profunda.

En el reporte del Ministerio de Educación (MINEDU, 2021) en Perú, se analizó la influencia del COVID-19 en el bienestar emocional y el abandono de clases en la universidad. El 86,8% de los estudiantes enfrentaron problemas psicológicos, señalando entre ellos sentimientos de desánimo, desinterés, estrés y cansancio extremo como el principal desafío en bienestar mental. Por ende, las afecciones emocionales están interconectados con emociones como la desolación, la desmotivación, el miedo y la depresión.

Las EAE según Carver (1989) son preconcepciones individuales para enfrentar los diversos acontecimientos, y estas son las que rigen qué táctica escoger al momento de actuar en una situación. El afrontamiento es visto como una vía recta para eliminar o disminuir el origen del daño, evitando el contacto directo con el estrés.

Castro y Rodríguez (2019) en Riobamba-Ecuador, analizaron la AT y las EAE mediante una investigación transversal en 240 universitarios de 18 a

23 años. Utilizaron el Inventario de Autoestima de Stanley Coopersmith y la Escala de Afrontamiento de Lazarus. Las estrategias más usadas fueron la AR (27.5%) y la RP (22.5%). Además, el 25.42% del alumnado presenta AT alta, 38.3% AT media y 36.25% AT baja.

Para culminar, esta investigación buscó demostrar la relación entre la AT y las EAE, además de reportar cuáles son los niveles de AT y las EAE que más emplean los jóvenes, de modo que este estudio aporte a futuras investigaciones.

A raíz de lo desarrollado, se exponen las siguientes preguntas:

Pregunta general:

¿Cuál es la relación entre la AT y las EAE en alumnos del programa de psicología de una universidad privada de Chiclayo, 2022?

Preguntas específicas:

¿Cómo son los factores de la AT en los estudiantes del programa de psicología de una universidad privada de Chiclayo, 2022?

¿Cómo son los factores de las EAE en los estudiantes del programa de psicología de una universidad privada de Chiclayo, 2022?

¿La AT mantiene una relación significativa con al menos uno de los factores de las EAE en los estudiantes del programa de psicología de una universidad privada de Chiclayo, 2022?

¿Cuál es la puntuación promedio de la AT y las EAE según sexo en estudiantes del programa de psicología de una universidad privada de Chiclayo, 2022?

¿Existen diferencias significativas en la AT según el sexo en estudiante del programa de psicología de una universidad privada de Chiclayo, 2022?

¿Existen diferencias significativas en las EAE según el sexo en estudiantes del programa de psicología de una universidad privada de Chiclayo, 2022?

#### **1.4 Objetivos de la investigación**

##### **1.4.1 Objetivo General**

Determinar la relación entre AT y EAE en estudiantes del programa de psicología de una universidad privada, Chiclayo20, 2022.

##### **1.4.2 Objetivos Específicos**

Describir los factores de la AT en estudiantes del programa de psicología en una universidad privada de Chiclayo, 2022.

Describir los factores de las EAE más significativos en los estudiantes del programa de psicología de una universidad privada de Chiclayo, 2022.

Establecer la relación entre AT y factores de las EAE en los estudiantes del programa de psicología de una universidad privada de Chiclayo, 2022.

Comparar la puntuación promedio de AT y EAE según sexo en estudiantes del programa de psicología de una universidad privada de Chiclayo, 2022.

Analizar si existen diferencias significativas en la AT según el sexo en estudiantes del programa de psicología de una universidad privada de Chiclayo, 2022.

Analizar si existen diferencias significativas en las EAE según el sexo en estudiantes del programa de psicología de una universidad privada de Chiclayo, 2022.

## **1.5 Hipótesis**

### **1.5.1 Hipótesis general**

H1: La relación entre la AT y las EAE es significativa en estudiantes del programa de psicología de una universidad privada de Chiclayo, 2022.

H0: La relación entre la AT y las EAE no es significativa en estudiantes del programa de psicología de una universidad privada de Chiclayo, 2022.

### **1.5.2 Hipótesis específicas**

H2: La AT mantiene una relación significativa con al menos uno de los factores de EAE en estudiantes del programa de psicología de una universidad privada de Chiclayo, 2022.

H0: La AT no mantiene una relación significativa con los factores de las EAE en estudiantes del programa de psicología de una universidad privada de Chiclayo, 2022.

H3: Se presentan diferencias significativas en la AT según el sexo en los estudiantes del programa de psicología de una universidad privada de Chiclayo, 2022.

H0: No se presentan diferencias significativas en la AT según el sexo en los estudiantes del programa de psicología de una universidad privada de Chiclayo, 2022.

H4: Se presentan diferencias significativas en las EAE según sexo en los estudiantes del programa de psicología de una universidad privada de Chiclayo, 2022.

H0: No se presentan diferencias significativas en las EAE según sexo en los estudiantes del programa de psicología de una universidad privada de Chiclayo, 2022.

## 1.6 Definición operacional

**Tabla 2**

### *Autoestima*

Variable	Factores	Ítems	Opción de respuestas	Técnica e instrumento
Autoestima	Autoestima positiva	1, 3, 4, 6 y 7	Muy en desacuerdo: 1	Escala: tipo Likert Instrumento: Escala de Autoestima de Rosenberg (EAR) Desarrollado por: Rosenberg en 1965. Validado por: Ventura-León, et al. (2018)
	Autoestima negativa	2, 5, 9 y 10	En desacuerdo: 2 De acuerdo: 3 Muy de acuerdo: 4	

*Nota.* Elementos de la AT.

**Tabla 3**

### *Estrategias de Afrontamiento al Estrés*

Variable	Subescalas	Ítems	Opción de respuestas	Técnica e instrumento
Estrategias de afrontamiento	Apoyo emocional	9 y 17	Nunca hago esto: 0 Pocas veces hago esto: 1	Escala: Tipo Likert Técnica: Cuestionario de Afrontamiento
	Apoyo social	1 y 28		
	Afrontamiento activo	2 y 10		
	Planificación	6 y 26		

Uso de sustancias	15 y 24	A veces hago esto: 2	al estrés Brief COPE-28
Humor	7 y 19	Hago siempre	
Religión	16 y 20	esto: 3	
Autodistracción	4 y 22		
Negación	5 y 13		
Desahogo	12 y 23		
Autoinculpación	8 y 27		
Desconexión	11 y 25		
Aceptación	3 y 21		
Reevaluación positiva	14 y 18		

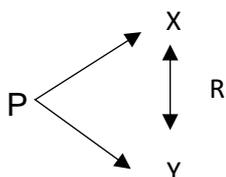
*Nota.* Elementos de las EAE.

## CAPÍTULO II. MÉTODO

### 2.1 Tipo y diseño de investigación

Esta investigación tuvo un enfoque cuantitativo donde las variables de estudio fueron medibles en una muestra representativa mediante la recolección y análisis de datos, siendo las respuestas de ésta procesadas a través de métodos estadísticos para la obtención e integración de resultados y conclusiones producto de las hipótesis y objetivos previamente planteados (Hernández-Sampieri & Baptista, 2008; Ato et al., 2013 & Tamayo, 2007). A la vez, de acuerdo con Vega et al. (2014), este estudio tuvo un enfoque positivista, pues los elementos a medir pueden ser observables y adquiridos con un método científico. Siguiendo a Ato et al. (2013), fue no experimental de corte transversal porque permite la selección de la data respondiendo a los objetivos del estudio; además pretende analizar la asociación funcional entre las dos variables; siendo de nivel correlacional.

El siguiente modelo metodológico se encuentra esquematizado visualmente mediante el siguiente cuadro:



X: Autoestima

Y: Estrategias de afrontamiento al estrés

R: Relación entre las variables

P: Alumnos de una universidad privada de Chiclayo

## **2.2 Participantes**

La población estuvo constituida por estudiantes de psicología de una institución privada de Chiclayo, siendo esta un total de 351, de los cuales 285 fueron mujeres y 66 varones durante el semestre 2022-I.

La muestra fue de 172 estudiantes de dicha institución durante del semestre 2022-I, desde los 17 años en adelante de los cuales 123 (71,5%) pertenecieron al género femenino y 49 (28,5%) al género masculino.

Se utilizó un muestreo no probabilístico por conveniencia, en este tipo de estudio no se pretende generalizar ni inferir los resultados a la población de universitarios. En la elección de unidades de estudio se contempló el muestreo por conveniencia dado que se eligió un espacio virtual para el reclutamiento de unidades de estudio en base a la accesibilidad del equipo de investigación (Otzen y Manterola, 2017).

