

**UNIVERSIDAD DE HUANUCO**  
**FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD**  
**PROGRAMA ACADÉMICO DE PSICOLOGÍA**



**TESIS**

---

**“Estrategias de afrontamiento y ansiedad en los estudiantes de la  
Institución Educativa Santo Domingo de Guzmán – Chicama –  
Ascope – La Libertad 2024”**

---

**PARA OPTAR EL TÍTULO PROFESIONAL DE LICENCIADO EN  
PSICOLOGÍA**

**AUTORA: Mercado Jave, Thalía Elizabeth**

**ASESOR: Llanto Cercedo, Richard Pinett**

**HUÁNUCO – PERÚ**

**2025**

# U

# D

# H

**TIPO DEL TRABAJO DE INVESTIGACIÓN:**

- Tesis ( X )
- Trabajo de Suficiencia Profesional( )
- Trabajo de Investigación ( )
- Trabajo Académico ( )

**LÍNEAS DE INVESTIGACIÓN:** Psicología Educativa**AÑO DE LA LÍNEA DE INVESTIGACIÓN** (2020)**CAMPO DE CONOCIMIENTO OCDE:****Área:** Ciencias sociales**Sub área:** Psicología**Disciplina:** Psicología (incluye terapias de aprendizaje, habla, visual y otras discapacidades físicas mentales)**DATOS DEL PROGRAMA:**

Nombre del Grado/Título a recibir: Título

Profesional de licenciado(a) en psicología

Código del Programa: P34

Tipo de Financiamiento:

- Propio ( X )
- UDH ( )
- Fondos Concursables ( )

**DATOS DEL AUTOR:**

Documento Nacional de Identidad (DNI): 44635392

**DATOS DEL ASESOR:**

Documento Nacional de Identidad (DNI): 22514029

Grado/Título: Magister en gestión pública

Código ORCID: 0000-0003-4978-1445

**DATOS DE LOS JURADOS:**

| Nº | APELLIDOS Y NOMBRES                | GRADO                                                                                                | DNI      | Código ORCID         |
|----|------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------|----------------------|
| 1  | Calderón Carrillo, Manuel Santiago | Magister en psicología educativa.                                                                    | 22414679 | 0009-0004-7493-863X  |
| 2  | Celis Victorio, Maximiliana        | Maestro en sistema de protección de los derechos del niño, niña y adolescente frente a la violencia. | 42176066 | 0009-0008-1495-109X  |
| 3  | Vela Ramírez, Petita               | Maestra en gestión pública.                                                                          | 71550799 | 0009-0006-4956- 962X |



**Facultad de Ciencias de la Salud**  
**Programa Académico Profesional de Psicología**



*"Psicología, la fuerza que mueve al mundo y lo cambia"*

**"AÑO DE LA RECUPERACIÓN Y CONSOLIDACIÓN DE LA ECONOMÍA  
PERUANA"**

**ACTA DE SUSTENTACIÓN DE TESIS**

En la ciudad de Huánuco, siendo las **16:30 P.M** horas del día **13** del mes de **mayo** del año dos mil veinticinco, en el auditorio de la Facultad de Ciencias de la Salud de la ciudad universitaria La Esperanza en cumplimiento de lo señalado en el Reglamento de Grados y Títulos de la Universidad de Huánuco, se reunió el **Jurado Calificador** integrado por los docentes:

- MG. PETITA VELA RAMIREZ **PRESIDENTE**
- MG. MAXIMILIANA CELIS VICTORIO **SECRETARIA**
- MG. MANUEL SANTIAGO CALDERON CARRILLO **VOCAL**
- MG. KARINA VANESSA DIESTRO CALORETTI (JURADO ACESITARIO)
- **ASESOR DE TESIS. MG. RICHARD PINETT LLANTO CERCEO.**

Nombrados mediante Resolución N° 1354-2025-D-FCS-UDH, para evaluar la Tesis titulada. **"ESTRATEGIAS DE AFRONTAMIENTO Y ANSIEDAD EN LOS ESTUDIANTES DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA SANTO DOMINGO DE GUZMÁN - CHICAMA - ASCOPE - LA LIBERTAD 2024"**, Presentado por la Bachiller en Psicología, **SRA. MERCADO JAVE, THALIA ELIZABETH**, para optar el Título Profesional de **LICENCIADA EN PSICOLOGÍA**.

Dicho acto de sustentación se desarrolló en dos etapas: exposición y absolución de preguntas, procediéndose luego a la evaluación por parte de los miembros del Jurado.

Habiendo absuelto las objeciones que le fueron formuladas por los miembros del jurado y de conformidad con las respectivas disposiciones reglamentarias, procedieron a deliberar y calificar, declarándolo (a) **APROBADA** por **UNANIMIDAD** con el calificativo cuantitativo de **15** y cualitativo de **BUENO**.

Siendo las **5:43** Horas del día **13** del mes de **MAYO** del año **2025**, los miembros del Jurado Calificador firman la presente Acta en señal de conformidad.

**MG. PETITA VELA RAMIREZ**

Orcid.org/0000-0002-5360-1649 - DNI: **71550799**

**PRESIDENTA**

**MG. MAXIMILIANA CELIS VICTORIO**

orcid.org/0009-0008-1495-109X - DNI: **42176066**

**SECRETARIA**

**MG. MANUEL SANTIAGO CALDERON CARRILLO**

0009-0004-7493-863X - DNI: **22414679**

**VOCAL**



VICERRECTORADO DE  
INVESTIGACIÓN



## UNIVERSIDAD DE HUÁNUCO



### CONSTANCIA DE ORIGINALIDAD

El comité de integridad científica, realizó la revisión del trabajo de investigación del estudiante: THALÍA ELIZABETH MERCADO JAVE, de la investigación titulada "ESTRATEGIAS DE AFRONTAMIENTO Y ANSIEDAD EN LOS ESTUDIANTES DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA SANTO DOMINGO DE GUZMÁN - CHICAMA - ASCOPE - LA LIBERTAD 2024", con asesor(a) RICHARD PINETT LLANTO CERCEO, designado(a) mediante documento: RESOLUCIÓN N° 1016-2024-D-FCS-UDH del P. A. de PSICOLOGÍA.

Puede constar que la misma tiene un índice de similitud del 17 % verificable en el reporte final del análisis de originalidad mediante el Software Turnitin.

Por lo que concluyo que cada una de las coincidencias detectadas no constituyen plagio y cumple con todas las normas de la Universidad de Huánuco.

Se expide la presente, a solicitud del interesado para los fines que estime conveniente.

Huánuco, 15 de abril de 2025



RICHARD J. SOLIS TOLEDO  
D.N.I.: 47074047  
cod. ORCID: 0000-0002-7629-6421



MANUEL E. ALIAGA VIDURIZAGA  
D.N.I.: 71345687  
cod. ORCID: 0009-0004-1375-5004

## 99. Thalía Elizabeth Mercado Jave.docx

### INFORME DE ORIGINALIDAD

|                     |                     |               |                         |
|---------------------|---------------------|---------------|-------------------------|
| <b>17%</b>          | <b>17%</b>          | <b>5%</b>     | <b>7%</b>               |
| INDICE DE SIMILITUD | FUENTES DE INTERNET | PUBLICACIONES | TRABAJOS DEL ESTUDIANTE |

### FUENTES PRIMARIAS

|          |                                                                                     |           |
|----------|-------------------------------------------------------------------------------------|-----------|
| <b>1</b> | <b>hdl.handle.net</b><br>Fuente de Internet                                         | <b>6%</b> |
| <b>2</b> | <b>repositorio.ucv.edu.pe</b><br>Fuente de Internet                                 | <b>3%</b> |
| <b>3</b> | <b>repositorio.udh.edu.pe</b><br>Fuente de Internet                                 | <b>2%</b> |
| <b>4</b> | <b>Submitted to Universidad Privada San Juan Bautista</b><br>Trabajo del estudiante | <b>1%</b> |
| <b>5</b> | <b>Submitted to Universidad Cesar Vallejo</b><br>Trabajo del estudiante             | <b>1%</b> |



RICHARD J. SOLIS TOLEDO  
D.N.I.: 47074047  
cod. ORCID: 0000-0002-7629-6421



MANUEL E. ALIAGA VIDURIZAGA  
D.N.I.: 71345687  
cod. ORCID: 0009-0004-1375-5004

## **DEDICATORIA**

Dedico esta indagación a Dios Todopoderoso, cuya infinita bondad y amor me guiaron y fortalecieron. También a mis apoderados, por instruirme principios, orientarme por el lado correcto y apoyarme en la consecución de mis metas, y a mi familia, pilar fundamental y motor de mi constante trayectoria.

## **AGRADECIMIENTOS**

Doy gracias a Dios por otorgarme la opción de continuar creciendo profesionalmente. Mi valoración también a la Universidad de Huánuco, por fortalecer y apoyar mi instrucción, permitiéndome desarrollarme como profesional, y a los educadores de la universidad, por compartir con nosotros saberes actualizados y por dedicar un momento de gran valía. Expreso un especial agradecimiento a mi asesor, la Mg. Richard Pinett Llanto Cercedo, por su dedicación, comprensión y disponibilidad, así como por su compromiso con la educación en beneficio de la sociedad. Finalmente, agradezco al director y a los educandos de la I. E. Santo Domingo de Guzmán por su invaluable y generosa colaboración, que hizo posible la aplicación de esta indagación.

## INDICE

|                                              |      |
|----------------------------------------------|------|
| DEDICATORIA .....                            | II   |
| AGRADECIMIENTOS .....                        | III  |
| ÍNDICE DE TABLAS .....                       | VII  |
| ÍNDICE DE FIGURAS .....                      | VIII |
| RESUMEN .....                                | IX   |
| ABSTRACT .....                               | X    |
| INTRODUCCIÓN .....                           | XI   |
| CAPITULO I .....                             | 12   |
| PROBLEMA DE INVESTIGACIÓN .....              | 12   |
| 1.1. DESCRIPCIÓN DEL PROBLEMA .....          | 12   |
| 1.2. FORMULACIÓN DEL PROBLEMA .....          | 13   |
| 1.2.1. PROBLEMA GENERAL .....                | 13   |
| 1.2.2. PROBLEMA ESPECÍFICOS .....            | 13   |
| 1.3. OBJETIVOS .....                         | 14   |
| 1.3.1. OBJETIVO GENERAL .....                | 14   |
| 1.3.2. OBJETIVOS ESPECIFICOS .....           | 14   |
| 1.4. JUSTIFICACIÓN DE LA INVESTIGACIÓN. .... | 14   |
| 1.4.1. JUSTIFICACIÓN TEÓRICA .....           | 14   |
| 1.4.2. JUSTIFICACIÓN PRÁCTICA. ....          | 15   |
| 1.4.3. JUSTIFICACIÓN METODOLÓGICA .....      | 15   |
| 1.5. LIMITACIONES DE LA INVESTIGACION . .... | 16   |
| 1.6. VIABILIDAD DE LA INVESTIGACION .....    | 16   |
| CAPITULO II .....                            | 18   |
| MARCO TEORICO .....                          | 18   |
| 2.1. ANTECEDENTES DE LA INVESTIGACIÓN. ....  | 18   |

|                                                                  |    |
|------------------------------------------------------------------|----|
| 2.1.1. ANTECEDENTES INTERNACIONALES.....                         | 18 |
| 2.1.2. ANTECEDENTES NACIONALES. ....                             | 20 |
| 2.1.3. ANTECEDENTES LOCALES. ....                                | 22 |
| 2.2. BASES TEÓRICAS.....                                         | 23 |
| 2.2.2. ESTRATEGIAS DE AFRONTAMIENTO.....                         | 24 |
| 2.2.4. DEFINICIÓN DE ANSIEDAD.....                               | 27 |
| 2.3. DEFINICIONES CONCEPTUALES DE TÉRMINOS BÁSICOS. ....         | 32 |
| 2.4. HIPÓTESIS.....                                              | 34 |
| 2.4.1. HIPÓTESIS GENERAL .....                                   | 34 |
| 2.4.2. HIPÓTESIS ESPECÍFICAS.....                                | 34 |
| 2.5. VARIABLES.....                                              | 35 |
| 2.5.1. VARIABLE 1: ESTRATEGIAS DE AFRONTAMIENTO. ....            | 35 |
| 2.5.2. VARIABLE 2: ANSIEDAD.....                                 | 35 |
| 2.6. OPERACIONALIZACIÓN DE LAS VARIABLES.....                    | 36 |
| CAPITULO III.....                                                | 43 |
| METODOLÓGICA DE INVESTIGACIÓN.....                               | 43 |
| 3.1. TIPO DE INVESTIGACIÓN. ....                                 | 43 |
| 3.1.1. ENFOQUE.....                                              | 43 |
| 3.1.2. ALCANCE O NIVEL DE INVESTIGACIÓN.....                     | 44 |
| 3.1.3. DISEÑO DE INVESTIGACIÓN.....                              | 44 |
| 3.2. POBLACIÓN Y MUESTRA. ....                                   | 44 |
| 3.2.1. POBLACIÓN.....                                            | 44 |
| 3.2.2. MUESTRA.....                                              | 45 |
| 3.3. TÉCNICAS E INSTRUMENTOS DE RECOLECCIÓN DE DATOS. 46         |    |
| 3.4. TÉCNICAS PARA EL PROCESAMIENTO Y ANÁLISIS DE<br>DATOS ..... | 50 |
| CAPITULO IV.....                                                 | 52 |

|                                                            |    |
|------------------------------------------------------------|----|
| RESULTADOS.....                                            | 52 |
| 4.1. PROCESAMIENTO DE DATOS .....                          | 52 |
| 4.2. CONTRASTACIÓN DE HIPÓTESIS Y PRUEBA DE HIPOTESIS..... | 59 |
| 4.2.1. PRUEBA DE NORMALIDAD .....                          | 59 |
| 4.2.2. CONTRASTACIÓN DE LA HIPÓTESIS ESPECÍFICA.....       | 63 |
| CAPITULO V.....                                            | 68 |
| DISCUSIÓN DE RESULTADOS.....                               | 68 |
| CONCLUSIONES .....                                         | 71 |
| RECOMENDACIONES.....                                       | 72 |
| REFERENCIAS .....                                          | 75 |
| ANEXOS.....                                                | 79 |

## ÍNDICE DE TABLAS

|                                                                                                                                                             |    |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----|
| Tabla 1 Población de educandos I. E. Santo Domingo de Guzmán 2024 ....                                                                                      | 45 |
| Tabla 2 Muestra de educandos I. E. Santo Domingo de Guzmán 2024 .....                                                                                       | 45 |
| Tabla 3 Tamaño y distribución de la muestra de los educandos de la I. E. Santo Domingo de Guzmán 2024 .....                                                 | 52 |
| Tabla 4 Resultados de la evaluación de la variable Estrategias de afrontamiento de los educandos de la I. E. Santo Domingo de Guzmán 2024 .....             | 53 |
| Tabla 5 Resultados de la evaluación de la variable Ansiedad de los educandos de la I. E. Santo Domingo de Guzmán 2024.....                                  | 54 |
| Tabla 6 Resultados de la evaluación de la dimensión ansiedad fisiológica de los educandos de la I. E. Santo Domingo de Guzmán 2024.....                     | 55 |
| Tabla 7 Resultados de la evaluación de la dimensión inquietud hipersensibilidad de los educandos de la I. E. Santo Domingo de Guzmán 2024.....              | 56 |
| Tabla 8 Resultados de la evaluación de la dimensión preocupaciones sociales / concentración de los educandos de la I. E. Santo Domingo de Guzmán 2024 ..... | 57 |
| Tabla 9 Resultados de la evaluación de la dimensión mentira de los educandos de la I. E. Santo Domingo de Guzmán 2024 .....                                 | 58 |
| Tabla 8 Prueba de Normalidad .....                                                                                                                          | 59 |
| Tabla 9 Intervalos de correlación .....                                                                                                                     | 62 |
| Tabla 10 Correlación de Rho de Spearman para la hipótesis general.....                                                                                      | 63 |
| Tabla 11 Correlación de Rho de Spearman para la hipótesis específica 1...63                                                                                 |    |
| Tabla 12 Correlación de Rho de Spearman para la hipótesis específica 2...65                                                                                 |    |
| Tabla 13 Correlación de Rho de Spearman para la hipótesis específica 3...66                                                                                 |    |
| Tabla 14 Correlación de Rho de Spearman para la hipótesis específica 4...67                                                                                 |    |

## ÍNDICE DE FIGURAS

|                                                                                                                                                              |    |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----|
| Figura 1 Resultados de la evaluación de la variable estrategias de afrontamiento de los educandos de la I. E. Santo Domingo de Guzmán 2024 .....             | 53 |
| Figura 2 Resultados de la evaluación de la variable Ansiedad de los educandos de la I. E. Santo Domingo de Guzmán 2024 .....                                 | 54 |
| Figura 3 Resultados de la evaluación de la dimensión ansiedad fisiológica de los educandos de la I. E. Santo Domingo de Guzmán 2024.....                     | 55 |
| Figura 4 Resultados de la evaluación de la dimensión inquietud hipersensibilidad de los educandos de la I. E. Santo Domingo de Guzmán 2024.....              | 56 |
| Figura 5 Resultados de la evaluación de la dimensión preocupaciones sociales / concentración de los educandos de la I. E. Santo Domingo de Guzmán 2024 ..... | 57 |
| Figura 6 Resultados de la evaluación de la dimensión mentira de los educandos de la I. E. Santo Domingo de Guzmán 2024 .....                                 | 58 |
| Figura 7 Normalidad de los datos para la variable Estrategias de afrontamiento .....                                                                         | 60 |
| Figura 8 Normalidad de los datos para la variable Ansiedad .....                                                                                             | 61 |

## RESUMEN

Esta indagación tiene el determinar la relación que existe entre las estrategias de afrontamiento y la ansiedad en los educandos de la I. E. Santo Domingo de Guzmán.

La indagación es de tipo no experimental y tiene un diseño correlacional transversal. La población fue integrada por 182 educandos de la I. E. Santo Domingo de Guzmán, seleccionados mediante un muestreo no probabilístico por conveniencia. Se dispuso de la técnica de la encuesta, aplicando cuestionarios elaborados para cada variable y sus correspondientes dimensiones. Para garantizar la confiabilidad, se empleó Cronbach, el cual mostró un alto nivel de confiabilidad, permitiendo su posterior aplicación.

Como hallazgos se exhibió que la prueba de correlación de hipótesis Rho Spearman, donde  $r = 0,993$  es una correlación positiva muy alta, con un p-valor de 0,000 que es menor que el nivel de significancia (0,05), se ratifica la hipótesis de indagación.

Se ultimó que existe relación significativa entre las estrategias de afrontamiento y la ansiedad en los educandos de la I. E. Santo Domingo de Guzmán 2024.

**PALABRAS CLAVES:** Estrategias de afrontamiento, ansiedad, ansiedad fisiológica, inquietud e hipersensibilidad, preocupaciones sociales y concentración y mentira.

## **ABSTRACT**

This study aims to determine the relationship between coping strategies and anxiety in students at the Santo Domingo de Guzmán Elementary School.

The study is non-experimental and uses a cross-sectional correlational design. The population consisted of 182 students from the Santo Domingo de Guzmán Elementary School, selected through non-probability convenience sampling. A survey technique was used, administering questionnaires developed for each variable and its corresponding dimensions. To ensure reliability, the Cronbach's test was used, which showed a high level of reliability, allowing for subsequent application.

The findings showed that the Spearman's Rho hypothesis correlation test, where  $r = 0.993$  is a very high positive correlation, with a p-value of 0.000, which is less than the significance level (0.05), confirms the research hypothesis.

It was concluded that there is a significant relationship between coping strategies and anxiety in students at the I. E. Santo Domingo de Guzmán 2024.

**KEYWORDS:** Coping strategies, anxiety, physiological anxiety, restlessness and hypersensitivity, social concerns and concentration, and lying.

## INTRODUCCIÓN

Las estrategias de afrontamiento emergen como una consecuencia de la ansiedad de los educandos, es de magnitud imprescindible conocer el nivel de ansiedad que es y será un tema de marcado en la I. E.

Hoy en día, la ansiedad es cada vez más común entre los educandos en sus labores académicas, porque tiende a afectar su salud y por ende repercutir en el éxito académico de los educandos.

Considerando la situación de los educandos de la I. E., que las exigencias académicas y personales superan su capacidad general y aumenta el potencial de ansiedad.

Actualmente, la presión académica cumple una función esencial en las labores académicas de los educandos de la I. E. Se han realizado indagaciones internacionales sobre las estrategias de afrontamiento para medir el nivel de ansiedad de los educandos, ya que está claro que es un factor que condiciona un bajo desempeño académico.

El presente trabajo de indagación permitirá a la I. E. Santo Domingo de Guzmán a mejorar las condiciones de académicas que influyen en su desarrollo académico de los educandos, además de reconocer lo que está experimentando el estudiante para ejecutar estrategias de afrontamiento para regular la ansiedad de los educandos.

La indagación está clasificada en V capítulos: El capítulo I, exhibe el problema de indagación, descripción del problema, formulación del problema, objetivos, justificación, limitaciones y viabilidad de la indagación; el capítulo II, contempla el marco teórico, antecedentes, bases teóricas, definiciones conceptuales, hipótesis, variables y operacionalización de las variables; el capítulo III , contempla metodología, tipo, población - muestra y técnicas e Instrumentos de compilación de data; el capítulo IV, contempla los resultados, descripción de resultados y contrastación de hipótesis; el capítulo V, contempla discusión de resultados.

## **CAPITULO I**

### **PROBLEMA DE INVESTIGACIÓN**

#### **1.1. DESCRIPCIÓN DEL PROBLEMA**

En el transcurso de nuestro camino vital, utilizamos diversas estrategias de afrontamiento que nos ayudan a enfrentar los desafíos que se nos presentan, también es una modificación que hacemos en nuestra personalidad, un patrón que hemos adquirido principalmente en la infancia y que utilizamos al enfrentar situaciones estresantes o desafiantes.

La ansiedad en los educandos puede manifestarse muchos años antes de llegar a la adolescencia, lo cual puede afectar su rendimiento académico. Es importante que los padres reconozcan las actitudes que pueden llevar al estudiante a experimentar ansiedad, de modo que pueda recibir el tratamiento adecuado y superar esta etapa.

Según la OMS (2021), aproximadamente el 41,6% de los educandos a nivel global experimentan ansiedad. En América Latina, esta cifra es del 32%, mientras que en Ecuador, el 19,4% presenta altos niveles de síntomas de ansiedad, repercute desfavorablemente en su bienestar integral.

Además, la Indagación de la Educación Superior lleva a cabo una encuesta anual que pregunta a todos los educandos matriculados si se sienten abrumados por sus responsabilidades. En esta última encuesta, el 41% de los educandos respondió que sí, se sienten abrumados, en comparación con el 28% en 2000 y el 18% en 1985, lo que refleja un alza en los indicadores de ansiedad a lo largo del tiempo. (McCarthy, 2019).

Bromley (2022) indicó que la población adulta es la más atendida por dificultades de ansiedad en el país, representando el 35.18%. Le siguen los jóvenes con un 22.17%, los niños con un 17%, los adolescentes con un 14.50% y, por último, los adultos mayores con un 11.16%.

El INEI reporta que el 32.3% de los sujetos de 15 a 29 años padecieron una adversidad de ansiedad en los últimos 12 meses, siendo el sector femenino joven quien experimentó el mayor impacto, registrando un 30.2%, superando a los varones en contraste, que presentan un 22.9%. (INEI, 2023).

A pesar del aumento de la ansiedad entre los adolescentes, son escasos las indagaciones en el contexto peruano que han explorado de forma integral la relación entre la ansiedad y las estrategias de afrontamiento. Por lo tanto, es importante indagar cómo distintas dimensiones de la ansiedad tales como la ansiedad fisiológica, la inquietud/hipersensibilidad y las inquietudes colectivas que tienen relación con las estrategias de afrontamiento que se disponen para gestionar estos aspectos.

La indagación se llevará a cabo en la I. E. Santo Domingo de Guzmán en La Libertad en 2024, enfocándose en los educandos de secundaria, con edades fluctuantes entre 13 y 17 años. Algunos de estos educandos presentan síntomas de ansiedad. Si no se actúa de manera adecuada y a tiempo sobre la ansiedad que experimentan, esta podría generalizarse.

Es importante realizar actividades que ayuden a los educandos a superar la ansiedad que enfrentan. Para ello, se deben desarrollar estrategias de afrontamiento que propicien su fortalecimiento integral y mejoren la convivencia en la I. E.

## **1.2. FORMULACIÓN DEL PROBLEMA**

### **1.2.1. PROBLEMA GENERAL**

¿Cuál es la relación que existe entre las estrategias de afrontamiento y la ansiedad en los estudiantes de la institución educativa Santo Domingo de Guzmán?

### **1.2.2. PROBLEMA ESPECÍFICOS**

- ¿Cuál es la relación que existe entre las estrategias de afrontamiento con la ansiedad fisiológica en los estudiantes de la institución educativa Santo Domingo de Guzmán?
- ¿Cuál es la relación que existe entre las estrategias de afrontamiento con la inquietud e hipersensibilidad en los estudiantes de la institución educativa Santo Domingo de Guzmán?
- ¿Cuál es la relación que existe entre las estrategias de afrontamiento con las reocupaciones sociales y la concentración en los estudiantes de la institución educativa Santo Domingo de Guzmán?

- ¿Cuál es la relación que existe entre las estrategias de afrontamiento con la mentira en los estudiantes de la institución educativa Santo Domingo de Guzmán?

### **1.3. OBJETIVOS**

#### **1.3.1. OBJETIVO GENERAL**

Determinar la relación que existe entre las estrategias de afrontamiento y la ansiedad en los estudiantes de la institución educativa Santo Domingo de Guzmán

#### **1.3.2. OBJETIVOS ESPECIFICOS**

- Identificar la relación que existe entre las estrategias de afrontamiento con la ansiedad fisiológica en los estudiantes de la institución educativa Santo Domingo de Guzmán.
- Identificar la relación que existe entre las estrategias de afrontamiento con la inquietud e hipersensibilidad en los estudiantes de la institución educativa Santo Domingo de Guzmán.
- Identificar la relación que existe entre las estrategias de afrontamiento con las reocupaciones sociales y la concentración en los estudiantes de la institución educativa Santo Domingo de Guzmán.
- Identificar la relación que existe entre las estrategias de afrontamiento con la mentira en los estudiantes de la institución educativa Santo Domingo de Guzmán.

### **1.4. JUSTIFICACIÓN DE LA INVESTIGACIÓN**

#### **1.4.1. JUSTIFICACIÓN TEÓRICA**

La indagación se ejecutó teniendo una importancia significativa, ya que contribuirá tanto teórica como prácticamente al campo de la psicología emocional, en un sentido más amplio.

Esta indagación se basa en el requerimiento de profundizar en el saber sobre los trastornos de ansiedad, especialmente en educandos de 5to de secundaria de la I. E. Santo Domingo de Guzmán, en Chicama, La Libertad. La teoría subyacente sugiere que las respuestas

emocionales y conductuales ante situaciones estresantes pueden ser alteradas a través de intervenciones específicas. Indagar la vinculación entre la ansiedad manifiesta y las estrategias de afrontamiento permitirán ampliar el conocimiento sobre cómo los adolescentes gestionan el estrés. Esto podría dar lugar a la formulación de recientes teorías y paradigmas que justifiquen los mecanismos psicológicos involucrados en la regulación emocional y las conductas adaptativas, proporcionando una base conceptual robusta para estudios venideros y su implementación práctica.

#### **1.4.2. JUSTIFICACIÓN PRÁCTICA**

Bajo una mirada práctica, los hallazgos tienen un efecto considerable en la ejecución de planes de acción y atenuación orientados específicamente a educandos de quinto grado. Al distinguir las estrategias de afrontamiento más operativas y su vinculación con la ansiedad manifiesta, se podrán crear programas educativos y terapéuticos más específicos y eficaces, ajustados a las necesidades de este grupo etario. Estos programas no solo potenciarán el equilibrio emocional, sino que también coadyuvarán a aminorar la prevalencia de trastornos de ansiedad, promoviendo un espacio educativo más saludable y favorable para su adquisición intelectual. Además, los resultados servirán de base para que educadores y profesionales de la salud mental adapten sus intervenciones, considerando las particularidades de los educandos en etapa escolar.

#### **1.4.3. JUSTIFICACIÓN METODOLÓGICA**

Esta indagación utilizó herramientas de medición validadas para evaluar los niveles de ansiedad y las estrategias de afrontamiento en los educandos de secundaria de la I. E. Santo Domingo de Guzmán, en Chicama, La Libertad. La decisión de centrar la indagación en este grupo específico emerge de la urgencia por entender de qué manera el colectivo en esta etapa de desarrollo manejan el estrés y la ansiedad.

Aunque los hallazgos no podrán generalizarse a toda la población estudiantil, ofreció una comprensión detallada y relevante de las

dinámicas específicas de este grupo etario. Esto es fundamental, ya que las estrategias de afrontamiento y las manifestaciones de ansiedad pueden diferir significativamente según el contexto y la etapa educativa. Los datos obtenidos brindan datos esenciales para adoptar intervenciones pedagógicas y terapéuticas, facilitando la ejecución de programas que aborden las particularidades de estos educandos. Además, estos resultados servirán como base para futuras investigaciones, permitiendo una exploración más profunda de las estrategias de afrontamiento en circunstancias educativas similares y ayudando a desarrollar enfoques más efectivos para tratar la salud mental en los educandos.

### **1.5. LIMITACIONES DE LA INVESTIGACION**

La indagación de indagación que propongo tiene viabilidad académica, ya que existen instrumentos disponibles para recolectar información, así como modelos teóricos sobre habilidades sociales e indagaciones previas del tema. Además, hay trabajos académicos de revistas científicas de salud que respaldan esta indagación. Igualmente, la ejecución de la indagación proporcionará información valiosa para los directivos y educadores de la I. E. Santo Domingo de Guzmán, lo que permitirá implementar talleres y actividades en beneficio de los educandos. Desde la óptica financiera, resulta factible, puesto que el indagador dispone de caudales particulares para materializar dicho proyecto.