### ***Criterios de inclusión.***

Alumnos que se encuentren matriculados de manera regular del I al X ciclo del programa de psicología y de ambos sexos.

### ***Criterios de exclusión.***

Alumnos que marcaron "No" al consentimiento informado, que hayan dejado los cuestionarios incompletos o pertenecientes a otros programas académicos.

## 2.3 Medición

### ***Escala de Autoestima de Rosenberg (EAR).***

**Datos generales.** Del autor Morris Rosenberg (1965) en Estados Unidos para estimar el nivel de satisfacción que un sujeto tiene consigo mismo. Distribuidas en 2 dimensiones, autoestima positiva y negativa, que oscilan 5 ítems cada una, siendo así 10 ítems en total. La aplicación es para el público general.

**Adaptación peruana.** Validado en Lima-Perú por el Dr. José Ventura-León et al. (2018) en 715 adolescentes estudiantes mujeres (51.3%) y varones (48.7%) desde los 10 a 17 años de edad.

**Validez y confiabilidad.** Acerca de las propiedades psicométricas, al realizar el análisis factorial confirmatorio se encontraron indicios de bondad de ajustes adecuados que confirman la estructura unidimensional de la prueba con ítems inversos, en lo que respecta a los parámetros derivó los valores de  $CFI > .95$ ,  $RMSEA < .06$ ,  $SRMR < .08$ . La confiabilidad se mediante el coeficiente Alfa de Cronbach cuyas puntuaciones arrojaron  $\alpha = .86$ , discrepando con lo encontrado por Ventura De León et al. (2018), quién al realizar la validación del instrumento en Perú, concluyó que las propiedades psicométricas son aptas para las dimensiones de autoestima positiva  $\omega = .803$  y la autoestima negativa  $\omega = .723$ .

### ***Cuestionario de estilos de afrontamiento al estrés Brief-COPE 28.***

**Datos generales.** Creada por Carver et al. (1997) para estimar las EAE, presentando de una manera original 52 ítems. En adición a ello se realizó una adaptación en México por Morán et al. (2010), de manera abreviada la

cual consta de 28 ítems, aplicando el test en 260 personas de 21 a 61 años de edad, de los que el 66.8% fueron mujeres y el 33.2% fueron varones. Distribuida en 14 dimensiones, que presentan 2 ítems cada una, siendo en total 28 ítems como: el apoyo emocional (AE) y social (AS) , afrontamiento activo (AA), planeación (P), uso de sustancias (US), humor (H), negación (N), auto distracción (AD), desahogo (DA), desconexión (DC), religión (R), autoinculpación (AI), aprobación (A) y reevaluación positiva (RP).

**Adaptación peruana.** Se realizó una validación al contexto peruano a través de una adaptación lingüística verificada por los jueces Mg. Deivy Baca, psicóloga Elisa Galarreta Reynaga y psicóloga Giuliana Cañola Ramírez, todos pertenecientes al área educativa. A raíz de ello se realizó la observación de los siguientes ítems:

**Tabla 4**

*Modificación de ítems de acuerdo a las sugerencias de los jueces*

ÍTEMS	ÍTEMS ADAPTADOS	OBSERVACIÓN	JUEZ
Me niego a creer que haya sucedido.	Me opongo a creer lo que sucede.	Sugiero conservar el ítem original que es más asociado hacia lo que hace en general (valorando sus experiencias pasadas).	Mg. Deivy Baca Romero.
Aprendo a vivir con ello.	Aprendo a vivir con el problema.	Aprendo a vivir desde aquello que sucedió y con el tiempo deja de ser un problema.	Psicóloga Giuliana Cañola Ramírez.
Intento verlo con otros ojos, para hacer que parezca más positivo.	Intento verlo desde una perspectiva positiva.	Intento verlo desde una perspectiva positiva.	
Busco algo bueno en lo	Busco el lado bueno de lo	Busco la oportunidad de	

que sucediendo.	está	que sucediendo.	está	aprendizaje acerca de lo que está sucediendo.
--------------------	------	--------------------	------	---

*Nota.* Ítems originales e ítems adaptados según observación y criterio de los jueces.

**Validez y confiabilidad.** Explorando las propiedades psicométricas del COPE-28, como parte del análisis factorial exploratorio se descubrió que según el valor del KMO= .663 y según la prueba de Bartlett= .001, lo cual indica que los resultados no son concluyentes. La confiabilidad se estableció a través del Alfa de Cronbach cuyas puntuaciones arrojaron de acuerdo a la dimensión apoyo emocional  $\alpha=.78$ , apoyo social  $\alpha=.64$ , afrontamiento activo  $\alpha=.58$ , planificación  $\alpha=.60$ , uso de sustancias  $\alpha=.93$ , humor  $\alpha=.79$ , religión  $\alpha=.80$ , auto distracción  $\alpha=.59$ , negación  $\alpha=.64$ , desahogo  $\alpha=.58$ , autoinculpación  $\alpha=.58$ , desconexión  $\alpha=.63$ , reinterpretación positiva  $\alpha=.59$  y aceptación  $\alpha=.30$ , a raíz de ello, se concluye que el análisis de fiabilidad no es el más adecuado dado que las subescalas se encuentran formadas por dos ítems.

## 2.4 Procedimiento

Para ejecutar el estudio, se inició con el diseño del protocolo de evaluación a través de la plataforma Google Forms ([https://docs.google.com/forms/d/1wdmYQeLP65CeEdafmD-vy3Ai3WM\\_4g\\_7u7Jxi8scHoM/edit](https://docs.google.com/forms/d/1wdmYQeLP65CeEdafmD-vy3Ai3WM_4g_7u7Jxi8scHoM/edit)), la cual estuvo conformada por la autorización voluntaria, ficha sociodemográfica y los instrumentos mencionados en el apartado anterior. Considerando el contexto pandémico, la evaluación fue modalidad virtual, por ello, no hubo necesidad de presentar solicitudes o permisos, así mismo, el medio de difusión fue a través del correo institucional universitario. Las fechas de aplicación fueron entre abril y mayo del año 2022. Se elaboró la base de datos en el programa Excel para

posteriormente trasladarla al programa SPSS para el procesamiento respectivo de los datos. Finalmente, se hizo el análisis e interpretación de resultados que fueron presentados en tablas y gráficos estadísticos.

## **2.5 Aspectos éticos**

Las bases éticas que sostuvo el presente estudio se mantuvieron en la confidencialidad, respeto y justicia hacia los partícipes del presente (Informe de Belmont, 1979), se explicó al partícipe a través de un consentimiento informado, el objetivo de manera precisa teniendo en cuenta el art. 85° del manual de código de ética del Colegio de Psicólogos del Perú (CPP), a su vez, éstos no tuvieron ningún compromiso en el desempeño de la evaluación, tampoco se presentó alguna consecuencia negativa si se abandonó una vez empezado el estudio, ya que éste fue completamente voluntario. Por último, la información recibida se conservó de forma anónima, confidencial y fue empleada para fines netamente académicos, avalando así la integridad, moralidad y privacidad de cada participante.

## **2.6 Análisis de los datos**

Primero, se desarrolló una exploración de propiedades psicométricas del cuestionario Brief-COPE 28, que evalúa estilos de afrontamientos al estrés, finalmente se ejecutó una validez de contenido a criterio de 3 jueces.

Para establecer la distribución normal se trabajó con el estadístico de Kolmogorov-Smirnov a través del programa IBM SPSS Statistics 25. Así mismo, al utilizar una población mayor a 100, se usó estadísticos de asimetría o curtosis, en este caso los índices no deben superar el  $-1.5$  y  $1.5$  para confirmar una distribución normal. La prueba es paramétrica. Dependiendo del

resultado de la normalidad, se trabajó con el estadístico de Rho de Spearman para el contraste de hipótesis.

Además, se compararon las diferencias de sexos a través de los estadísticos la 'Prueba Z para la igualdad de medias' para los datos que hayan mostrado una distribución normal y la prueba de U de Mann Whitney para los datos que no la presentaron. Por último, se manejó la estadística descriptiva para calcular las referencias sociodemográficas, en la cual, se estimaron cifras numéricas como la edad y las variables de modo independiente para conseguir así los promedios y porcentajes. Por último, para medir y determinar el tamaño de efecto se usó el programa de software Jamovi 2.3.28.