### **1.6. VIABILIDAD DE LA INVESTIGACION**

La indagación es realizable gracias a la provisión de información bibliográfica de indagación similares realizados en otros contextos, que servirán como guías y referencias para nuestro trabajo. También contamos con el apoyo de un asesor experto en el tema de indagación. En cuanto al instrumento utilizado, este es fiable y válido, de fácil aplicación y rápido en su ejecución. Las preguntas son claras y accesibles para los participantes, y tenemos acceso directo colectivo seleccionado.

La indagación se ejecutó en la I. E. Santo Domingo de Guzmán, donde hay acceso a educandos y personal docente, lo que facilita la recolección de datos

Contamos con el apoyo de la I. E., lo que simplifica la logística del indagación, incluyendo la organización de las sesiones de evaluación y la participación de los educandos.

Los costos relacionados con la ejecución del indagación, como la impresión de cuestionarios y la recolección de datos, son asequibles dentro del presupuesto disponible.

## **CAPITULO II**

### **MARCO TEORICO**

#### **2.1. ANTECEDENTES DE LA INVESTIGACIÓN**

##### **2.1.1. ANTECEDENTES INTERNACIONALES**

Pozos, Preciado, Plascencia, Aguilera y Acosta (2022) se ejecutó una indagación detallada “Propensión y manifestación de la ansiedad, tensión académica y modalidades de afrontamiento en educandos de enfermería en México”, con el propósito de dilucidar un esquema mediante regresión múltiple que correlacionara la propensión ansiosa con los episodios de tensión académica y las estrategias de afrontamiento, además de contrastar las discrepancias en las reacciones entre discentes varones y féminas de una casa de indagación pública en México. Para ello, se examinó a 675 educandos de entre 18 y 24 años, empleando los instrumentos Inventario de Propensión y Manifestación Ansiosa, Inventario de Tensión Académica y el Perfil de Estrés de Nowack. Se identificó como factores predictivos de la propensión ansiosa a la percepción desfavorable, la atenuación de la adversidad y la alteración de la apreciación favorable dentro de las estrategias de afrontamiento, así como a diversas circunstancias generadoras de tensión académica, tales como la exposición oral de un informe, la saturación en el aula, las tareas obligatorias, las actividades colaborativas, la participación en clase, el exceso de carga académica y la competitividad entre pares, explicando en conjunto el 84% de la dispersión de la variable ( $R^2 = .84$ ). Respecto al examen contrastivo, las féminas manifestaron índices superiores de inquietud, presión educativa y en la modalidad de afrontamiento centrada en la resolución del contratiempo, en nexos con los varones. Asimismo, se concluyó que la recurrencia de episodios de zozobra académica, aunada a la asunción de tácticas de afrontamiento ineficaces, puede erigirse en un detonante de la inclinación ansiosa. Su detección precoz resultaría clave para mitigarlos o erradicarlos antes de que repercutan negativamente en el bienestar y rendimiento formativo de los discentes de enfermería.

Granda (2022), se ejecutó una indagación detallada “Tácticas de afrontamiento ante la ansiedad en adolescentes de 12 a 19 años en la I. E. Juan Pablo II, situada en Quito, sector El Condado, durante septiembre - noviembre 2022”, cuyo propósito fue examinar la vinculación entre la ansiedad y las estrategias de afrontamiento en jóvenes de dicha franja etaria dentro de la mencionada institución. La indagación adoptó un enfoque cuantitativo de naturaleza correlacional y un diseño no experimental de corte transversal. La integridad del muestreo se compuso por los 81 educandos, con edades que oscilaban entre los 12 y 19 años. Para el acopio de data, se utilizaron dos herramientas: el Repertorio de Susceptibilidad y Expresión Ansiosa y la Escala Reformulada de Estrategias de Enfrentamiento. Los hallazgos pusieron de manifiesto una vinculación inversa de magnitud intermedia, lo que indica que, conforme los grados de zozobra se incrementan, la implementación de tácticas de afrontamiento mengua, y viceversa. Asimismo, se constató que la gran parte de los involucrados presentaban niveles bajos de ansiedad, tanto en su dimensión Estado como Rasgo, mientras que un reducido porcentaje se situaba en niveles medios. Conforme a las estrategias de afrontamiento, se observó una alta recurrencia en su empleo entre los adolescentes evaluados.

Moral y González (2020) ejecutaron una pesquisa detallada “Examinar las distorsiones cognitivas y las tácticas de afrontamiento en jóvenes con sujeción afectiva”. Esta indagación exhibió un enfoque cuantitativo con un diseño de índole descriptiva. En la indagación participaron 241 jóvenes en España, y se emplearon herramientas como el Cuestionario de Sujeción Afectiva y el Inventario de Razonamientos Automáticos. Los hallazgos evidenciaron que el 24.89% de los sujetos evaluados manifestaban sujeción afectiva y recurrían a estrategias de afrontamiento como el respaldo colectivo y la autoinculpción, lo que sugiere un perfil cognitivo particular que podría consolidar una percepción asimétrica en los vínculos interpersonales.

Flórez y Alvis (2020) ejecutaron una pesquisa detallada “Grados de resiliencia y tácticas de afrontamiento en educandos universitarios afectados por el conflicto bélico en Colombia”. Esta indagación se

delimitó dentro de una perspectiva cuantitativa y optó por un diseño de carácter descriptivo. La muestra se compuso por educandos universitarios, y para la compilación de data se emplearon herramientas como la ER de Wagnild y Young, así como la EAM. Se ultimó que las estrategias de afrontamiento más recurrentes fueron el recurso a la espiritualidad y la resolución de contratiempos, con una variabilidad en los niveles de resiliencia que subraya el requerimiento de instaurar esquemas de asistencia focalizados para esta colectividad.

### **2.1.2. ANTECEDENTES NACIONALES**

Cruz y Escobedo (2021) ejecutaron una pesquisa detallada “Tensión infantil y tácticas de afrontamiento durante la Covid-19 en escolares agraviados de nivel primario en las Instituciones Adventistas de Trujillo”, cuyo propósito fue dilucidar la vinculación entre la tensión infantil y las estrategias de afrontamiento en este colectivo estudiantil. A tal efecto, se incorporó un enfoque de indagación ejecutada con un diseño no experimental. Los instrumentos empleados para evaluar las variables fueron el (IECI) y la (EAN). Los hallazgos reflejaron una correlación positiva ( $r = .32^{**}$ ) con un tamaño de efecto catalogado como “moderado” (dentro del intervalo de 0.26 a 0.50) entre ambas variables. Asimismo, se identificó una vinculación entre la dimensión de afecciones psicosomáticas y el afrontamiento ineficaz, obteniendo un coeficiente de  $r = .46$ , con un efecto de magnitud “moderada”. En lo concerniente a la tensión vinculada al entorno escolar y el afrontamiento ineficaz, se halló una correlación de  $r = .33$ , mientras que la interacción entre la tensión generada en el ámbito familiar y el afrontamiento ineficaz arrojó un coeficiente de  $r = .44$ . Finalmente, cabe resaltar que no se evidenció una asociación entre las dimensiones de tensión infantil y el afrontamiento enfocado en la resolución de dificultades.

Areche, Escobar y Suazo (2023) ejecutaron una indagación detallada “Descontento somático, zozobra y enfoques de afrontamiento en educandos del VII ciclo de la I.E. Mariscal Castilla - Huancayo, 2023”, cuyo propósito fue esclarecer la interrelación entre la insatisfacción con la configuración corporal, la aprensión y las metodologías de

afrontamiento en esta colectividad estudiantil. La exploración, de índole cuantitativa, adoptó un esquema no experimental, de corte transversal y de naturaleza exploratoria-predictiva, postulando como conjetura la existencia de un nexo sustancial entre estas tres variables. Para la obtención de información se recurrió al Examen (VDF), la Escala (EAZ) y la Escala (EEA), aplicando un muestreo estocástico aleatorio elemental. Los coeficientes de correlación de Spearman evidenciaron interacciones significativas tanto en las dimensiones particulares de las variables como en sus valores globales, con un índice probabilístico (I.P) de 0.00, inferior al umbral  $\alpha = 0.05$ , lo que permitió ratificar las hipótesis planteadas y concluir que existe una interdependencia estadísticamente relevante entre el descontento somático, la zozobra y las estrategias de afrontamiento. Finalmente, se estableció una ecuación de regresión múltiple con el propósito de modelar la dinámica entre las variables y determinar la repercusión de la zozobra en los niveles de descontento somático y en los métodos de afrontamiento, otorgando a la indagación un matiz predictivo.

Choy (2021) ejecutó una pesquisa detallada “Zozobra manifestada y tácticas de afrontamiento en educandos de nivel secundario del Callao”, cuyo propósito fue establecer los niveles de zozobra manifiesta, identificar las estrategias de afrontamiento predominantes en una muestra de 150 educandos de I.E.P. del Callao y determinar la presencia de una vinculación notable entre dichas variables y sus respectivos niveles de interacción. Para la compilación de data se ejecutaron la Escala de ACS (Frydenberg & Lewis, 1993), contextualizada al panorama nacional por Canessa en 2002, y la Escala CMAS-R (Reynolds & Richmond, 1997), formulada por Domínguez en 2013. Los hallazgos reflejaron que los participantes manifestaban niveles intermedios de zozobra en las tres dimensiones evaluadas: sintomatología fisiológica, desasosiego, hipersensibilidad y aprensiones de índole social. Asimismo, las tácticas de afrontamiento más recurrentes fueron la búsqueda de distracciones apaciguadoras, el esfuerzo orientado al éxito y la preocupación persistente, mientras que las menos frecuentadas incluyeron la mitigación de la tensión, la acción

colectiva, la evasión del problema y la ausencia de afrontamiento. Se ultimó una vinculación afirmativa de magnitud moderada entre la carencia de afrontamiento y la zozobra fisiológica, así como entre las estrategias de afrontamiento ineficaz. Adicionalmente, se identificó una vinculación negativa de intensidad baja entre la búsqueda de respaldo social y las aprensiones sociales.

### **2.1.3. ANTECEDENTES LOCALES**

Sixto (2021) ejecutó una indagación detallada “Destrezas interpersonales y enfoques de afrontamiento ante la tensión en educandos de 4.º y 5.º sec. de una I. E. E. en Amarilis – Huánuco, 2021”, cuyo propósito fue examinar la interrelación entre las competencias sociales y los modos de afrontamiento ante la tensión en esta población estudiantil. La metodología contempló una población de 230 educandos, seleccionando una muestra simbólica de 115 educandos de los 2 sexos pertenecientes a los últimos años del nivel secundario en la I. E. César Vallejo. Para la compilación de data, se aplicaron el Inventario de Destrezas Interpersonales y Estrategias de Afrontamiento ante la Tensión. Los hallazgos revelaron que el nivel predominante de las destrezas interpersonales en los participantes correspondía a un rango elevado en un 30%, mientras que, en cuanto a los enfoques de afrontamiento ante la tensión, prevaleció la táctica enfocada en la solución del contratiempo con un 66%. Se registró un índice de significancia bidireccional de 0.083 y un coeficiente de vinculación de 0.163, lo que denota una carencia de conexión significativa entre las variables examinadas. Se ultimó que no existe una vinculación estadísticamente notable entre las destrezas interpersonales y los enfoques de afrontamiento ante la tensión en educandos de 4.º y 5.º sec. de una I.E.E. en Amarilis – Huánuco, 2021.

Gómez, Cárdenas y López (2023) ejecutaron una exploración detallada “Aspectos constitutivos de la personalidad y estrategias de afrontamiento ante la tensión en educandos de una Academia Prepolicial de Huánuco, 2023”, cuyo propósito fue examinar la interdependencia entre las dimensiones de la personalidad y las tácticas de afrontamiento

ante la tensión en esta población. La metodología se enmarcó en una indagación de naturaleza fundamental y nivel correlacional, con la meta de examinar el grado de vinculación entre las variables, utilizando un diseño no experimental, dado que no se efectuó manipulación intencional y la compilación de data se realizó en un único momento temporal. La muestra estuvo integrada por 70 aspirantes de la “Academia Prepolicial Espartanos”, tanto de sexo masculino como femenino, a quienes se les pusieron en práctica el (CBP-LRC) y el (COPE) adaptado por Casuso. Los hallazgos evidenciaron que el rango prevalente en las dimensiones de la personalidad correspondía a un rango intermedio en un 75.7% (53 participantes), mientras que la estrategia de afrontamiento más ejecutada fue “otras formas de enfrentamiento” con un 75.7%. En el análisis de hipótesis, el valor de significancia fue de 0.196, superando el umbral de 0.05, lo que condujo a la desestimación de la conjetura alternativa y a la ratificación de la hipótesis nula. En consecuencia, se ultimó que no se verifica una correspondencia estadísticamente relevante entre las dimensiones indagadas.

## **2.2. BASES TEÓRICAS**

El enfrentamiento es un eje fundamental en la indagación psicológica, reconocido como el factor de ajuste del sujeto frente a los escenarios agobiantes de la existencia. Hace alusión a las estrategias cognitivas y conductuales desplegadas para gestionar exigencias internas y externas que se contemplan como preeminentes o desmesurados respecto a los recursos personales (Lazarus & Folkman, 1984). El afrontamiento influye significativamente en la adaptación y la estabilidad psicoemocional, permitiendo a los sujetos manejar eficazmente situaciones adversas (Folkman y MOSKOWITZ, 2004).

### **2.2.1. MODELOS Y ENFOQUES DEL AFRONTAMIENTO**

#### **A. Modelo transaccional del estrés y afrontamiento**

Lazarus y Folkman (1984) elaboraron el enfoque transaccional del estrés y la afrontación, el cual concibe el estrés como un "disparidad entre la interpretación subjetiva de los

requerimientos impuestos y la percepción de los medios personales disponibles para hacerles frente (Lazarus y Folkman, 1984, p.192). Este esquema plantea dos fases de apreciación: la evaluación inicial, en la que se califica la circunstancia como un riesgo, reto, perjuicio o ventaja, y la evaluación subsecuente, centrada en analizar los medios disponibles para encarar la adversidad.

### **B. Modelo de afrontamiento proactivo**

Además del modelo transaccional, se ha propuesto el modelo de afrontamiento proactivo, que enfatiza la anticipación y prevención de situaciones estresantes. Aspinwall y Taylor (1997) sugieren que el afrontamiento proactivo involucra esfuerzos dirigidos a evitar futuros estresores o a minimizar su impacto, fomentando así un mayor bienestar a largo plazo.

### **C. Teoría del afrontamiento basado en el significado**

Folkman (2008) desarrolló la teoría, que se enfoca en cómo los sujetos encuentran sentido y designo en situaciones estresantes. Este planteamiento enfatiza que la búsqueda de significado puede ser un componente crucial del afrontamiento, especialmente en situaciones de estrés crónico o pérdidas significativas.

## **2.2.2. ESTRATEGIAS DE AFRONTAMIENTO**

Se categorizan en varias dimensiones:

### **A. Afrontamiento centrado en el problema y en la emoción**

Las estrategias de afrontamiento se clasifican en afrontación focalizada al escenario problemático y afrontación emocional en la resolución. La primera estrategia implica intervenir para alterar la fuente del estrés, mientras que la segunda busca gestionar las respuestas afectivas derivadas de la presión experimentada (Folkman & Lazarus, 1980).

## **B. Afrontamiento activo y pasivo**

Carver et al. (1989) propusieron una diferenciación entre afrontamiento activo y pasivo. El primero incluye acciones directas para eliminar o reducir el estrés, mientras que el segundo implica evitación o retirada de la experiencia angustiante.

## **C. Afrontamiento adaptativo y desadaptativo**

Skinner et al. (2003) categorizaron las tácticas de afrontamiento en funcionales y disfuncionales. Las primeras, como la reformulación cognitiva y la búsqueda de respaldo social, suelen ser eficaces para mitigar el estrés, mientras que las segundas, como la evasión y el consumo de sustancias, pueden intensificar la tensión y derivar en consecuencias perjudiciales.

### **2.2.3. AFRONTAMIENTO EN ADOLESCENTES**

La adolescencia es un período trascendental marcado por transformaciones significativas y retos constantes. Distintas exigencias, como la construcción de la identidad y la decisión sobre la trayectoria profesional, pueden convertirse en detonantes de tensión (Casaretto, 2003). Los adolescentes enfrentan eventos estresantes normativos, como cambios físicos y emocionales, así como sucesos no normativos, como la muerte de un familiar, que pueden impactar significativamente su bienestar (Coleman & Hendry, 2003).

#### **Modelo de afrontamiento adolescente**

Frydenberg y Lewis (1997) desarrollaron el Adolescent Coping Scale (ACS), un modelo específico para adolescentes que identifica diversas estrategias de afrontamiento:

- ✓ Enfocarse en lo favorable: Reestructurar cognitivamente la situación para ver los aspectos positivos (Frydenberg y Lewis, 1997).
- ✓ Esmerarse y alcanzar el triunfo: Conlleva persistencia y determinación para superar obstáculos (Frydenberg y Lewis, 1997).
- ✓ Acción social y apoyo profesional: Buscar apoyo de amigos, familiares o profesionales para manejar el estrés (Frydenberg y Lewis, 1997).

- ✓ Ignorar el problema: Evitar enfrentarse directamente al problema (Frydenberg y Lewis, 1997).
- ✓ No afrontamiento: Falta de respuesta activa ante la situación estresante (Frydenberg y Lewis, 1997).

Sandín (1995) categoriza las estrategias de afrontamiento en dos modalidades: el afrontamiento disposicional, que alude a la inclinación característica de cada sujeto para encarar situaciones de tensión, y el afrontamiento situacional, que depende de las circunstancias específicas a las que se enfrenta el individuo, definido según la situación estresante específica. Este enfoque destaca la flexibilidad del afrontamiento y cómo se adapta a las circunstancias específicas (Fernández, 1997).

Obando (2016) sostiene que la estrategia de afrontamiento focalizada en las emociones se emplea cuando la adversidad no puede ser alterada, mientras que el afrontamiento orientado al problema se enfoca en intervenir directamente para mitigar o solventar la circunstancia estresante.

### **Impacto del afrontamiento en el bienestar**

El afrontamiento no solo regula la turbación anímica frente a coyunturas agobiantes, sino que además abarca preocupaciones y emociones negativas que pueden afectar al individuo (Rodríguez et al., 2016). Un afrontamiento eficaz puede reducir la probabilidad de desarrollar manifestaciones inadaptativas en el ámbito psiquiátrico, psicosomático o comportamental, promoviendo así el bienestar y el crecimiento personal (Zeidner y Endler, 1997; Maldonado y Salanova, 2016).

### **Afrontamiento en contextos educativos**

En contextos educativos, el afrontamiento es crucial para gestionar la presión educativa. Estrategias como la programación de acciones, la búsqueda de sustento social y la gestión del tiempo han manifestado ser efectivas para mitigar el estrés académico y optimizar el funcionamiento estudiantil (Rodríguez et al., 2016). Además, en contextos laborales, un afrontamiento efectivo puede eludir el burnout y promover el contenido laboral (Maslach y Leiter, 2016).

#### **2.2.4. DEFINICIÓN DE ANSIEDAD**

La zozobra es una afección emocional que se expresa mediante sensaciones de inquietud, pensamientos aprensivos y modificaciones fisiológicas, como la aceleración del ritmo cardíaco. Existen diversas formas de manifestación de la ansiedad, como la manifiesta, que se basa en la expresión observable de esta emoción, esta respuesta es una respuesta instintiva y automática del cuerpo frente a circunstancias que representan un peligro potencial o estrés, y sirve para preparar al individuo a enfrentar desafíos o peligros. No obstante, cuando la zozobra se manifiesta de forma desmesurada o persistente, puede devenir en una afección que obstaculiza de manera considerable el desenvolvimiento cotidiano y menoscaba el equilibrio psicológico del sujeto. La ansiedad puede atormentar a sujetos de cualquier edad y en múltiples escenarios, convirtiéndose en uno de los desafíos mentales más habituales en nuestro planeta (Barlow, 2002)

##### **Ansiedad situacional y ansiedad crónica**

En primer lugar, la ansiedad es una emoción humana que puede surgir en distintas formas dependiendo de las circunstancias o factores predisponentes. Inicialmente, se clasifica en dos tipos principales: ansiedad situacional y ansiedad crónica. Por ejemplo, la ansiedad situacional se refiere a una respuesta temporal provocada por situaciones estresantes específicas, como presentaciones, entrevistas laborales, exámenes o cualquier otro evento que genere incertidumbre. De hecho, esta forma de ansiedad tiende a desaparecer una vez que la situación ha concluido, reflejando una reacción flexible del cuerpo ante el torbellino del estrés. Sin embargo, en contraste, la ansiedad crónica es una condición mucho más persistente, en la que el individuo experimenta preocupación continua o angustia que no está vinculada a un evento particular. En particular, esta preocupación constante puede no tener una causa inmediata o evidente, lo que distingue a la ansiedad crónica de la situacional (Beck y Emery, 1985). A pesar de ello, ambas formas de ansiedad pueden incluir síntomas físicos observables, comúnmente denominados como ansiedad manifiesta. Estos síntomas pueden incluir sudoración, temblores, tensión muscular, inquietud o

respiración acelerada, los cuales, de igual manera, son fáciles de identificar en el entorno social y pueden ser medidos a través de pruebas estandarizadas como el Inventario de Ansiedad Manifiesta. Por consiguiente, aunque La indagación aborde el concepto amplio de "ansiedad", su enfoque principal será evaluar los síntomas manifiestos observables, específicamente aquellos presentes en situaciones que provocan ansiedad tanto situacional como crónica (Spielberger, 1983).

### **Ansiedad manifiesta**

En este contexto, el concepto de ansiedad manifiesta resulta particularmente relevante cuando se trata de observar cómo los sujetos expresan visiblemente su ansiedad. Por ejemplo, la ansiedad manifiesta se refiere a la expresión observable de la ansiedad a través de comportamientos y síntomas físicos, como sudoración, temblores, tensión muscular e inquietud visible (Spielberger, 1983). En particular, este tipo de ansiedad puede ser evidente no solo para el propio individuo que la experimenta, sino también para quienes lo rodean, afectando sus interacciones sociales, laborales y académicas. Es más, los síntomas de ansiedad manifiesta pueden reflejar una mayor intensidad de ansiedad interna y, en muchos casos, el comportamiento evitativo que acompaña a estos síntomas físicos puede generar un ciclo negativo de retroalimentación. De hecho, la evitación de situaciones que provocan ansiedad puede reforzar la sensación de miedo o incomodidad, lo que a su vez intensifica los síntomas de ansiedad manifiesta (Spielberger, 1983). De igual manera, la ansiedad puede ser susceptible de influir en la productividad académica o en el entorno de trabajo, ya que los síntomas visibles como temblores, sudoración o respiración entrecortada pueden ser malinterpretados por otros como señales de incompetencia o nerviosismo exagerado. Por lo tanto, esta indagación se enfoca en la ansiedad manifiesta como un subcomponente de la ansiedad general, con el fin de medir su impacto observable en las ocupaciones habituales.

### **Modelo de la teoría del aprendizaje de la ansiedad**

Por otro lado, la teoría del aprendizaje sugiere que la ansiedad, como cualquier otra respuesta emocional, puede adquirirse mediante mecanismos de aprendizaje asociativo y refuerzo conductual. Por

ejemplo, los estímulos que son originalmente neutros pueden desencadenar reacciones de ansiedad si se asocian repetidamente con experiencias negativas (Watson & Rayner, 1920). Es decir, cuando un estímulo previamente inofensivo se asocia con un evento estresante, la persona puede desarrollar una respuesta ansiosa ante dicho estímulo en el futuro. En este contexto, un caso clásico de este fenómeno es la experimentación del pequeño Albert, en el que un niño desarrolló una respuesta de miedo hacia un ratón blanco tras asociarlo con un ruido fuerte y aterrador (Watson & Rayner, 1920). De igual manera, el aprendizaje operante puede reforzar conductas de evitación, lo que incrementa la probabilidad de que los síntomas de ansiedad manifiesta, como el sudor o los temblores, persistan o incluso se intensifiquen. De hecho, el aprendizaje social también desempeña una función clave en la adquisición de respuestas ansiosas, dado que los sujetos pueden aprender a responder con ansiedad observando el comportamiento ansioso de otros (Bandura, 1977).

### **Modelo cognitivo de la ansiedad**

De igual manera, este modelo desarrollado por Beck y Emery (1985), resalta que las cogniciones sesgadas y las convicciones ilógicas ejercen un rol fundamental en la gestación y perpetuación de la zozobra. A modo de ejemplo, los sujetos ansiosos acostumbran a sobreestimar el peligro de una situación y, al mismo tiempo, a subestimar su capacidad para afrontarla de manera adecuada. En consecuencia, estos pensamientos negativos generan un ciclo de preocupación que, a su vez, puede evidenciarse mediante manifestaciones somáticas observables, como temblores, respiración acelerada o tensión muscular (Beck & Emery, 1985). En otras palabras, el individuo ansioso anticipa un resultado negativo en situaciones cotidianas, lo que desencadena una respuesta fisiológica visible. Es más, esta respuesta puede ser evidente en entornos sociales, laborales o académicos, donde los síntomas de ansiedad manifiesta son fácilmente detectables por otros.

## **Modelo biopsicosocial de la ansiedad**

Esta perspectiva amalgama componentes fisiológicos, psíquicos y comunitarios para descifrar el enigma de la ansiedad. Este enfoque holístico sugiere que la ansiedad resulta del vínculo complejo entre la inclinación hereditaria, las situaciones experimentadas y las circunstancias contextuales. Por ejemplo, los síntomas de la ansiedad manifiesta pueden derivarse de disfunciones en neurotransmisores como la serotonina y el GABA, predisposiciones genéticas, experiencias traumáticas o entornos sociales adversos. Como resultado, esto avala la concepción de que la ansiedad general se expresa mediante manifestaciones físicas que son evaluadas en esta indagación (Engel, 1977).

## **Factores que influyen en la ansiedad**

### **A. Factores biológicos:**

La genética y la neurobiología son dos disciplinas científicas que desempeñan un papel fundamental en la predisposición a experimentar ansiedad. Indagaciones eruditas han evidenciado que la concurrencia de ciertos genes específicos puede incrementar la predisposición a manifestar afecciones vinculadas con la zozobra. Por ejemplo, numerosas investigaciones científicas han identificado de manera concluyente que los parientes de vínculo primario de sujetos que padecen ansiedad generalizada presentan una probabilidad significativamente más elevada de desarrollar la misma condición a lo largo de sus vidas (Hettema et al., 2001). Además, las disfunciones en los sistemas de neurotransmisores, como el sistema serotoninérgico y el sistema GABAérgico, están asociadas con la ansiedad. La serotonina, esa joya neuroquímica que orchestra el ánimo, el descanso y el hambre, se entrelaza con la depresión y la ansiedad. El GABA actúa como un freno en la maquinaria neuronal, y una falla en este mecanismo puede desencadenar un torbellino de excitación y ansiedad (Nutt, 2001).

## **B. Factores psicológicos**

Las vivencias cotidianas, tales como traumas infantiles o sucesos estresantes profundos, pueden cultivar la ansiedad. Los sujetos que han sido víctimas de agresión física, emocional o sexual en su infancia están más propensos a padecer ansiedad en su vida adulta. Asimismo, las estrategias ineficaces, como la evitación o la rumia, pueden intensificar las manifestaciones de la ansiedad. La evitación, por ejemplo, puede brindar un respiro momentáneo del estrés, pero a futuro, impide que el individuo desarrolle estrategias efectivas para manejar sus miedos. La rumia, que implica pensar repetidamente en los aspectos negativos de una situación, puede mantener y agravar la ansiedad (Borkovec et al., 2004).

## **C. Factores sociales**

La atmósfera social y las interacciones humanas pueden moldear profundamente la ansiedad. La carencia de respaldo social, las conexiones turbulentas y los ambientes estresantes pueden incrementar la probabilidad de padecer ansiedad. La carencia de un entramado social puede hacer que los sujetos se sientan más frágiles y menos capaces de enfrentar el estrés. Las relaciones conflictivas, como un matrimonio problemático o una relación laboral tensa, pueden ser fuentes constantes de estrés y ansiedad. Además, vivir en un entorno estresante, como un vecindario inseguro o un trabajo con alta demanda y poca autonomía, puede favorecer el desarrollo y la perpetuación de la ansiedad (Cohen y Wills, 1985).

### **Ansiedad en el contexto académico**

La ansiedad académica es un tipo específico de ansiedad situacional que afecta a educandos en contextos educativos. Esta puede manifestarse antes de exámenes, presentaciones o tareas académicas importantes. La ansiedad académica puede mermar el desempeño académico y mermar el equilibrio emocional. Educandos con alta ansiedad académica pueden experimentar

síntomas como palpitaciones, sudoración, y pensamientos de fracaso, lo que puede llevarlos a evitar tareas escolares y, en consecuencia, afectar su desempeño académico. La exigencia de obtener notas brillantes, las expectativas de los progenitores y la competencia entre compañeros pueden contribuir a este tipo de ansiedad (Zeidner, 1998).

## **2.3. DEFINICIONES CONCEPTUALES DE TÉRMINOS BÁSICOS**

### **2.3.1. ESTRATEGIAS DE AFRONTAMIENTO**

Las tácticas de afrontamiento aluden a los mecanismos intelectuales y comportamentales que los sujetos despliegan para gestionar las exigencias internas y externas que consideran exceden sus capacidades. Según Lazarus y Folkman (1984), es un procedimiento donde los sujetos continuamente cambian sus esfuerzos para manejar situaciones estresantes.

### **2.3.2. ANSIEDAD**

Esta se distingue por un estado emocional que emerge ante escenarios que los sujetos ven como peligrosos o agobiantes. Conforme Spielberger (1983), la ansiedad se puede expresar tanto a nivel interno, mediante pensamientos o preocupaciones, como a nivel externo, a través de manifestaciones observables, tales como inquietud, sudoración y tensión muscular. En la indagación, la ansiedad será evaluada utilizando la (CMAS-R), formulada por Reynolds y Richmond (1997), la cual mide específicamente las manifestaciones externas o ansiedad manifiesta. No obstante, la ansiedad manifiesta se considera una dimensión del concepto más amplio de ansiedad, que incluye tanto los componentes observables como los no observables.