### CAPÍTULO III. RESULTADOS

**Tabla 5**

*Relación entre autoestima y estrategias de afrontamiento al estrés*

			Autoestima	Estrategias de afrontamiento al estrés
Rho de Spearman	Autoestima	Coeficiente de correlación	1,000	-,020
		Sig. (bilateral)	.	,799
		N	172	172
	Estrategias de afrontamiento al estrés	Coeficiente de correlación	-,020	1,000
		Sig. (bilateral)	,799	.
		N	172	172

*Nota.* N representa la cantidad de unidades de investigación analizadas.

Se observó que la AT no se encuentra asociada a las EAE. Se evidenció un (P-valor=0.799>0,005) lo cual, demuestra la no significancia de la correlación entre las dos variables. Así mismo, la fuerza correlacional fue inversa y baja (-0.020).

**Tabla 6**

*Factores de la autoestima*

		Autoestima positiva	Autoestima negativa
N	Válido	172	172
Media		16,7558	12,8140
Mediana		17,0000	13,0000

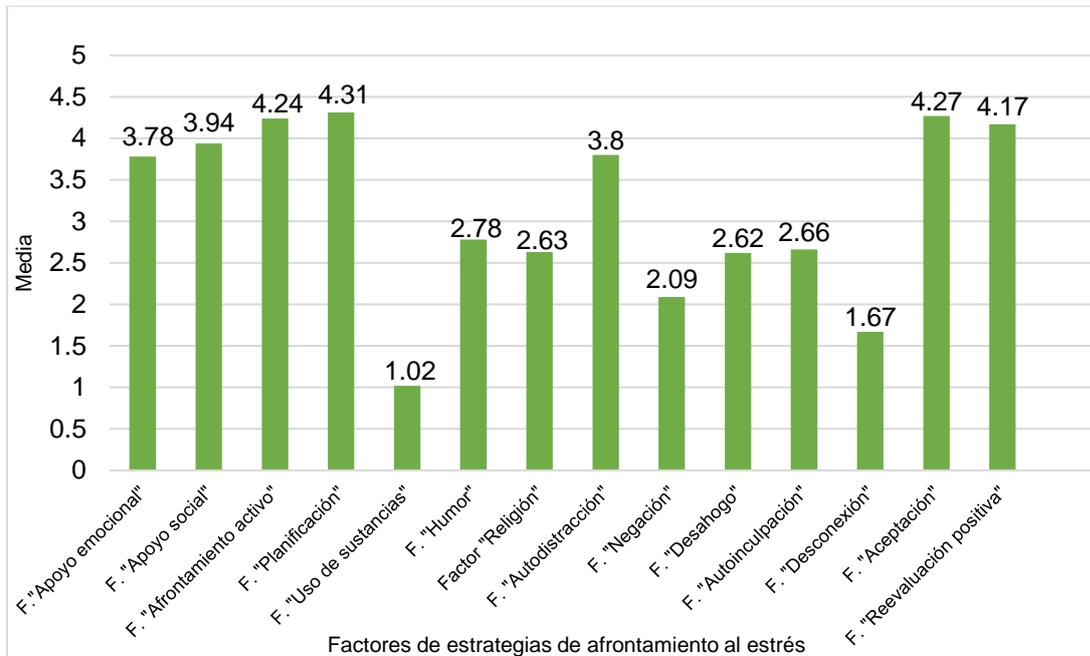
Moda	15,00	12,00
------	-------	-------

Nota. Media, mediana y moda de los factores autoestima positiva y negativa.

Se determinó que la AT positiva predomina en los estudiantes de psicología, además se observa un promedio 16.76, mientras que en la AT negativa un 12.81. Describiendo la mediana moda de la AT positiva, estas resultaron ser mayores comparado a la AT negativa, presentando un puntaje de 17 mientras que para el segundo factor se obtuvo un puntaje de 13. Analizando el valor de la moda, los estudiantes presentaron un mayor puntaje relacionado a la autoestima positiva, teniendo un puntaje de 15; mientras que, en la autoestima negativa, se obtuvo 12. En conclusión, los estudiantes presentan una autoestima positiva.

**Figura 1**

*Factores de las estrategias de afrontamiento al estrés más significativos*



Nota. Factores de las EAE.

Las estrategias más usadas fueron 'P' que promedió 4,31 señalando así que los alumnos planifican las acciones para afrontar el agente estresor, la estrategia 'A' puntuó con 4,27 que consiste en aceptar al estímulo estresor. Mientras que las estrategias menos usadas por los alumnos fueron el 'US' pues presentó un promedio de 1,02 señalando que no consumen alcohol u otras sustancias para protegerse del estresor y la estrategia 'DC' puntuó con 1,67, es decir que la persona no se esmera por lograr sus metas. Se concluyó que los estudiantes planifican el curso de acción para una situación estresante, se distancian de la situación o deciden actuar al momento que se les presenta el conflicto.

**Tabla 7**

*Relación entre autoestima y factores de las estrategias de afrontamiento al estrés*

		F1	F2	F3	F4	F5	F6	F7	F8	F9	F10	F11	F12	F13	F14	
Rho de Spearman	Autoestima	Coefficiente de correlación	,033	,129	,159*	-,009	,101	,088	,225**	,122	,184*	,190*	,206**	,112	,105	,015
		Sig. (bilateral)	,664	,093	,037	,908	,186	,254	,003	,112	,016	,012	,007	,143	,171	,846
		N	172	172	172	172	172	172	172	172	172	172	172	172	172	172

*Nota.* La tabla adjunta presenta resultados de una muestra de universitarios de Chiclayo. F1: Factor 'Apoyo emocional' (AE), F2: Factor 'Apoyo social' (AS), F3: Factor 'Afrontamiento activo' (AA), F4: Factor 'Planificación' (P), F5: Factor 'Uso de sustancias' (US), F6: Factor 'Humor' (H), F7: Factor 'Autodistracción' (AD), F8: Factor 'Religión' (R), F9: Factor 'Negación' (N), F10: Factor 'Desahogo' (DA), F11: Factor 'Autoinculpación' (AI), F12: Factor 'Desconexión' (DC), F13: Factor 'Aceptación' (A), F14: Factor 'Reevaluación positiva' (RP).

La autoestima se relaciona solo con los factores 'AA' (P-valor= 0,159\*>0,05), 'AD' (P-valor= 0,225\*>0,05), 'N' (P-valor=0,184\*>0,05), 'DA' (P-valor=0,190\*>0,05) y 'AI' (P-valor= 0,206\*>0,05). Estos datos mostraron que existe un nivel de significancia, pero con una correlación baja. En cuanto al factor 'P' (P-valor= -,009) es inversamente proporcional. Esto implica que la AT muestra una conexión con el 'AA', es decir, comienzan sus actividades rápidamente para reducir el estrés. Además, se observa una asociación con la 'AD', donde se centran en diversos quehaceres para evitar pensar en el factor estresante. Por otro lado, se evidencia que la persona niega la existencia del agente estresor.

### **Tabla 8**

#### *Autoestima y estrategias de afrontamiento al estrés según sexo*

Sexo		Autoestima	Estrategias de afrontamiento al estrés
Masculino	Media	29,7347	43,8367
Femenino	Media	29,5041	44,0325

*Nota.* Los resultados de la tabla adjunta fueron obtenidos de 172 universitarios de Chiclayo.

La puntuación promedio de la AT estadísticamente es igual tanto en hombres como en mujeres, se encontraron promedios de 29,7347 y 29,5041 respectivamente. La misma característica se presentó para las EAE en hombres y en mujeres, donde se evidenció un promedio de 43,8367 y 44,0325 respectivamente para cada caso. Por ende, la AT y EAE en ambos sexos se encuentran en los mismos niveles.

### **Tabla 9**

#### *Diferencias significativas en la autoestima según el sexo*

Estadísticos de prueba	Autoestima	Tamaño de efecto
U de Mann-Whitney Sig. Asintótica (bilateral)	2826,500 ,524	0.0621

a. Variable de agrupación: Sexo

*Nota.* Se utilizó la prueba de Mann-Whitney considerando que en las mujeres la AT no presentó distribución normal.

No existen diferencias significativas en la AT según sexo (P-valor=0,524>0,05). Es decir, que tanto los hombres como las mujeres presentan los mismos niveles de autoestima.

Se determinó que el efecto resultó no importante para las diferencias de las medianas al compararse la AT según sexo ya que se determinó un valor muy pequeño de 0,0621. Por ende, no existen diferencias significativas.