### **2.3.3. ANSIEDAD COMO TRASTORNO**

Según Mardomingo (1994), la ansiedad patológica tiene como principal característica por ser desmedida ante el contexto y muchas veces presentarse cuando no existe ningún factor que la incentive.

### **2.3.4. EDUCACIÓN**

De acuerdo con Piaget (1984), el fin primordial de la enseñanza es moldear sujetos capaces de revolucionar el mundo, en lugar de limitarse

a replicar lo que hicieron generaciones anteriores. Se busca fomentar en ellas creatividad, invención y espíritu de descubrimiento.

#### **2.3.5. ADOLESCENCIA**

De acuerdo con la OMS (2018), la adolescencia es el intervalo existencial que comprende desde los 10 hasta los 19 años.

#### **2.3.6. BIENESTAR**

Según la ONS (2018), el bienestar se conceptualiza como una condición holística de bienestar corporal, psíquico y comunitario, que trasciende la mera ausencia de dolencias o afecciones.

#### **2.3.7. ESTUDIANTE**

Según el enfoque de competencias del MINEDU (2020), un estudiante debe adquirir conocimientos, habilidades y actitudes que le faculten afrontar y solventar contrariedades de su contexto.

#### **2.3.8. INQUIETUD**

Liebert y Morris (1967) sostienen que la inquietud, junto con la emocionalidad, constituye uno de los componentes clave de la ansiedad. La inquietud se define como un estado de agitación, tanto mental como física, que puede presentarse de múltiples maneras y tener diversas causas.

#### **2.3.9. CONCENTRACIÓN**

Según Ocampo (2009), la concentración es la habilidad de sostener la atención en una tarea específica durante un periodo determinado, mientras se lleva a cabo un proceso mental particular o una actividad concreta.

#### **2.3.10. MENTIRA**

Carson (2010) define la mentira como una afirmación intencionadamente falsa en la que el hablante asegura que lo dicho es verdadero.

## **2.4. HIPÓTESIS**

### **2.4.1. HIPÓTESIS GENERAL**

**Hi:** Existe relación moderada entre las estrategias de afrontamiento y la ansiedad en los estudiantes de la institución educativa Santo Domingo de Guzmán

**H0.** No existe relación moderada entre las estrategias de afrontamiento y la ansiedad en los estudiantes de la institución educativa Santo Domingo de Guzmán

### **2.4.2. HIPÓTESIS ESPECÍFICAS**

- **H1:** Existe relación moderada entre las estrategias de afrontamiento con la ansiedad fisiológica en los estudiantes de la institución educativa Santo Domingo de Guzmán.
- **H0:** No existe relación moderada entre las estrategias de afrontamiento con la ansiedad fisiológica en los estudiantes de la institución educativa Santo Domingo de Guzmán.
- **H2:** Existe relación moderada entre las estrategias de afrontamiento con la inquietud e hipersensibilidad en los estudiantes de la institución educativa Santo Domingo de Guzmán.
- **H0:** No existe relación moderada entre las estrategias de afrontamiento con la inquietud e hipersensibilidad en los estudiantes de la institución educativa Santo Domingo de Guzmán.
- **H3:** Existe relación moderada entre las estrategias de afrontamiento con las reocupaciones sociales y la concentración en los estudiantes de la institución educativa Santo Domingo de Guzmán.
- **H0:** No existe relación moderada entre las estrategias de afrontamiento con las reocupaciones sociales y la concentración en los estudiantes de la institución educativa Santo Domingo de Guzmán.

- **H4:** Existe relación moderada entre la relación que existe entre las estrategias de afrontamiento con la mentira en los estudiantes de la institución educativa Santo Domingo de Guzmán.
- **H0:** Existe relación moderada entre la relación que existe entre las estrategias de afrontamiento con la mentira en los estudiantes de la institución educativa Santo Domingo de Guzmán.

## **2.5. VARIABLES**

### **2.5.1. VARIABLE 1: ESTRATEGIAS DE AFRONTAMIENTO**

Conforme (Lazarus & Folkman, 1994), las estrategias de afrontamiento integran los procesos cognitivos y comportamentales que los sujetos ejecutan para afrontar exigencias que perciben como sobrepasando sus capacidades.

Dimensiones:

- Resolver el problema.
- Referencia a otros.
- Afrontamiento no productivo.

### **2.5.2. VARIABLE 2: ANSIEDAD**

Conforme Spielberger (1983), la ansiedad se refiere a la experiencia de malestar y tensión emocional que puede evidenciarse mediante signos somáticos y comportamentales, como temblores, sudoración y evitación.

Dimensiones:

- Ansiedad fisiológica.
- Inquietud/ hipersensibilidad.
- Preocupaciones sociales/ concentración.
- Mentira.

## 2.6. OPERACIONALIZACIÓN DE LAS VARIABLES

| Variable                         | Definición conceptual                                                                                                                                                                                                                   | Definición operacional                                                                                                                                                  | Dimensiones                 | Indicadores                                                                                                                                                                                                                                                                                                              | Ítems                                                                                                                                         | Instrumento                                                                 | Escala de medición                                                                                                                                                              |
|----------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| V1: Estrategias de afrontamiento | Según (Lazarus & Folkman (1994), las estrategias de afrontamiento se tratan de las acciones mentales y comportamentales que los individuos emplean para afrontar exigencias que perciben como superiores a sus capacidades disponibles. | Las estrategias de afrontamiento, están integradas por tres componentes, tales como: la resolución del problema, la remisión a terceros y el afrontamiento improductivo | Resolver el problema        | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Concentrarse en resolver el problema.</li> <li>• Esforzarse y tener éxito.</li> <li>• Fijarse en lo positivo.</li> <li>• Buscar diversiones relajantes.</li> <li>• Distracción física.</li> </ul>                                                                               | 2,20,38,56,7<br>3,21,39,57,7<br>15,33,51,69<br>17,35,53<br>18,36,54                                                                           | Instrumento para medir las estrategias de afrontamiento en los estudiantes. | Para esta investigación se usará la escala de Likert, que es un método de medición utilizado por los investigadores con el objetivo de evaluar las estrategias de afrontamiento |
|                                  |                                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                         | Referencia a otros          | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Buscar apoyo social.</li> <li>• Invertir en amigos íntimos.</li> <li>• Buscar apoyo espiritual.</li> <li>• Buscar ayuda profesional.</li> <li>• Acción social.</li> <li>• Buscar pertenencia.</li> </ul>                                                                        | 1,19,37,55,71<br>5,23,41,59,75<br>14,32,50,68<br>16,34,52,70<br>10,28,46,64<br>6,24,42,60,76                                                  |                                                                             |                                                                                                                                                                                 |
|                                  |                                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                         | Afrontamiento no productivo | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Preocuparse.</li> <li>• Falta de afrontamiento.</li> <li>• Hacerse ilusiones.</li> <li>• Ignorar el problema.</li> <li>• Reducción de la tensión.</li> <li>• Reservarlo para sí.</li> <li>• Auto inculparse.</li> <li>• Auto culpabilización.</li> <li>• Autocrítica</li> </ul> | 4,22,40,58,74<br>8,26,44,62,78<br>7,25,43,61,77<br>11,29,47,65<br>9,27,45,63,79<br>13,31,49,67<br>12,30,48,66<br>13, 31, 49, 67<br>15, 51, 69 |                                                                             |                                                                                                                                                                                 |

| Variable     | Definición conceptual                                                                                                                                                                                                     | Definición operacional                                                                                                                                                       | Dimensiones                             | Ítems                                     | Instrumento                                                            | Escala de medición                                                                                                                                                   |
|--------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------|-------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| V2: Ansiedad | Según Spielberger (1983), la ansiedad se refiere a la experiencia de malestar y tensión emocional que puede evidenciarse a través de manifestaciones físicas y comportamentales, como temblores, sudoración y evitación.. | La ansiedad, están conformadas por tres aspectos tales como: la ansiedad fisiológica, la inquietud / hipersensibilidad, preocupaciones sociales/ concentración y la mentira. | Ansiedad fisiológica.                   | 1, 5, 9, 13, 17, 19, 21, 25, 29 y 33.     | Instrumento para medir las estrategias la ansiedad en los estudiantes. | Para esta investigación se usara la escala de Likert, que es un método de medición utilizado por los investigadores con el objetivo de evaluar el nivel de ansiedad. |
|              |                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                              | Inquietud/ hipersensibilidad.           | 2, 6, 7, 10, 14, 18, 22, 26, 30, 34 y 37. |                                                                        |                                                                                                                                                                      |
|              |                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                              | Preocupaciones sociales/ concentración. | 3, 11, 15, 23, 27, 31 y 35.               |                                                                        |                                                                                                                                                                      |
|              |                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                              | Mentira.                                | 4, 8, 12, 16, 20, 24, 28, 32 y 36.        |                                                                        |                                                                                                                                                                      |

## CAPITULO III

### METODOLÓGICA DE INVESTIGACIÓN

#### 3.1. TIPO DE INVESTIGACIÓN

Es de tipo de indagación descriptiva, no experimental.

- ✓ **Según su finalidad:** Esta indagación es de naturaleza teórica, básica o pura, ya que se cimienta en una premisa teórica. Según Ñaupas (2014), la indagación pura, básica o sustantiva, se le otorga esta denominación debido a que no persigue un fin económico en particular, sino que se impulsa por la mera curiosidad intelectual y el disfrute de adquirir nuevos saberes y entendimientos. Resulta crucial resaltar que, en esta circunstancia, el investigador llevará a cabo esta indagación impulsada por su curiosidad por adquirir o descubrir más conocimientos.
- ✓ **Según su carácter:** Es una indagación correlacional.
- ✓ **Según su naturaleza:** Es una indagación cuantitativa.
- ✓ **Según su alcance temporal:** Esta indagación se clasifica como transversal, dado que examina un componente del avance de los sujetos en un instante determinado.

##### 3.1.1. ENFOQUE

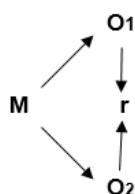
Este abordaje adopta un enfoque cuantitativo, dado que emplea exámenes estadísticas para examinar la conexión entre el saber preexistente y el conocimiento que puede obtenerse a través de la exploración científica. Conforme a Ñaupas (2014), dicho enfoque se distingue por la aplicación de procedimientos y técnicas cuantificables, abarcando la cuantificación, la gestión de dimensiones, la observación y evaluación de las unidades de exploración, junto con la selección muestral y el examen estadístico.

### 3.1.2. ALCANCE O NIVEL DE INVESTIGACIÓN

Sampier y Roberto (2004) describen la indagación correlacional como un tipo de indagación social el cual tiene como finalidad valorar el grado de vinculación entre dos o más nociones o variables en un marco determinado. Este enfoque ofrece un valor explicativo parcial, ya que al identificar la relación entre conceptos se proporciona información que ayuda a entender mejor el fenómeno estudiado. Cuantas más variables se correlacionen en una indagación y cuanto mayor sea la magnitud de las conexiones halladas, más exhaustiva será la interpretación derivada.

### 3.1.3. DISEÑO DE INVESTIGACIÓN

Según lo expuesto por Hernández y Ricardo (2012), la configuración experimental y de corte transversal resulta pertinente cuando la indagación se orienta a cuantificar la intensidad de una o más variables en un punto temporal concreto. Asimismo, este esquema es eficaz para analizar la interconexión entre múltiples variables en un momento preciso.



Donde:

**O1:** Variable Independiente

**M:** Muestra

**O2:** Variable dependiente

**r:** Correlación que existe entre variables

## 3.2. POBLACIÓN Y MUESTRA

### 3.2.1. POBLACIÓN

Según Hernández (2018), engloba la totalidad de individuos o componentes relevantes.

La Población, está integrada por un total de 345 educandos de ambos géneros pertenecientes a la I.E. Santo Domingo de Guzmán, 2024, conforme se especifica en el cuadro próximo:

**Tabla 1***Población de educandos I. E. Santo Domingo de Guzmán 2024*

| Denominación     | Sexo |    | N° de educandos |
|------------------|------|----|-----------------|
|                  | F    | M  |                 |
| Educandos de 1ro | 36   | 50 | 86              |
| Educandos de 2do | 42   | 40 | 82              |
| Educandos de 3ro | 30   | 33 | 63              |
| Educandos de 4to | 33   | 21 | 54              |
| Educandos de 5ro | 31   | 29 | 60              |
| Total            |      |    | 345             |

*Fuente Cuadro de una Institución***3.2.2. MUESTRA**

Conforme Hernández (2018), es un conglomerado seleccionado de la población, que permite hacer inferencias sobre el total.

La muestra está integrada por un total de 182 educandos de ambos géneros pertenecientes a la I.E Santo Domingo de Guzmán, 2024, conforme se especifica en el cuadro próximo:

**Tabla 2***Muestra de educandos I. E. Santo Domingo de Guzmán 2024*

| Denominación     | Sexo |    | N° de educandos |
|------------------|------|----|-----------------|
|                  | F    | M  |                 |
| Educandos de 1ro | 17   | 15 | 32              |
| Educandos de 2do | 20   | 14 | 34              |
| Educandos de 3ro | 21   | 15 | 36              |
| Educandos de 4to | 25   | 15 | 40              |
| Educandos de 5ro | 19   | 21 | 40              |
| Total            |      |    | 182             |

*Fuente Cuadro de una Institución***Muestreo**

Para determinar el volumen de la muestra, se ejecutará un muestreo no aleatorio por conveniencia con un conglomerado de educandos de ambos sexos de la I.E. Santo Domingo de Guzmán, 2024.

### **Criterios de exclusión**

- Educandos que tengan menos de 12 años.
- Educandos que tengan más de 18 años.
- Educandos que no integren la I.E.
- Educandos que estén retirados de la I.E.
- Educandos que estén suspendidos de la I. E.

### **Criterios de inclusión**

- Educandos que pertenezcan a la I.E.
- Educandos que tengan entre 12 y 18 años de edad.
- Educandos inscritos en año lectivo 2024

## **3.3. TÉCNICAS E INSTRUMENTOS DE RECOLECCIÓN DE DATOS**

### **Técnica encuesta**

Conforme a Cea (1999), la encuesta se concibe como un método estructurado empleado para obtener información, ya sea de forma hablada o por escrito, a partir de una muestra extensa de sujetos. Es imperativo que la muestra capture con precisión las particularidades del grupo examinado, y los datos recabados se restringen al contenido predefinido en un cuestionario codificado, elaborado expresamente para este fin.

### **Cuestionario de encuesta estructurado**

Se ejecutó un cuestionario focalizado en la escala de Likert como herramienta de medición para validar las premisas establecidas en la indagación.

### **Juicio de expertos**

La legitimación del instrumento para la escala (CMAS-R) se ejecutó mediante la validación de expertos, quienes valoraron su pertinencia atendiendo a criterios de significación, precisión y adecuación.