**Tabla 10**

*Diferencias significativas en las estrategias de afrontamiento al estrés según sexo*

	Prueba de Levene para varianzas iguales		Prueba z para la igualdad de medias			Tamaño de efecto	
	F	Sig.	z	gl	Sig. bilateral		
Estrategias de afrontamiento al estrés	Se asumen varianzas iguales	1,101	,295	-,133	170	,894	0.0225
	No se asumen varianzas iguales	123	44,0325	-,142	102,132	,887	

*Nota.* Se utilizó la prueba de Levene para varianzas iguales y la prueba z para la igualdad de medias.

Se apreció un (P-valor= 0,894>0,05), ello indica que las EAE no son diferenciables entre hombres y mujeres. El tamaño del efecto resultó no importante al determinarse un valor de 0,0225, confirmando la no significancia de las EAE según sexo.

### ***Contraste de hipótesis general***

#### **1. Formulación de hipótesis:**

H0: La relación entre la AT y las EAE no es significativa en estudiantes del programa de psicología de una universidad privada de Chiclayo, 2022.

H1: La relación entre la AT y las EAE es significativa en estudiantes del programa de psicología de una universidad privada de Chiclayo, 2022.

**2. Nivel de significancia:**  $\alpha=5\%=0.05$

**3. Estadística de prueba:**  $Z = r * \sqrt{n - 1} = -0.020 * \sqrt{172 - 1} = -0.26$

**4. Regla de decisión:** Como P-valor=0.799>0,005, se acepta la hipótesis H0 a nivel de significancia del 5% (ver P-valor en tabla 5).

**5. Conclusión:** La relación entre la AT y las EAE no es significativa en estudiantes del programa de psicología.

### ***Contraste de hipótesis específicas***

#### **1. Formulación de hipótesis**

H0: La relación entre la AT y los factores de las EAE no es significativa en estudiantes del programa de psicología de una universidad privada de Chiclayo, 2022.

H2: La AT mantiene una relación significativa con al menos uno de los factores de EAE en estudiantes del programa de psicología de una universidad privada de Chiclayo, 2022.

**2. Nivel de significancia:**  $\alpha=5\%=0.05$

### 3. Estadística de prueba:

**Tabla 11**

*Estadístico de prueba para AT y factores de EAE*

Autoestima	Factores de las estrategias de afrontamiento al estrés	$Z_i = r_i^* \sqrt{n - 1}$	Sig. Bilateral=P-valor
	Apoyo emocional	$Z_1 = 0,033^* \sqrt{172 - 1} = 0,43$	,664
	Apoyo social	$Z_2 = 0,129^* \sqrt{172 - 1} = 1,68$	,093
	Afrontamiento activo	$Z_3 = 0,159^* \sqrt{172 - 1} = 2,07$	,037*
	Planificación	$Z_4 = -0,009^* \sqrt{172 - 1} = 0,11$	,908
	Uso de sustancias	$Z_5 = 0,101^* \sqrt{172 - 1} = 1,32$	,186
	Humor	$Z_6 = 0,088^* \sqrt{172 - 1} = 0,10$	,254
Autoestima	Autodistracción	$Z_7 = 0,225^* \sqrt{172 - 1} = 2,94$	,003*
	Religión	$Z_8 = 0,122^* \sqrt{172 - 1} = 1,59$	,112
	Negación	$Z_9 = 0,184^* \sqrt{172 - 1} = 2,40$	,016*
	Desahogo	$Z_{10} = 0,190^* \sqrt{172 - 1} = 2,48$	,012*
	autoinculpación	$Z_{11} = 0,206^* \sqrt{172 - 1} = 2,69$	,007*
	Desconexión	$Z_{12} = 0,112^* \sqrt{172 - 1} = 1,46$	,143
	Aceptación	$Z_{13} = 0,105^* \sqrt{172 - 1} = 1,37$	,171
	Reevaluación positiva	$Z_{14} = 0,015^* \sqrt{172 - 1} = 0,19$	,846

*Nota.*  $Z_i$  representa el estadístico de prueba por cada correlación.

4. Regla de decisión: Como  $P\text{-valor} < 0,05$ , en algunos factores se rechaza  $H_0$  a un nivel de significancia del 5%.

5. Conclusión: La AT si mantiene una relación significativa con al menos uno de los factores de las AEA en estudiantes del programa de psicología.

**1. Formulación de hipótesis:**

H0: No se presentan diferencias significativas en la AT según el sexo en los estudiantes del programa de psicología de una universidad privada de Chiclayo, 2022.

H3: Se presentan diferencias significativas en la AT según el sexo en los estudiantes del programa de psicología de una universidad privada de Chiclayo, 2022.

**2. Nivel de significancia:**  $\alpha=5\%=0.05$

**3. Estadística de prueba:** U de Mann Whitney=2826,500 (ver P-valor en la tabla 9).

**4. Regla de decisión:** Como P-valor= 0,524>0,05 se acepta la hipótesis H0 a un nivel de significancia del 5%. (ver P-valor en la tabla 9).

**5. Conclusión:** Se concluye que la AT no presentó diferencias significativas según el sexo en los estudiantes del programa de psicología.

**1. Formulación de hipótesis:**

H0: No se presentan diferencias significativas en las EAE según sexo en los estudiantes del programa de psicología de una universidad privada de Chiclayo, 2022.

H4: Se presentan diferencias significativas en las EAE según sexo en los estudiantes del programa de psicología de una universidad privada de Chiclayo, 2022.

**2. Nivel de significancia:**  $\alpha=5\%=0.05$

3. Estadística de prueba:  $z = -0,133$  (Ver valor de  $z$  en la tabla 10)
4. Regla de decisión: Como  $P\text{-valor} = 0,894 > 0,05$  se acepta  $H_0$  a un nivel de significancia del 5% (Ver  $P$ -valor en tabla 10).
5. Conclusión: Las EAE no presentan diferencias significativas en relación al sexo en los estudiantes del programa de psicología.

## CAPÍTULO IV. DISCUSIÓN

Los hallazgos fueron analizados y comparados con las evidencias empíricas y las bases teóricas.

Se evidenció que, entre las variables investigadas existe un ( $P\text{-valor}=0.799>0,005$ ) lo cual demuestra la no significancia de la correlación, esto quiere decir que ambas no se influyen entre sí. Esto contrasta con lo expuesto por Branden (1995), quien dijo que, si la persona posee una AT positiva, buscará impulsarse para lidiar de manera asertiva ante los desafíos presentados. Además, Lazarus y Folkman (1984) afirman que el afrontamiento es una función en que el sujeto lucha contra las demandas del medio. Entonces, si la persona posee una AT positiva, se encontrará más motivado para construir mejores maneras de hacer frente a su estrés, tales como la planificación, soporte social o la aceptación. Por el contrario, si la persona tiene una AT negativa, no logrará lidiar con los agentes estresores de manera adecuada, lo cual llevaría a la persona a recurrir al uso de sustancias psicoactivas, la negación o la autoinculpación.

Las afirmaciones teóricas de los autores denotan que la relación entre las dos variables no se ven reflejadas estadísticamente en la población de estudio. Esto puede deberse a que se necesita una generalización de resultados en otras poblaciones o trabajar longitudinalmente para encontrar respuestas similares a lo que mencionan dichos autores.

El objetivo específico fue describir los factores de la AT, logrando así comparar lo demostrado por Chávez y Peralta (2019) en su análisis realizado en Arequipa-Perú a 126 estudiantes universitarios, donde el 59,5% presenta

una autoestima positiva, obteniendo un resultado similar al de este estudio, donde la autoestima positiva obtuvo un puntaje promedio de 16.76, indicando así que la mayoría de población estudiada goza de una adecuada autoestima.

Posteriormente se propuso describir las EAE más empleados por los universitarios, a comparación del estudio de Otoyá (2021) en Chiclayo - Perú, donde se demuestra que un 46.1% de su muestra recurren principalmente a la estrategia 'Postergación de actividades', el 40.8% usa la 'Supresión de otras actividades' y el 35.5% la 'Planificación' y la estrategia menos usada es la 'Negación' puntuando con 25%, resultado comparable con nuestro estudio; pues en la presente muestra, el 4.31% tiene como estilo de afrontamiento más empleado la 'Planificación', es decir, según Carver (1977) autor del cuestionario COPE, especifica que ante el agente estresor, la persona traza un plan de acción en lugar de dejarlo para después, además de que una de las estrategias menos usadas por los alumnos es 'La negación' que puntúa con 2.09%, que, ante la situación estresante, el alumno no lo rechaza.

Se planteó determinar si la AT de los estudiantes tenía relación con alguno de los factores de las EAE, 'AA' (P-valor=0,159\*>0,05), 'AD' (P-valor=0,225\*>0,05), 'N' (P-valor=0,184\*>0,05), 'D' (P-valor=0,190\*>0,05) y 'AI' (P-valor=0,206\*>0,05). Entonces se deduce que existe un nivel de significancia, pero con una correlación baja. Reiterando así lo manifestado por Branden (1995) quien menciona que cuando un individuo presenta una AT negativa, tendrá ausencia de motivación para afrontar los contratiempos y podría decaer ante ellos, suceso que no pasaría si el sujeto tendría una autoestima positiva, ya que, en caso de tenerla, sacaría provecho de sus aptitudes y se motivará para efectuar y resolver los desafíos y problemas. Esta idea se apoya con la

de Mok y Tam (2001) que dicen que el afrontamiento conlleva una evolución cognitiva y comportamental, influenciada por la estimación que hace el sujeto sobre el estado y las estrategias utilizadas para amortiguar el estresor. Por ende, el presente resultado se afianza con lo mencionado de los autores citados ya que, ante la presencia de una AT positiva ya mencionada en anteriores resultados, los alumnos se sentirían mejores motivados para establecer mejores estrategias de afrontamiento.

Se proyectó analizar si se hallan diferencias significativas en la AT en hombres y mujeres, dando como resultado que no se presentan diferencias significativas, es decir, que ambos sexos presentan los mismos niveles de AT ( $P\text{-valor}=0,524>0,05$ ), este resultado es semejante con el estudio de Zamora y Leiva (2021) en Lima-Perú, que mencionan que los niveles de autoestima no varían de acuerdo al género ( $P\text{-valor}=0,855<0,05$ ).

Por último, se analizó si se presentan diferencias significativas en las EAE según el sexo, concluyendo que no se presentan diferencias significativas, entonces los modos de afrontar al estrés no son diferenciables entre hombres y mujeres ( $P\text{-valor}= 0,894>0,05$ ), a diferencia de los resultados del estudio de Cervantes (2023), hombres como mujeres presentan diferentes estrategias para afrontar el estrés, siendo las mujeres quienes acuden a la religión ( $M=2.39$ ) y los varones recurren al uso de sustancias ( $M=160$ ). Se deduce que los alumnos buscan la mejor manera de afrontar el estrés de acuerdo a su situación y persona.

## CONCLUSIONES

Se especificó que no se encontró una relación significativa entre las variables estudiadas ( $p$  valor=0.799<0,05), indicando así que existe muy poca influencia de la AT sobre las EAE y viceversa. Esto significa que, si los alumnos presentan autoestima positiva o negativa, no influenciará en su manera de afrontar las demandas del ambiente personal o académico.

Se identificó que el puntaje medio de la autoestima positiva es de (P-valor=16,76), mientras que en la dimensión autoestima negativa es de (P-valor=12,81), por ende, se deduce que los estudiantes poseen una autoestima positiva.

Se estableció que la EAE más usada por los jóvenes fue 'P', la cual puntúa con (P-valor= 4,31), manifestando así que a los alumnos les es más productivo desarrollar estrategias a través de la organización de sus diferentes actividades, además de hacer un mejor uso de sus herramientas a su alcance. Por el contrario, la EAE menos usada fue el 'US' la cual puntúa con (P-valor= 1,02), indicando que los alumnos prefieren no ingerir alcohol y/o sustancias psicoactivas para aliviar su estrés (Carver, 1997).

En lo que concierne a la relación entre la AT y los factores de las EAE, la AT presenta un nivel de significancia principalmente con los factores 'AA' (P-valor=0,159\*>0,05), lo que quiere decir que los estudiantes inician sus quehaceres en su prontitud para aminorar el estrés, también se encontró una relación con el factor 'AD' (P-valor=0,225\*>0,05), en la que el alumno se centra en otras acciones para no pensar en el componente estresor. Por último, se

relacionó con el factor 'N' ( $P\text{-valor}=0,184^*>0,05$ ) que hace referencia a que la persona omite o desplaza el estresor.

Se describió la correlación entre las variables según sexo, en cuanto a la autoestima, tanto en ambos sexos se presentaron similares promedios, 29,7347 para las mujeres y 29,5041 para los varones. Lo mismo sucedió con la variable EAE donde varones y mujeres presentaron promedios similares: 43,8367 y 44,0325 respectivamente.

Se comparó si había diferencias en la autoestima según el sexo, lo que mostró como resultado ( $P\text{-valor}=0,524>0,005$ ), indicando así que no se encontraron diferencias significativas en la AT según sexo.

Finalmente, se analizaron las EAE utilizadas en la muestra según el género, donde se obtuvo ( $P\text{-valor}=0,894>0,05$ ), en otras palabras, no hay diferencia significativa en ambos sexos.

## RECOMENDACIONES

Se recomienda realizar más investigaciones correlacionales a nivel local y nacional que incluyan las variables mencionadas para obtener una base de datos acorde a la realidad universitaria, puesto que al momento de realizar este trabajo se encontraron análisis en población escolar y de cada variable de manera independiente.

Se propone al área de psicopedagogía e internos de prácticas pre profesionales de la escuela de psicología realizar talleres de concientización sobre las EAE enfocado hacia los alumnos de su universidad.

Es importante que en el área de psicopedagogía se realicen talleres de integración entre padres o apoderados y estudiantes de la escuela de psicología, para exponer acerca de cómo éstos pueden acompañar y orientar a sus hijos cuando presentan un nivel de estrés elevado.

Se propone al área de tutoría del programa académico de psicología realizar talleres para fomentar y mantener una autoestima positiva que presentan los estudiantes a través de campañas, frases motivadoras y alentadoras, etc.

## REFERENCIAS

- Avalos, M., & Trujillo, F. (2021). Variables involucradas con el estrés académico y el afrontamiento en universitarios durante el confinamiento por covid-19. *Psicología Iberoamericana*, 29(3).  
<https://doi.org/10.48102/pi.v29i3.331>
- Barraza, A. (2006). Un modelo conceptual para el estudio del estrés académico. *Revista Psicología Científica*, 8(17).  
<https://www.psicologiacientifica.com/estres-academico-modelo-conceptual/>
- Branden, N. (1995). *Los seis pilares de la autoestima*. Paidós.  
<https://books.google.com.pe/books?id=MfhI44CDPMMC&printsec=frontcover#v=onepage&q&f=false>
- Branden, N. (2006). Como mejorar su autoestima.  
<https://ttmib.org/documentos/Branden-Autoestima.pdf>
- Buendía, J., & Mira, J. (1993). *Eventos vitales, afrontamiento y desarrollo, un estudio sobre el estrés infantil*. Editorial EDITUM.  
[https://books.google.com/books?id=gaCFIuVYAD8C&printsec=frontcover&dq=Eventos+vital+es,+afrontamiento+y+desarrollo,+un+estudio+sobre+el+estr%C3%A9s+infantil.&hl=es419&sa=X&ved=2ahUKEwillZ\\_r4Zv4AhUoBrkGHRU0Cy4Q6AF6BAgCEAI](https://books.google.com/books?id=gaCFIuVYAD8C&printsec=frontcover&dq=Eventos+vital+es,+afrontamiento+y+desarrollo,+un+estudio+sobre+el+estr%C3%A9s+infantil.&hl=es419&sa=X&ved=2ahUKEwillZ_r4Zv4AhUoBrkGHRU0Cy4Q6AF6BAgCEAI)
- Cacho, D. (2022). Autoestima y dependencia emocional en relación de pareja en estudiantes de una universidad privada de Chiclayo. 2020-2021.  
<https://repositorio.uss.edu.pe/handle/20.500.12802/10720>