La compilación de data fue validada mediante el criterio de juicio de expertos, contando con la colaboración de tres magísteres que aprobaron el cuestionario presentado.

| EXPERTOS                    | GRADO   | COLEGIATURA | RESULTADO |
|-----------------------------|---------|-------------|-----------|
| Yenny Rojas Pardo           | Maestra | 05017       | Aplicable |
| Jonas Aguirre Evaristo      | Maestro | 26082       | Aplicable |
| Nataly Chuquiyauri Alvarado | Maestra | 30500       | Aplicable |

## **Instrumento**

Este cuestionario fue diseñado específicamente para evaluar diversos aspectos que conforman la complejidad de la personalidad femenina. En esta evaluación, se presentan una serie de declaraciones que buscan indagar en las percepciones y pensamientos autoreferenciales de las féminas.

### **Ficha técnica**

#### **Escala de Ansiedad en Niños y adolescentes – CMAS-R**

- ✓ Nombre original: Escala de Ansiedad Manifiesta en Niños y Adolescentes (CMAS-R)
- ✓ Autores: Reynolds y Richmond
- ✓ Año de creación: 1997
- ✓ Lugar donde se desarrolló el instrumento: Estados Unidos Adaptación para Perú: Domínguez et al. (2013)
- ✓ Número de ítems: 37 reactivos
- ✓ Objetivo: Examinar la ansiedad en infantes y adolescentes de 7 a 19 años.
- ✓ Administración: personal y por colectivos
- ✓ Ámbito de aplicación: infantes y adolescentes de 7 a 19 años
- ✓ Duración: Entre 20 y 40 min.

## **Estructura del instrumento**

Integrada por 37 ítems, clasificados en 3 dimensiones principales más una dimensión de mentira. Las respuestas se ofrecen en formato dicotómico (Sí/No), y el instrumento permite calcular puntajes escalares y percentiles.

- Ansiedad fisiológica: Ítems 1, 5, 9, 13, 17, 19, 21, 25, 29 y 33.
- Inquietud/Hipersensibilidad: Ítems 2, 6, 7, 10, 14, 18, 22, 26, 30, 34 y 37.
- Preocupaciones sociales/concentración: Ítems 3, 11, 15, 23, 27, 31 y 35.
- Dimensión de mentira: Ítems 4, 8, 12, 16, 20, 24, 28, 32 y 36.

## **Puntuaciones**

- Ansiedad total: Compuesta por 28 ítems que abarcan las tres dimensiones de Ansiedad fisiológica, Inquietud/Hipersensibilidad y Preocupaciones sociales/concentración.
- Dimensión de mentira: Se evalúa con los 9 ítems restantes. Las respuestas afirmativas ("Sí") se convierten en puntajes que permiten interpretar el nivel de ansiedad de los participantes. Un puntaje más alto indica mayores niveles de ansiedad.

## **Confiabilidad**

Las propiedades psicométricas se examinaron en una muestra de 329 infantes estadounidenses. El análisis factorial identificó 3 factores principales: Ansiedad fisiológica, Inquietud/Hipersensibilidad y Preocupaciones sociales/concentración. Los valores de confiabilidad, evaluados por medio del coeficiente KR20, fueron:

- Ansiedad fisiológica: 0.65
- Inquietud/Hipersensibilidad: 0.64
- Preocupaciones sociales: 0.60

En la modificación peruana formulada por Domínguez et al. (2013) en una muestra de 435 infantes y adolescentes (159 varones y 271 féminas), el coeficiente KR20 para la confiabilidad total fue 0.838. Las puntuaciones de confiabilidad para cada dimensión fueron:

- Inquietud/Hipersensibilidad: 0.610
- Preocupaciones sociales: 0.701
- Ansiedad fisiológica: 0.751

## **Validez**

La validez criterial del instrumento fue examinada mediante la contrastación entre un grupo solicitante de consulta y otro no solicitante, evidenciándose discrepancias estadísticamente notables en todas las dimensiones de zozobra a favor del primer grupo. Esto sugiere que el instrumento posee atributos de fiabilidad y validez apropiados para la población peruana.

## Ficha técnica

### Escala de Afrontamiento para Adolescentes (ACS)

- **Nombre original:** Escala de Afrontamiento para Adolescentes (ACS)
- **Autores:** Frydenberg y Lewis
- **Año de creación:** 1993
- **Adaptación para Perú:** Canessa (2002)
- **Número de ítems:** 79 reactivos cerrados y 1 ítem abierto
- **Objetivo:** Analizar los métodos de adaptación empleados por los adolescentes frente a circunstancias de estrés.
- **Administración:** personal y por colectivos
- **Ámbito de aplicación:** Adolescentes de 12 a 18 años
- **Duración:** Entre 10 y 15 min
- **Dimensiones:**

La escala está compuesta por **18 estrategias de afrontamiento**, distribuidas en 3 estilos de afrontamiento.

### Confiabilidad

Los creadores llevaron a cabo dos exploraciones para medir la fiabilidad y la pertinencia del dispositivo. Conforme a la fiabilidad, ambos estudios revelaron una consistencia interna de 0.65, salvo en dos escalas. Para verificar la efectividad, se ejecutaron factoriales con rotación Oblimin, logrando una validez de constructo para las 18 tácticas de defensa.

### Adaptación peruana

El ajuste al entorno peruano fue llevado a cabo por Canessa (2002), quien examinó a 1236 jóvenes de 14 a 17 años. Se evaluó la fiabilidad ejecutando Cronbach, hallando cifras que oscilaron entre 0.48 y 0.84. Asimismo, se ejecutó un análisis factorial de los ítems, lo cual reveló seis factores en cada evaluación, asegurando así la fiabilidad del modelo de la escala.

La revisión y ajuste del ACS llevada a cabo por Canessa reveló que el dispositivo posee características de confiabilidad y validez suficientes para su uso en el Perú, convirtiéndose en una herramienta idónea para evaluar las tácticas de enfrentamiento en jóvenes peruanos.

### 3.4. TÉCNICAS PARA EL PROCESAMIENTO Y ANÁLISIS DE DATOS

#### Confiabilidad

Según Rusque (2003), la validez alude a la aptitud de un método investigativo para proporcionar respuestas certeras a los interrogantes planteados, mientras que la fiabilidad hace referencia a la consistencia del procedimiento, es decir, su capacidad para arrojar resultados uniformes en diversas circunstancias.

El nivel de fiabilidad de cada herramienta de medición (cuestionario) fue establecido mediante Cronbach, considerando la ejecución del software correspondiente para su cálculo.

#### Resumen de procesamiento de casos

|       |                       | N  | %     |
|-------|-----------------------|----|-------|
| Casos | Válido                | 20 | 100.0 |
|       | Excluido <sup>a</sup> | 0  | .0    |
|       | Total                 | 20 | 100.0 |

a. La eliminación por lista se basa en todas las variables del procedimiento.

#### Estadísticas de fiabilidad

| Alfa de Cronbach | N de elementos |
|------------------|----------------|
| .724             | 34             |

**Interpretación:** El instrumento presenta un coeficiente de fiabilidad de 0,724, lo que indica un grado de consistencia notablemente elevado. En consecuencia, el cuestionario posee una alta solidez y resulta apto para su aplicación.

### **3.4.1. PROCEDIMIENTOS**

#### **Método de análisis de datos**

Para examinar la data compilada, recurrimos a medidas estadísticas:

- ✓ Distribución de frecuencia tablas
- ✓ Promedio aritmético
- ✓ Rho de Spearman
- ✓ Discusión
- ✓ Conclusión

## CAPITULO IV

### RESULTADOS

#### 4.1. PROCESAMIENTO DE DATOS

La encuesta recolectará data y la presentará en forma de tablas y gráficos de barras, revelando los hallazgos en porcentajes numéricos para cada aspecto. Esto simplificará el escrutinio y la interpretación necesarios para derivar conclusiones y formular sugerencias vinculadas a la indagación.

**Tabla 3**

*Tamaño y distribución de la muestra de los educandos de la I. E. Santo Domingo de Guzmán 2024*

|   |         | Estrategias de<br>afrontamiento<br>(V1)     | Ansiedad<br>(V2)                                          | Ansiedad<br>fisiológica<br>(V2 – D1) |
|---|---------|---------------------------------------------|-----------------------------------------------------------|--------------------------------------|
| N | Validos | 182                                         | 182                                                       | 182                                  |
|   | Missing | 0                                           | 0                                                         | 0                                    |
|   |         | Inquietud<br>hipersensibilidad<br>(V2 – D2) | Preocupaciones<br>sociales/<br>concentración<br>(V1 – D3) | Mentira<br>(V3 – D4)                 |
| N | Validos | 182                                         | 182                                                       | 182                                  |
|   | Missing | 0                                           | 0                                                         | 0                                    |

#### 4.1.1. ESTRATEGIAS DE AFRONTAMIENTO

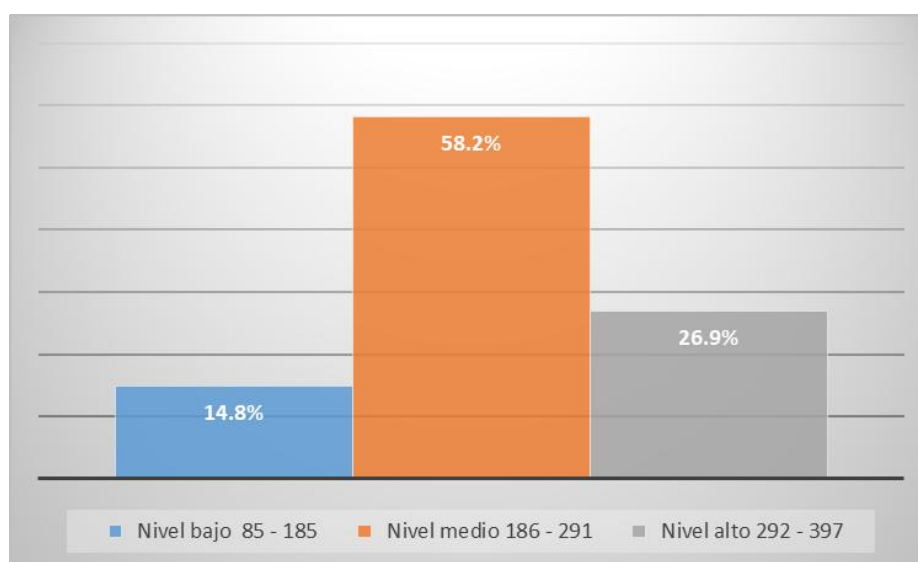
**Tabla 4**

*Resultados de la evaluación de la variable Estrategias de afrontamiento de los educandos de la I. E. Santo Domingo de Guzmán 2024*

|             |           | Frecuencia | Porcentaje |
|-------------|-----------|------------|------------|
| Nivel bajo  | 85 - 185  | 27         | 14,8 %     |
| Nivel medio | 186 - 291 | 106        | 58,2 %     |
| Nivel alto  | 292 - 397 | 49         | 26,9 %     |
| Total       |           | 182        | 100,0%     |

**Figura 1**

*Resultados de la evaluación de la variable estrategias de afrontamiento de los educandos de la I. E. Santo Domingo de Guzmán 2024*



**Interpretación:** La tabla 4 y figura 1, se exhiben las evidencias observándose que del total de encuestados de los educandos del primero al quinto de secundaria, 27 educandos se encuentran en un nivel bajo de estrategias de afrontamiento que representan el 14.8% del total de encuestados, 106 educandos se encuentran nivel medio de estrategias de afrontamiento que representa el 58.2% del total de encuestados y 49 educandos se encuentran en un nivel alto de estrategias de afrontamiento que representan el 26.9% del total de encuestados, sabiendo que el total de los encuestados fue de 182 educandos de la I. E. Santo Domingo de Guzmán 2024.

#### 4.1.2. ANSIEDAD

**Tabla 5**

*Resultados de la evaluación de la variable Ansiedad de los educandos de la I. E. Santo*

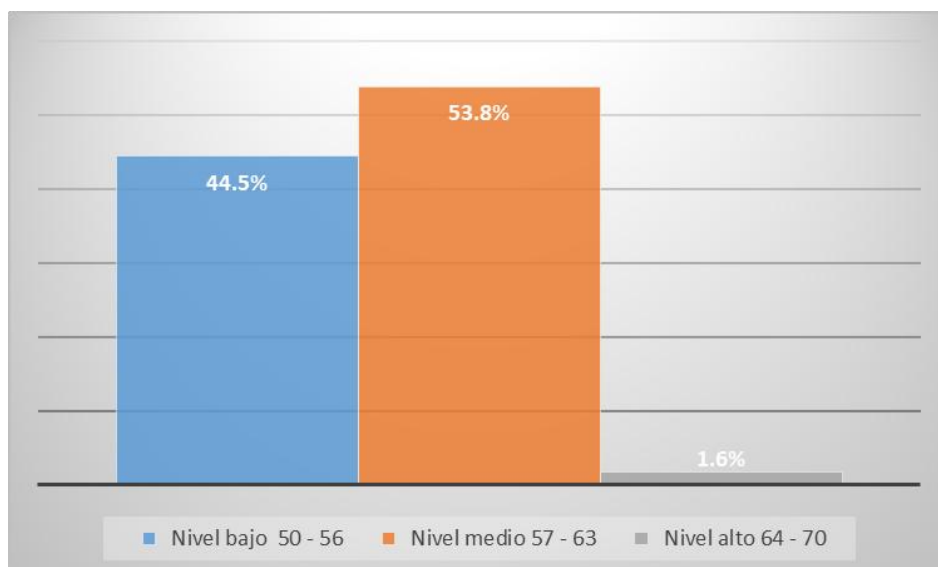
*Domingo de Guzmán 2024*

|             |         | Frecuencia | Porcentaje |
|-------------|---------|------------|------------|
| Nivel bajo  | 50 - 56 | 81         | 44,5 %     |
| Nivel medio | 57 - 63 | 98         | 53,8 %     |
| Nivel alto  | 64 - 70 | 3          | 1,6 %      |
|             | Total   | 182        | 100,0%     |

**Figura 2**

*Resultados de la evaluación de la variable Ansiedad de los educandos de la I. E. Santo*

*Domingo de Guzmán 2024*



**Interpretación:** La tabla 5 y figura 2, se exhiben los hallazgos manifestándose que del total de encuestados de los educandos del primero al quinto de secundaria, 81 educandos se encuentran en un nivel bajo de ansiedad que manifiestan el 44.5% del total de indagados, 98 educandos se encuentran nivel medio de ansiedad que representa el 53.8% del total de encuestados y 3 educandos se hallan en un nivel alto de ansiedad que representan el 1.6% de los indagados, sabiendo que el total de los indagados fue de 182 educandos de la I. E. Santo Domingo de Guzmán 2024.