- Carver, C. (1997). You want to measure coping but your protocol's too long: Consider the Brief COPE. *International Journal of Behavioral Medicine*, 4(1), 92-100. [https://www.researchgate.net/profile/Charles-Carver-7/publication/7515511\\_You\\_want\\_to\\_Measure\\_Coping\\_But\\_Your\\_Protocols\\_Too\\_Long\\_Consider\\_the\\_Brief\\_COPE/links/5660685c08ae418a786657d8/You-want-to-Measure-Coping-But-Your-Protocols-Too-Long-Consider-the-Brief-COPE.pdf](https://www.researchgate.net/profile/Charles-Carver-7/publication/7515511_You_want_to_Measure_Coping_But_Your_Protocols_Too_Long_Consider_the_Brief_COPE/links/5660685c08ae418a786657d8/You-want-to-Measure-Coping-But-Your-Protocols-Too-Long-Consider-the-Brief-COPE.pdf)
- Carver, C., Scheier, M., & Weintraub, J. (1989). Assessing coping strategies: A theoretically based approach. *Journal of Personality and Social Psychology*, 56(2), 267–283. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.56.2.267>
- Castro, J., & Rodríguez, E. (2019). Estrategias de afrontamiento y autoestima en estudiantes de nivelación. <http://dspace.unach.edu.ec/bitstream/51000/5954/1/UNACH-EC-FCS-PSC-CLIN-2019-0025.pdf>
- Cervantes, L. (2023). Estrategias de afrontamiento al estrés y satisfacción con la vida en contexto de pandemia por Covid 19 en estudiantes universitarios. <http://repositorio.unfv.edu.pe/handle/20.500.13084/7925>
- Chávez, J., & Peralta, R. (2019). Estrés académico y autoestima en estudiantes de enfermería, Arequipa-Perú. *Revista de Ciencias Sociales*, 25, 384-399. <https://www.redalyc.org/journal/280/28065583029/html/>
- Córdova, J., & Sulca, L. (2018). *Estilos de afrontamiento y felicidad en estudiantes de la facultad de psicología de una universidad particular*

de Lima. [Tesis de licenciatura, Universidad Ricardo Palma] Repositorio URP. <https://repositorio.urp.edu.pe/handle/20.500.14138/1424>

Departamento de Salud, Educación y Bienestar de los Estados Unidos (1979).

Informe Belmont.  
<https://www.bioeticayderecho.ub.edu/archivos/norm/InformeBelmont.pdf>

De Tejada, M. (2016). Evaluación de la autoestima en un grupo de escolares de la gran Caracas Liberabit. *Revista de Psicología*. 16(1), 65-103.  
<https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=68615511010>

Díaz, W. (2019, 26 de enero). Autoestima, dimensiones y consejos. <https://autoestimadimensionesyconsejos.blogspot.com/2019/01/coopersmith-1976-senala-que-la.html>

DuBois, D. L., Bull, C. A., Sherman, M. D., & Roberts, M. (1998). Self-esteem and adjustment in early adolescence: A social-contextual perspective. *Journal of Youth and Adolescence*, 27(5), 557–583.  
<https://doi.org/10.1023/A:1022831006887>

Feldman, J. (2005). *Autoestima ¿Cómo desarrollarla?* Ediciones Narcea S.A.  
<https://books.google.es/books?id=dW7Zr4v6WEIC&printsec=frontcover&hl=es#v=onepage&q&f=false>

Gaeta, M., & Martin, P. (2009). Estrés y adolescencia: Estrategias de afrontamiento y autorregulación en el contexto escolar. *Revista de humanidades*. 15, 327-344.  
<https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=3074506>

- Gómez, A., Agudelo, M., Núñez, C., Caballo, V. (2020). Riesgo suicida y su relación con la inteligencia emocional y la autoestima en estudiantes universitarios. *Terapia Psicológica*, 38(3).  
<https://www.scielo.cl/pdf/terpsicol/v38n3/0718-4808-terpsicol-38-03-0403.pdf>
- Góngora, V. C. y Casullo, M. M. (2009). Validación de la escala de autoestima de Rosenberg en población general y en población clínica de la Ciudad de Buenos Aires. *Revista Iberoamericana de diagnóstico y evaluación psicológica*, 1(27), 179-194.  
<https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=4539884>
- González-Arratia, N., Domínguez, A., & Valdéz, J. (2001). *La autoestima: medición y estrategias de intervención a través de una experiencia en la reconstrucción del ser*. Universidad Autónoma del Estado de México, Toluca. <https://search.worldcat.org/es/title/La-autoestima-:-medicion-y-estrategias-de-intervencion-a-traves-de-una-experiencia-en-la-reconstruccion-del-ser/oclc/52895935>
- González, M. (2006). *Manejo del estrés*. Editorial INNOVA.  
<https://books.google.com.pe/books?id=IWxbtjdHwZwC&printsec=frontcover#v=onepage&q&f=false>
- Harris, M., & Orth, U. (2020). The link between self-esteem and social relationships: A meta-analysis of longitudinal studies. *Journal of personality and social psychology*, 119(6), 1459-1477.  
<https://psycnet.apa.org/fulltext/2019-55803-001.html>

- Hernández, S., & Gutierrez, M. (2012). Estilos de afrontamiento ante eventos estresores de la infancia. *Acta de Investigación Psicológica-Psychological Research Records*. 2(2), 687-698.  
<https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=358933341007>
- Hernández-Sampieri, R., Fernández, C., & Baptista, P. (2014). Metodología de la investigación (6° edición). <https://www.esup.edu.pe/wp-content/uploads/2020/12/2.%20Hernandez,%20Fernandez%20y%20Baptista-Metodolog%C3%ADa%20Investigacion%20Cientifica%206ta%20ed.pdf>
- Iniesta, A., Martínez, A., & Mañas, C. (2014). Autoestima y diversidad funcional. *Asociación nacional de psicología evolutiva de la infancia, adolescencia y mayores*. 2(1), 439- 446.  
<https://www.redalyc.org/pdf/3498/349851782046.pdf>
- La Serna, P., Castillo, T., & Viera, Y. (2023). Ansiedad, autoestima y hábitos de estudio en relación al rendimiento académico de estudiantes universitarios peruanos: contexto Covid-19. *Avances en odontoestomatología*. 39(1).  
<https://scielo.isciii.es/pdf/odonto/v39n1/0213-1285-odonto-39-1-2.pdf>
- Lazarus, R. S. & Folkman, S. (1984). Stress, appraisal and coping. Nueva York: Springer Publishing Company.  
[https://link.springer.com/referenceworkentry/10.1007/978-1-4419-1005-9\\_215](https://link.springer.com/referenceworkentry/10.1007/978-1-4419-1005-9_215)

- Luna, J. (2019). Estrategias de afrontamiento al estrés en estudiantes de prácticas preprofesionales de ciencias de la salud, en un hospital público nivel II-I de Lambayeque, agosto-diciembre, 2019. <https://tesis.usat.edu.pe/handle/20.500.12423/2107>
- Mansilla, M. (200). Etapas del desarrollo humano. *Revista de Investigación en Psicología*, 3(2), 105-116. <https://revistasinvestigacion.unmsm.edu.pe/index.php/psico/article/view/4999>
- Matalinares, M., Díaz, G., Raymundo, O., Baca, D., Uceda, J. & Yaringaño, J. (2016). Afrontamiento del estrés y bienestar psicológico en estudiantes universitarios de Lima y Huancayo. *Persona*, (19), 105-126. <https://doi.org/10.26439/persona2016.n019.975>
- Ministerio de Educación (2021). El impacto del COVID-19 en la salud mental y deserción universitaria: respuestas para la continuidad. <https://www.minedu.gob.pe/conectados/pdf/cursos/webinars/2021/24-de-agosoto-2021-el-impacto-del-covid-19-salud%20mental-desercion-universitaria-respuestas-para-la-continuidad.pdf>
- Mok, E., & Tam, B. (2001). Stressors and Coping Methods among Chronic Haemodialysis Patients in Hong Kong. *Journal of Clinical Nursing*, 10, 503-511. <https://doi.org/10.1046/j.1365-2702.2001.00500.x>
- Morán, C., Landero, R., & Gonzáles, M. (2010). COPE-28: un análisis psicométrico de la versión en español del Brief COPE. *Universitas Psychologica*, 9(2), 543-552.