## DIMENSIÓN 1: ANSIEDAD FISIOLÓGICA

Tabla 6

*Resultados de la evaluación de la dimensión ansiedad fisiológica de los educandos de la I.*

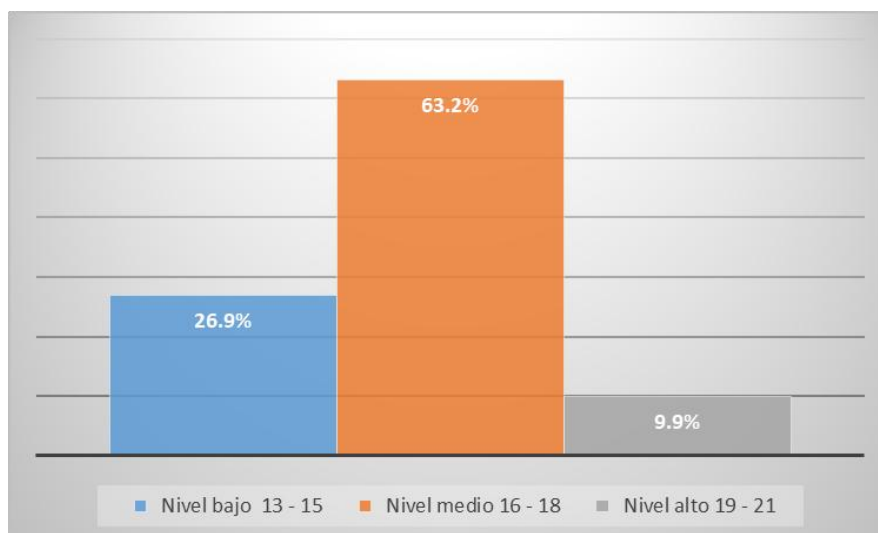
*E. Santo Domingo de Guzmán 2024*

|             |         | Frecuencia | Porcentaje |
|-------------|---------|------------|------------|
| Nivel bajo  | 13 - 15 | 49         | 26,9 %     |
| Nivel medio | 16 - 18 | 115        | 63,2 %     |
| Nivel alto  | 19 - 21 | 18         | 9,9 %      |
| Total       |         | 182        | 100,0 %    |

Figura 3

*Resultados de la evaluación de la dimensión ansiedad fisiológica de los educandos de la I.*

*E. Santo Domingo de Guzmán 2024*



**Interpretación:** La tabla 6 y figura 3, se exhiben las evidencias observándose que del total de encuestados de los educandos del primero al quinto de secundaria, 49 educandos se encuentran en un nivel bajo de ansiedad fisiológica que representan el 26.9% del total de encuestados, 115 educandos se encuentran nivel medio de ansiedad fisiológica que representa el 63.2% del total de encuestados y 18 educandos se hallan en un nivel alto de ansiedad fisiológica que representan el 9.9% del total de encuestados, sabiendo que el total de los encuestados fue de 182 educandos de la I. E. Santo Domingo de Guzmán 2024.

## DIMENSIÓN 2: INQUIETUD HIPERSENSIBILIDAD

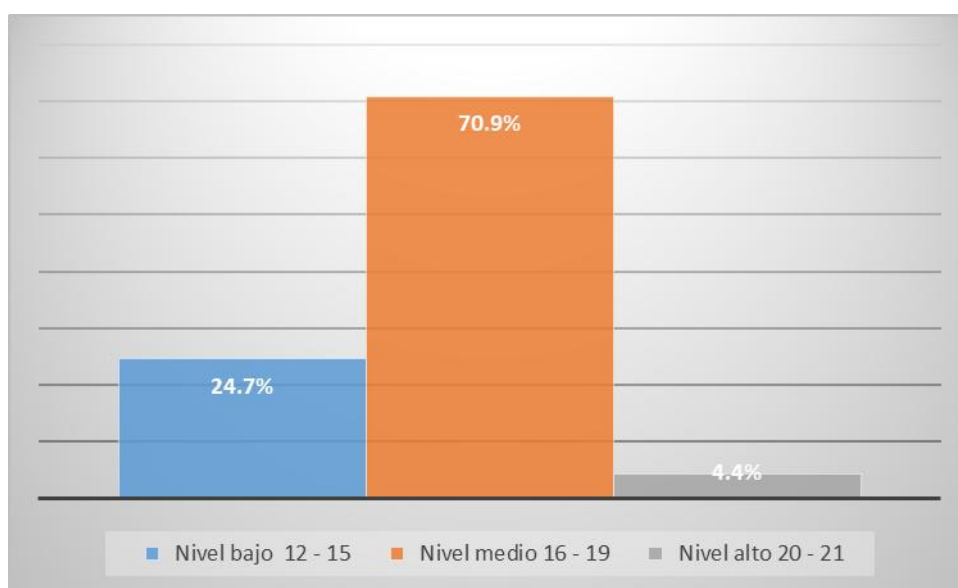
Tabla 7

*Resultados de la evaluación de la dimensión inquietud hipersensibilidad de los educandos de la I. E. Santo Domingo de Guzmán 2024*

|             |         | Frecuencia | Porcentaje |
|-------------|---------|------------|------------|
| Nivel bajo  | 12 - 15 | 45         | 24,7 %     |
| Nivel medio | 16 - 19 | 129        | 70,9 %     |
| Nivel alto  | 20 - 21 | 8          | 4,4 %      |
|             | Total   | 182        | 100,0 %    |

Figura 4

*Resultados de la evaluación de la dimensión inquietud hipersensibilidad de los educandos de la I. E. Santo Domingo de Guzmán 2024*



**Interpretación:** La tabla 7 y figura 4, se exhiben los hallazgos observándose que del total de encuestados de los educandos del primero al quinto de secundaria, 45 educandos se encuentran en un nivel bajo de inquietud e hipersensibilidad que representan el 24.7% del total de encuestados, 129 educandos se encuentran nivel medio de inquietud e hipersensibilidad que representa el 70.9% del total de encuestados y 8 educandos se encuentran en un nivel alto de inquietud e hipersensibilidad que representan el 4.4% del total de encuestados, sabiendo que el total de los encuestados fue de 182 educandos de la I. E. Santo Domingo de Guzmán 2024.

### DIMENSIÓN 3: PREOCUPACIONES SOCIALES / CONCENTRACIÓN

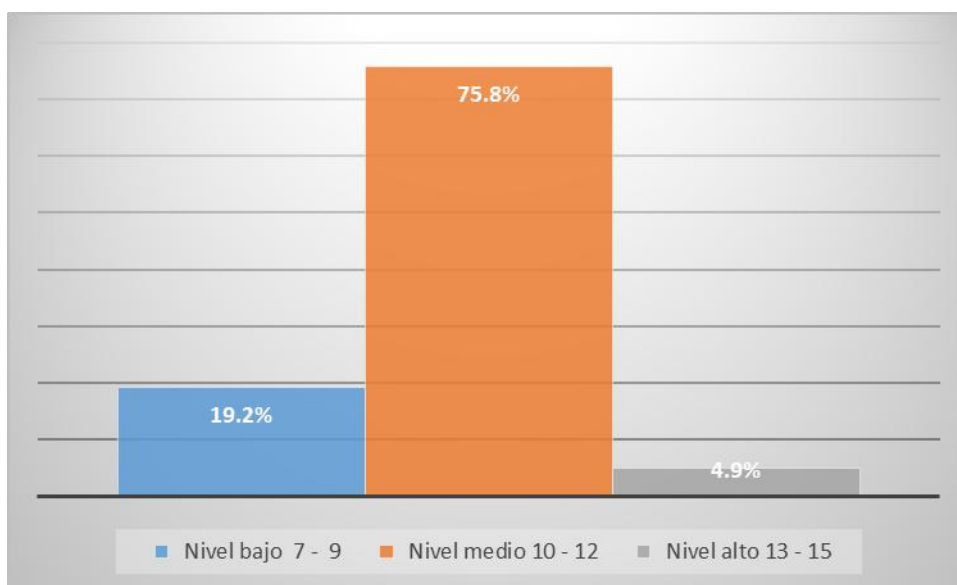
Tabla 8

*Resultados de la evaluación de la dimensión preocupaciones sociales / concentración de los educandos de la I. E. Santo Domingo de Guzmán 2024*

|             |         | Frecuencia | Porcentaje |
|-------------|---------|------------|------------|
| Nivel bajo  | 7 - 9   | 35         | 19,2 %     |
| Nivel medio | 10 - 12 | 138        | 75,8 %     |
| Nivel alto  | 13 - 15 | 9          | 4,9 %      |
| Total       |         | 182        | 100,0 %    |

Figura 5

*Resultados de la evaluación de la dimensión preocupaciones sociales / concentración de los educandos de la I. E. Santo Domingo de Guzmán 2024*



**Interpretación:** La tabla 8 y figura 5, se exhiben los hallazgos observándose que del total de encuestados de los educandos del primero al quinto de secundaria, 35 educandos se encuentran en un nivel bajo de preocupaciones sociales / concentración que representan el 19.2% del total de encuestados, 138 educandos se encuentran nivel medio de preocupaciones sociales / concentración que representa el 75.8% del total de encuestados y 9 educandos se encuentran en un nivel alto de preocupaciones sociales / concentración que representan el 4.9% del total de encuestados, sabiendo que el total de los encuestados fue de 182 educandos de la I. E. Santo Domingo de Guzmán 2024.

#### DIMENSIÓN 4: MENTIRA

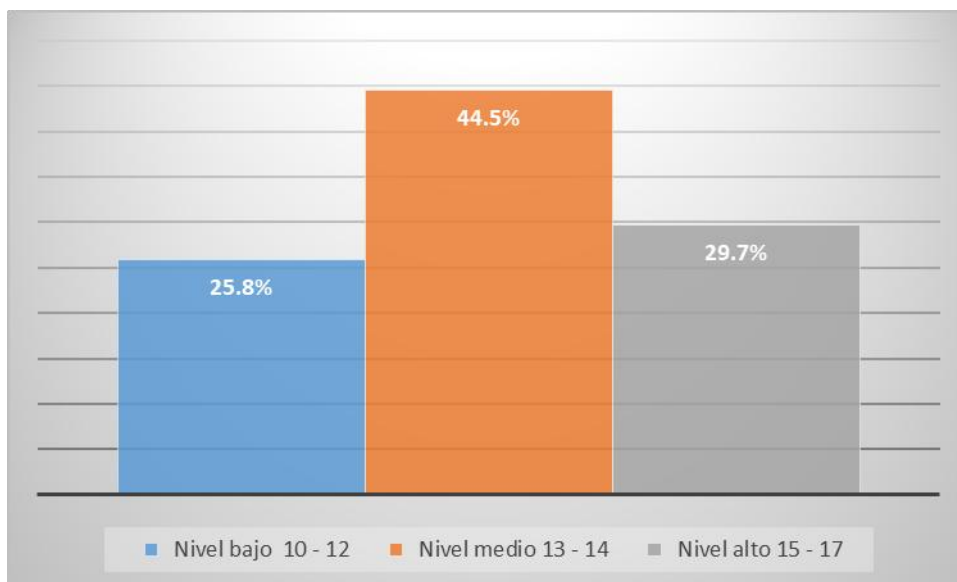
**Tabla 9**

*Resultados de la evaluación de la dimensión mentira de los educandos de la I. E. Santo Domingo de Guzmán 2024*

|             |         | Frecuencia | Porcentaje |
|-------------|---------|------------|------------|
| Nivel bajo  | 10 - 12 | 47         | 25,8 %     |
| Nivel medio | 13 - 14 | 81         | 44,5 %     |
| Nivel alto  | 15 - 17 | 54         | 29,7 %     |
| Total       |         | 182        | 100,0 %    |

**Figura 6**

*Resultados de la evaluación de la dimensión mentira de los educandos de la I. E. Santo Domingo de Guzmán 2024*



**Interpretación:** La tabla 9 y figura 6, se exhiben los hallazgos observándose que del total de encuestados de los educandos del primero al quinto de secundaria, 47 educandos se encuentran en un nivel bajo de mentir que representan el 25.8% del total de encuestados, 81 educandos se encuentran nivel medio de mentir que representa el 44.5% del total de encuestados y 54 educandos se hallan en un nivel alto de mentir que representan el 29.7% de los indagados, sabiendo que el total de los encuestados fue de 182 educandos de la I. E. Santo Domingo de Guzmán 2024.

## 4.2. CONTRASTACIÓN DE HIPÓTESIS Y PRUEBA DE HIPOTESIS

### 4.2.1. PRUEBA DE NORMALIDAD

De acuerdo con Novales (2010), el test de Shapiro-Wilk se ejecuta para examinar la regularidad en conjuntos de datos con menos de 50 elementos, mientras que, en colecciones más extensas, su uso es comparable al del test de Kolmogórov-Smirnov. Este método inicia clasificando la data de la muestra en orden ascendente, generando así un nuevo vector muestral.

En esta indagación se ejecutó Kolmogórov-Smirnov, dado que la muestra estuvo integrada por 182 educandos. Para la normalidad, se formularon las hipótesis nula y alternativa, considerando un nivel de confianza del 95% y un nivel de significancia (alfa) del 5%. A continuación, se exhiben los hallazgos:

**Hi:** La data tiene una distribución normal

**Ho:** La data tiene una distribución normal

**Tabla 8**

*Prueba de Normalidad*

|                                   | Kolmogórov-Smirnov |         |         |
|-----------------------------------|--------------------|---------|---------|
|                                   | Estadístico        | g       | Sig.(p) |
| Estrategias de afrontamiento (V1) | 0,102              | 1<br>82 | 0       |
| Ansiedad (V2)                     | 0,091              | 1<br>82 | 0       |

Criterio de decisión

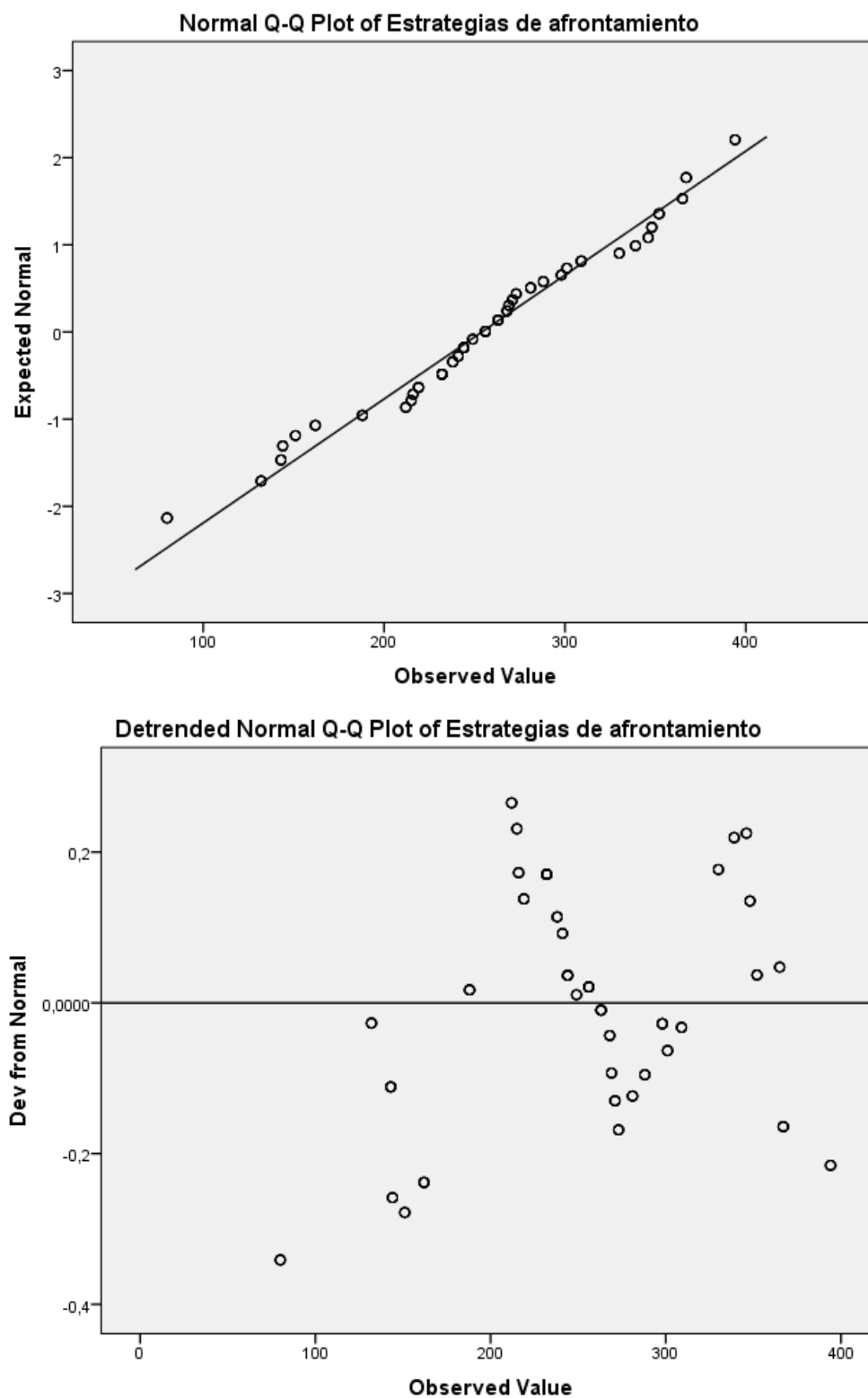
Si  $p < 0.05$  rechazamos  $H_0$  y aceptamos  $H_i$ .