[http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1657-92672009000200020](http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1657-92672009000200020)

Moreno, C. (2008). *Crecer en la Autoestima*. Editorial Paulinas.  
<https://books.google.com.cu/books?id=CV5xjLMytJUC&printsec=frontcover#v=onepage&q&f=false>

Olvera, Y., Domínguez, B., & Cruz, A. (2002). *Inteligencia emocional*. Editorial Plaza y Valdés S.A.  
<https://books.google.com.pe/books?id=irw3FVPVNXAC&pg=PA33&dq=estilos+de+afrontamiento&hl=es419&sa=X&ved=2ahUKEwiMsePMp74AhVAA7kGHVlqCToQ6AF6BAgDEAI#v=onepage&q=estilos%20de%20afrontamiento&f=false>

Otoya, C. (2021). Estrategias de afrontamiento frente al estrés en estudiantes de prácticas pre profesionales de Psicología, Chiclayo, Agosto – Diciembre 2020 [Tesis de licenciatura].  
<https://tesis.usat.edu.pe/handle/20.500.12423/3682>

Pérez, J. (2018). Capítulo Uno. *Trata el estrés con PNL* (1-4). (2ª ed.). PNL.  
<https://www.cerasa.es/media/areces/files/book-attachment-1677.pdf>

Piergiovanni, L. & Depaula, P. (2018). Autoeficacia y estilos de afrontamiento al estrés en estudiantes universitarios. *Ciencias Psicológicas*. 12(1), 17-23.  
[http://www.scielo.edu.uy/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1688-42212018000100017](http://www.scielo.edu.uy/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1688-42212018000100017)

Rojas, C., Zegers, B., & Foster, C. (2009). La escala de autoestima de Rosenberg: Validación para Chile en una muestra de jóvenes adultos,

adultos y adultos mayores. *Revista médica de Chile.* -137(6) 781-800.  
[https://www.scielo.cl/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0034-98872009000600009](https://www.scielo.cl/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0034-98872009000600009)

Rosenberg, M. (1965). *Society and the adolescent selfimage.* Princeton University Press.  
<https://books.google.com.pe/books?id=YR3WCgAAQBAJ&printsec=copyright#v=onepage&q&f=false>

Savitsky, B., Findling, Y., Erel, A., Hendel, T. (2020). Anxiety coping strategies among nursing students during the covid-19 pandemic. *ScienceDirect*, 46. <https://doi.org/10.1016/j.nepr.2020.102809>

Scafarelli, L., & García, R. (2010). Estrategias de afrontamiento al estrés en una muestra de jóvenes universitarios uruguayos. *Ciencias Psicológicas.* 4(2), 165-175.  
<https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=459545426004>

Selye, H. (1956). *The stress of life.* New York, U.S.A.: McGraw-Hill Book Company.  
[https://journals.lww.com/jbjsjournal/citation/1957/39020/the\\_stress\\_of\\_life\\_\\_hans\\_selye,\\_m\\_d\\_\\_new\\_york,.34.aspx](https://journals.lww.com/jbjsjournal/citation/1957/39020/the_stress_of_life__hans_selye,_m_d__new_york,.34.aspx)

Seminario, E. (2018). Nivel de autoestima en trabajadores del centro de salud de Ayabaca-Piura 2018.  
<https://repositorio.uladech.edu.pe/handle/20.500.13032/2642>

Sierra, J., Ortega, V., & Zubeidat, I. (2003). Ansiedad, angustia y estrés: tres conceptos a diferenciar. *Revista Mal-estar E Subjetividade.* 3(1), 10-59. <https://www.redalyc.org/pdf/271/27130102.pdf>

- Solís, C. y Vidal, A. (2006). Estilos y estrategias de afrontamiento en adolescentes. *Revista de Psiquiatría y Salud Mental Hermilo Valdizán*, 7(1), 33-39. [http://www.hhv.gob.pe/wp-content/uploads/Revista/2006/I/3-ESTILOS\\_Y ESTRATEGIAS\\_DE\\_AFRONTAMIENTO.pdf](http://www.hhv.gob.pe/wp-content/uploads/Revista/2006/I/3-ESTILOS_Y ESTRATEGIAS_DE_AFRONTAMIENTO.pdf)
- Soriano, J. (2002). Reflexiones sobre el concepto de afrontamiento en psicooncología. 75, 73-85. <https://cutt.ly/rTIVV4Z>
- Stora, J. (1991). *El estrés ¿Qué sé?*. Publicaciones Cruz O., S.A. [https://books.google.co.ve/books?id=pF9L7HajHxkC&printsec=frontcover&hl=es&source=gbs\\_ge\\_summary\\_r&cad=0#v=onepage&q&f=false](https://books.google.co.ve/books?id=pF9L7HajHxkC&printsec=frontcover&hl=es&source=gbs_ge_summary_r&cad=0#v=onepage&q&f=false)
- Tamayo, M. (2007). *El proceso de la investigación científica*. México: Limusa. [https://www.gob.mx/cms/uploads/attachment/file/227860/El\\_proceso\\_de\\_la\\_investigaci\\_n\\_cient\\_fica\\_Mario\\_Tamayo.pdf](https://www.gob.mx/cms/uploads/attachment/file/227860/El_proceso_de_la_investigaci_n_cient_fica_Mario_Tamayo.pdf)
- Torres, X. & Baillés, E. (2019). *El estrés. Cómo detectarlo y controlarlo para mejorar la salud*. Editorial Amat. <https://books.google.com.pe/books?id=xZygDwAAQBAJ&printsec=frontcover&dq=libros+acerca+el+estr%C3%A9s&hl=es419&sa=X&ved=2ahUKEwjbuZWg3pv4AhWfLbkGHWZaBKcQ6wF6BAgHEAE#v=onepage&q=libros%20acerca%20el%20estr%C3%A9s&f=false>
- Ventura, J., Caycho, T., Barboza, M., & Salas, G. (2018). Evidencias psicométricas de la escala de Autoestima de Rosenberg en adolescentes limeños. *Revista Interamericana de Psicología*. 52(1), 44-66.

<https://journal.sipsych.org/index.php/IJP/article/download/363/pdf/246>

0

Wilhelm, K., Martín, G., & Miranda, Ch. (2012). Autoestima profesional: competencia mediadora en el marco de la evaluación docente. *Revista Latinoamericana de Ciencias Sociales, Niñez y Juventud*. 10(1), 339-350. <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=77323982020>

Zamora, A. & Leiva, F. (2021). Estrés académico y autoestima en universitarios de Lima metropolitana en contexto COVID-19 durante el año 2021. *Academo Asunción*. 9(2). 127-138. <https://doi.org/10.30545/academo.2022.jul-dic.2>

## ANEXOS

### ANEXO B (PRUEBAS DE NORMALIDAD)

**Tabla 12**

	Pruebas de normalidad		
	Kolmogorov-Smirnov <sup>a</sup>		
	Estadístico	gl	Sig.
Autoestima	,064	172	,079
Estrategias de afrontamiento al estrés	,082	172	,006

*Nota.* Pruebas de normalidad de ambas variables estudiadas.

AT sí mostró normalidad, cualidad no observable en la variable EAE, (P-valor= 0.079<0,05) y (P-valor= 0.006<0,05) respectivamente.

**Tabla 13**

	Pruebas de normalidad		
	Kolmogorov-Smirnov <sup>a</sup>		
	Estadístico	gl	Sig.
Autoestima negativa	,106	172	,000
Autoestima positiva	,129	172	,000

*Nota.* Pruebas normalidad para la autoestima positiva y negativa.

Ambos factores de la AT no mostraron una distribución normal, esto es (P-valor= 0.000<0,05) y (P-valor = 0.006<0,05) respectivamente. Demostrando la no normalidad de los factores de la variable.

**Tabla 14**

	Pruebas de normalidad		
	Kolmogorov-Smirnov <sup>a</sup>		
	Estadístico	gl	Sig.
Autoestima	,149	172	,000
Factor 'Apoyo emocional'	,208	172	,000
Factor 'Apoyo social'	,209	172	,000
Factor 'Afrontamiento activo'	,216	172	,000
Factor 'Planificación'	,194	172	,000
Factor 'Uso de sustancias'	,339	172	,000

Factor 'Humor'	,146	172	,000
Factor 'Religión'	,129	172	,000
Factor 'Autodistracción'	,197	172	,000
Factor 'Negación'	,184	172	,000
Factor 'Desahogo'	,171	172	,000
Factor 'Autoinculpación'	,178	172	,000
Factor 'Desconexión'	,176	172	,000
Factor 'Aceptación'	,191	172	,000
Factor 'Reevaluación Positiva'	,201	172	,000

Nota. Pruebas normalidad para la AT y los factores de las EAE.

La AT y los factores de las EAE no presentaron normalidad, esto es (P-valor= 0.000<0,05) y (P-valor= 0.000<0,05) respectivamente.

**Tabla 15**

Pruebas de normalidad				
		Kolmogorov-Smirnov <sup>a</sup>		
	Sexo	Estadístico	gl	Sig.
Autoestima	Masculino	,115	49	,125
	Femenino	,082	123	,043
Estrategias de afrontamiento al estrés	Masculino	,121	49	,072
	Femenino	,074	123	,096

Nota. Pruebas de normalidad en cuanto al sexo femenino y masculino de las variables estudiadas.

En la AT, los varones presentaron distribución normal (P-valor= 0.125>0,05), mientras que, las mujeres, no presentaron una distribución normal (P-valor= 0.04<0,05), es por ello que se aplicó la prueba de U Mann Whitney. La variable EAE, las puntuaciones en los varones mostraron una distribución normal (P-valor= 0.072>0,05) de la misma manera en mujeres (P-valor= 0.096>0,05), se aplicó la prueba Z y prueba de Levene.

## ANEXO C (CONSENTIMIENTO INFORMADO)

### Autoestima y estilos de afrontamiento al estrés en universitarios.

Si actualmente usted se encuentra estudiando en una universidad privada, puede participar de este cuestionario con fines académicos.

 vanessa.brahu@gmail.com (no se comparten) [Cambiar cuenta](#) 

\*Obligatorio

#### Consentimiento informado

Estimado(a) participante:

El presente estudio es realizado por las estudiantes Vanessa Janice Bravo Huanay y Brenda Atenea Ocaña Fernández pertenecientes a la escuela profesional de Psicología de la Universidad de San Martín de Porres. El objetivo de la presente investigación es descubrir si existe una relación entre la autoestima y los estilos de afrontamiento al estrés en estudiantes de una Universidad Privada de Chiclayo.

Su colaboración implica que responda una ficha de datos y 2 cuestionarios, donde no existen respuestas correctas ni incorrectas, sin embargo, se le solicita leer las preguntas con detenimiento y responder con total sinceridad. Dicha participación es voluntaria, anónima y confidencial. Si usted desea desertar o interrumpir el cuestionario podrá hacerlo sin perjuicio. La información obtenida será utilizada para fines estrictamente académicos y científicos.

En caso de tener alguna duda o interrogante puede contactarse con las investigadoras a través de los siguientes correos electrónicos:  
[vanessa.brahu@gmail.com](mailto:vanessa.brahu@gmail.com) o [brendaocana1004@gmail.com](mailto:brendaocana1004@gmail.com)

¿Acepta participar en la presente investigación de forma voluntaria? \*

Sí

No

[Siguiete](#)

[Borrar formulario](#)

## ANEXO D (FICHAS TÉCNICAS)

### **Figura 2**

#### *Escala de Autoestima de Rosenberg (EAR)*

**Nombre:** Escala de Autoestima de Rosenberg (EAR).

**Autor:** Morris Rosenberg.

**Año:** 1965

**Tipo de instrumento:** Escala

**Objetivo:** Evaluar el nivel de satisfacción que una persona tiene consigo misma.

**Población:** Colectiva

**Tiempo de aplicación:** 10 minutos.

**Dimensiones:** Distribuidas en 2 dimensiones, autoestima positiva y autoestima negativa, que oscilan 5 ítems cada una, siendo así 10 ítems en total.

**Tipo de respuesta:** Escala de Likert conformada por cuatro opciones, Muy en desacuerdo (1), En desacuerdo (2), De acuerdo (3) y Muy de acuerdo (4).

**Forma de calificación:** La calificación se alcanza sumando la nota de los ítems 2, 5, 8, 9, 10 y la nota de los ítems 1, 3, 4, 6, 7. La calificación total oscila entre 10 y 40. Los resultados más altos indican una autoestima más alta.

**Adaptación peruana.** Validado en Lima-Perú por el Dr. José Ventura-León, *et al.* (2018) en una muestra formada por 715 adolescentes estudiantes, que oscilan desde los 10 hasta los 17 años de edad, siendo el 51.3% del género femenino, y el 48.7% del género masculino.

*Nota.* Ficha técnica de la escala de autoestima de Rosenberg.

### **Figura 3**

#### *Cuestionario de Estilos de Afrontamiento al Estrés (COPE)*

**Nombre:** Cuestionario de Estilos de Afrontamiento al estrés (Brief-COPE)-Versión Abreviada.

**Autor:** Carver, S.

**Año:** 1997

**Tipo de instrumento:** Cuestionario

**Objetivo:** Evaluar las estrategias de afrontamiento al estrés.

**Población:** General

**Tiempo de aplicación:** 15-20 minutos.

**Dimensiones:** Ordenada en 14 dimensiones, que presentan 2 ítems cada una, siendo en total 28 ítems como: el apoyo emocional, apoyo social, afrontamiento activo, planificación, uso de sustancias, humor, negación, auto distracción, desahogo, religión, autoinculpación, aceptación y reevaluación positiva.

**Tipo de respuesta:** Escala de Likert de 4 opciones, Nunca hago esto (0), Pocas veces hago esto (1), A veces hago esto (2) y Hago siempre esto (3).

**Forma de calificación:** Se suma la puntuación de los ítems para cada subescala. El resultado se debe dividir entre el número de ítems que compone cada subescala. La puntuación para cada una de ellas oscila entre 0 y 3 (máximo). Se especifican los ítems que constituyen cada dimensión. Apoyo social: 13 y 23; Afrontamiento activo: 7 y 18; Aceptación: 22 y 25; Autodistracción: 5 y 28; Negación: 8 y 12; Planificación: 17 y 21; Humor: 20 y 27; Autoinculpación: 1 y 2; Apoyo emocional: 15 y 24; Desconexión: 6 y 10; Desahogo: 11 y 26; Reevaluación positiva: 4 y 16; Uso de sustancias: 3 y 9 y Religión: 14 y 19.

**Adaptación española.** Se desarrolló una adaptación en México por Morán, Landero y Gonzáles (2010), de manera abreviada la cual consta de 28 ítems en una muestra de 260 personas con un rango de edad de 21 a 61 años de edad, en cuanto al género, el 66.8% pertenecen al género femenino y el 33.2% pertenecen al género masculino.

**Adaptación peruana.** Se realizó una validación al contexto peruano a través de una adaptación lingüística verificada por los jueces Mg. Deivy Baca, psicóloga Elisa Galarreta Reynaga y psicóloga Giuliana Cañola, Ramírez, todos pertenecientes al área educativa.

**Nota.** Ficha técnica del cuestionario de Brief-COPE 28.

## ANEXO E (PRUEBA DE NORMALIDAD Y CONFIABILIDAD DE INSTRUMENTOS)

### **Figura 4**

*Validez y confiabilidad de la escala de Autoestima (EAR).*

Al realizar el análisis factorial confirmatorio se encontraron indicios de bondad de ajustes adecuados que confirman la estructura unidimensional de la prueba con ítems inversos, en lo que respecta a los parámetros derivó los valores de  $CFI > ,95$ ,  $RMSEA < .06$ ,  $SRMR < .08$ . La confiabilidad se estableció mediante el coeficiente Alfa de Cronbach cuyas puntuaciones arrojaron  $\alpha = .86$ , contrastable con lo expuesto por Ventura de León et al. (2018) quien, al realizar la validación del instrumento en Perú, concluyó que existen adecuadas propiedades psicométricas para las dimensiones de autoestima positiva  $\omega = .803$  y la autoestima negativa  $\omega = .723$ .

*Nota.* Validez y confiabilidad del instrumento EAR.

## **Figura 5**

### *Validez y confiabilidad del instrumento Brief-COPE 28.*

Como parte del análisis factorial exploratorio se descubrió que según el valor del KMO= .663 y según la prueba de Bartlett= .001, lo cual indica que los resultados no son concluyentes. La confiabilidad se estableció a través del Alfa de Cronbach cuyas puntuaciones arrojaron de acuerdo a la dimensión apoyo emocional  $\alpha=.78$ , apoyo social  $\alpha=.64$ , afrontamiento activo  $\alpha=.58$ , planificación  $\alpha=.60$ , uso de sustancias  $\alpha=.93$ , humor  $\alpha=.79$ , religión  $\alpha=.80$ , auto distracción  $\alpha=.59$ , negación  $\alpha=.64$ , desahogo  $\alpha=.58$ , autoinculpación  $\alpha=.58$ , desconexión  $\alpha=.63$ , reinterpretación positiva  $\alpha=.59$  y aceptación  $\alpha=.30$ , a raíz de ello, se concluye que el análisis de fiabilidad no es el más adecuado dado que las subescalas se encuentran formadas por dos ítems.

*Nota.* Validez y confiabilidad del instrumento Brief-COPE 28.