Si  $p \geq 0.05$  rechazamos  $H_i$  y aceptamos  $H_0$ .

Dado que  $p = 0$  y es menor a 0.05, se rechaza la ( $H_0$ ) y se acepta la ( $H_i$ ), lo que indica que la data no sigue una distribución normal. Por esta razón, se empleará estadística no paramétrica, específicamente la correlación de Spearman, para contrastar las hipótesis de indagación. A continuación, se exhiben las figuras 7 y 8 correspondientes a los resultados de la prueba de normalidad.

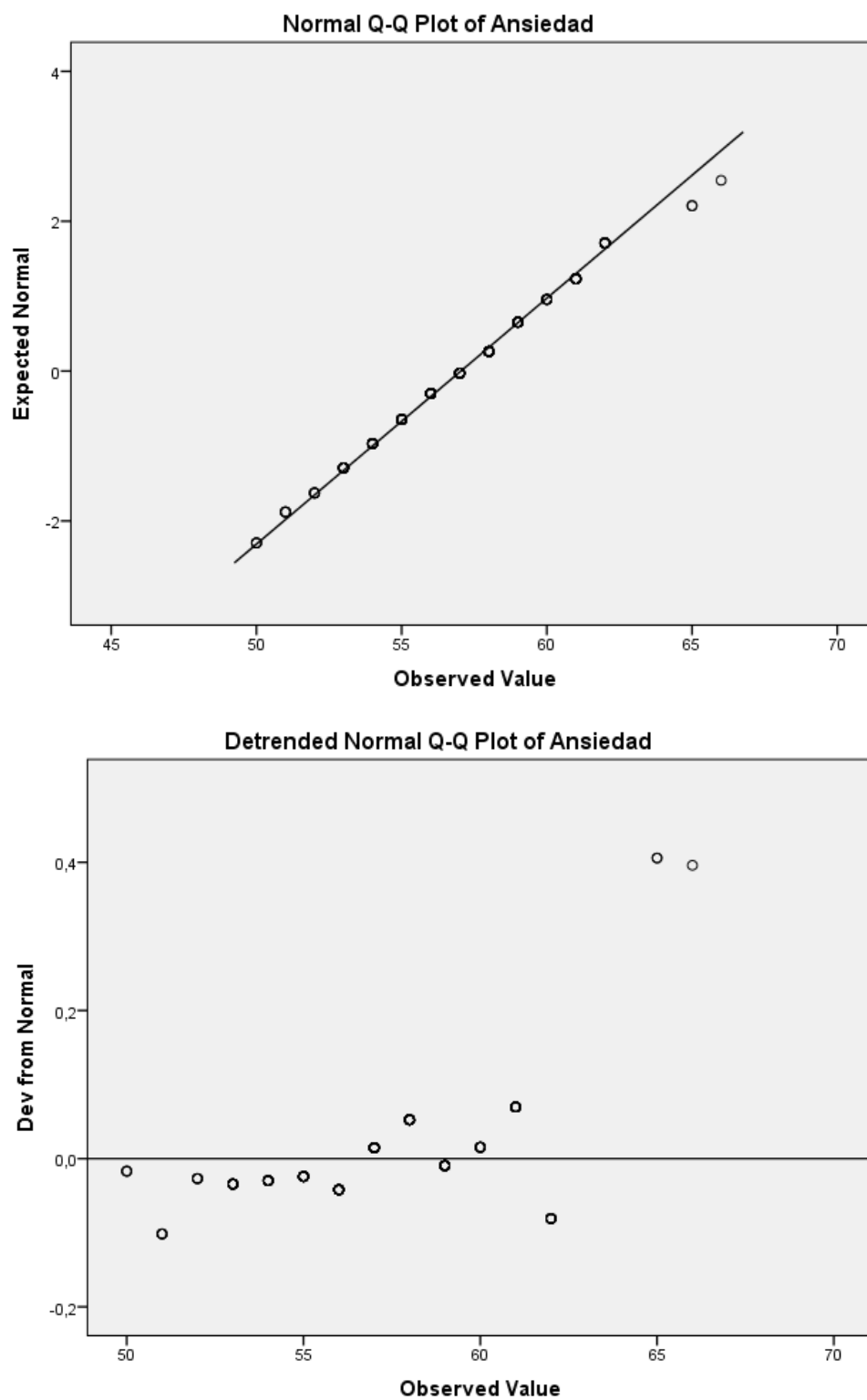
**Figura 7**

*Normalidad de los datos para la variable Estrategias de afrontamiento*



**Figura 8**

*Normalidad de los datos para la variable Ansiedad*



Para llevar a cabo el contraste de hipótesis, se establecieron tanto las hipótesis de indagación o alternativas como las hipótesis nulas. Posteriormente, se dispuso de Spearman, ejecutándolo en el SPSS (versión 28.0). Este análisis permitió examinar la vinculación existente entre las dos variables, así como entre las dimensiones de la variable 1 y la variable 2. Por esto, se consideraron los intervalos descritos próximamente.

**Tabla 9**

*Intervalos de correlación*

| Valor         | Significado                            |
|---------------|----------------------------------------|
| -1            | Correlación negativa grande y perfecta |
| -0,9 a -0,99  | Correlación negativa muy alta          |
| -0,7 a -0,89  | Correlación negativa alta              |
| -0,4 a -0,69  | Correlación negativa moderada          |
| -0,2 a -0,39  | Correlación negativa baja              |
| -0,01 a -0,19 | Correlación negativa muy baja          |
| 0             | Correlación nula                       |
| 0,01 a 0,19   | Correlación positiva muy baja          |
| 0,2 a 0,39    | Correlación positiva baja              |
| 0,4 a 0,69    | Correlación positiva moderada          |
| 0,7 a 0,89    | Correlación positiva alta              |
| 0,9 a 0,99    | Correlación positiva muy alta          |
| 1             | Correlación positiva grande y perfecta |

#### 4.2.1. CONTRASTACIÓN DE LA HIPÓTESIS GENERAL

**Hi:** Existe relación moderada entre las estrategias de afrontamiento y la ansiedad en los educandos de la I. E. Santo Domingo de Guzmán

**Ho:** No existe relación moderada entre las estrategias de afrontamiento y la ansiedad en los educandos de la I. E. Santo Domingo de Guzmán.

**Tabla 10***Correlación de Rho de Spearman para la hipótesis general*

|                    |                                         | Estrategias de<br>afrontamiento<br>(V1) | Ansiedad<br>(V2) |
|--------------------|-----------------------------------------|-----------------------------------------|------------------|
| Rho de<br>Spearman | Estrategias de<br>afrontamiento<br>(V1) | Coeficiente de<br>correlación           | 1,000            |
|                    |                                         | Sig. (bilateral)                        | ,993**           |
|                    |                                         | N                                       | ,000             |
|                    | Ansiedad<br>(V2)                        | Coeficiente de<br>correlación           | 182              |
|                    |                                         | Sig. (bilateral)                        | ,993**           |
|                    |                                         | N                                       | ,000             |

En la Rho Spearman, donde  $r = 0,993$  es una correlación positiva muy alta, con un p - valoración de 0,000 que es menor a (0.05), entonces se afirma la hipótesis de indagación, a saber, hay una vinculación notable entre las estrategias de afrontamiento y ansiedad en los educandos de la I. E. Santo Domingo de Guzmán 2024.

#### 4.2.2. CONTRASTACIÓN DE LA HIPÓTESIS ESPECÍFICA

##### CONTRASTE DE HIPÓTESIS ESPECÍFICA 1

**Hi:** Existe relación moderada entre las estrategias de afrontamiento con la ansiedad fisiológica en los educandos de la I. E. Santo Domingo de Guzmán.

**H0:** No existe relación moderada entre las estrategias de afrontamiento con la ansiedad fisiológica en los educandos de la I. E. Santo Domingo de Guzmán.

**Tabla 11***Correlación de Rho de Spearman para la hipótesis específica 1*

|                    |                                         | Estrategias de<br>afrontamiento<br>(V1) | Ansiedad<br>fisiológica<br>(V2 – D1) |
|--------------------|-----------------------------------------|-----------------------------------------|--------------------------------------|
| Rho de<br>Spearman | Estrategias de<br>afrontamiento<br>(V1) | Coefficiente de<br>correlación          | 1,000                                |
|                    |                                         | Sig. (bilateral)                        | ,982                                 |
|                    |                                         | N                                       | ,000                                 |
|                    | Ansiedad<br>fisiológica<br>(V2 – D1)    | Coefficiente de<br>correlación          | 182                                  |
|                    |                                         | Sig. (bilateral)                        | ,982**                               |
|                    |                                         | N                                       | 1,000**                              |

En la prueba de Spearman, donde  $r = 0,982$  es afirmativa alta, con un p – valoración de 0,000 que es menor (0.05), entonces se afirma la hipótesis de indagación, a saber, hay una vinculación notable entre las estrategias de afrontamiento y ansiedad fisiológica en los educandos de la I. E. Santo Domingo de Guzmán 2024.

## CONTRASTE DE HIPÓTESIS ESPECÍFICA N° 2

La hipótesis plantea que:

**Hi:** Existe relación moderada entre las estrategias de afrontamiento con la inquietud e hipersensibilidad en los educandos de la I. E. Santo Domingo de Guzmán.

**Ho:** No existe relación moderada entre las estrategias de afrontamiento con la inquietud e hipersensibilidad en los educandos de la I. E. Santo Domingo de Guzmán.

**Tabla 12**

Correlación de Rho de Spearman para la hipótesis específica 2

|                    |                                               | Estrategias de<br>afrontamiento<br>(V1) | Inquietud /<br>hipersensibilidad<br>(V2 – D2) |
|--------------------|-----------------------------------------------|-----------------------------------------|-----------------------------------------------|
| Rho de<br>Spearman | Estrategias de<br>afrontamiento<br>(V1)       | Coeficiente de<br>correlación           | 1,000                                         |
|                    |                                               | Sig. (bilateral)                        | ,983                                          |
|                    |                                               | N                                       | ,000                                          |
|                    | Inquietud /<br>hipersensibilidad<br>(V2 – D2) | Coeficiente de<br>correlación           | 182                                           |
|                    |                                               | Sig. (bilateral)                        | ,983**                                        |
|                    |                                               | N                                       | 1,000**                                       |

En la prueba de Spearman, donde  $r = 0,983$  es una correlación afirmativa alta, con un p - valoración de 0,000 que es menor de (0.05), entonces se afirma la hipótesis de indagación, a saber, hay una vinculación notable entre las estrategias de afrontamiento y la inquietud e hipersensibilidad en los educandos de la I. E. Santo Domingo de Guzmán 2024.

### CONTRASTE DE HIPÓTESIS ESPECÍFICA N° 3

La hipótesis plantea que:

**Hi:** Existe relación moderada entre las estrategias de afrontamiento con las reocupaciones sociales y la concentración en los educandos de la I. E. Santo Domingo de Guzmán.

**Ho:** No existe relación moderada entre las estrategias de afrontamiento con las reocupaciones sociales y la concentración en los educandos de la I. E. Santo Domingo de Guzmán.

**Tabla 13**

Correlación de Rho de Spearman para la hipótesis específica 3

|                    |                                                           | Estrategias de<br>afrontamiento<br>(V1) | Preocupaciones<br>sociales/<br>concentración<br>(V2 – D3) |
|--------------------|-----------------------------------------------------------|-----------------------------------------|-----------------------------------------------------------|
| Rho de<br>Spearman | Estrategias de<br>afrontamiento<br>(V1)                   | Coeficiente de<br>correlación           | 1,000                                                     |
|                    |                                                           | Sig. (bilateral)                        | ,964                                                      |
|                    |                                                           | N                                       | 182                                                       |
|                    | Preocupaciones<br>sociales/<br>concentración<br>(V2 – D3) | Coeficiente de<br>correlación           | ,964**                                                    |
|                    |                                                           | Sig. (bilateral)                        | ,000                                                      |
|                    |                                                           | N                                       | 182                                                       |

En la prueba de Spearman, donde  $r = 0,964$  es una correlación afirmativa alta, con un  $p$  – valoración de 0,000 que es menor a (0.05), entonces se afirma la hipótesis de indagación, a saber, hay una vinculación notable entre las estrategias de afrontamiento y las preocupaciones sociales / concentración en los educandos de la I. E. Santo Domingo de Guzmán 2024.

#### CONTRASTE DE HIPÓTESIS ESPECÍFICA N° 4

La hipótesis plantea que:

**Hi:** Existe relación moderada entre la relación que existe entre las estrategias de afrontamiento con la mentira en los educandos de la I. E. Santo Domingo de Guzmán.

**Ho:** No existe relación moderada entre la relación que existe entre las estrategias de afrontamiento con la mentira en los educandos de la I. E. Santo Domingo de Guzmán.

**Tabla 14**

Correlación de Rho de Spearman para la hipótesis específica 4

|                    |                                         | Estrategias de<br>afrontamiento<br>(V1) | Mentira<br>(V2 – D4) |
|--------------------|-----------------------------------------|-----------------------------------------|----------------------|
| Rho de<br>Spearman | Estrategias de<br>afrontamiento<br>(V1) | Coeficiente de<br>correlación           | 1,000                |
|                    |                                         | Sig. (bilateral)                        | ,983**               |
|                    |                                         | N                                       | .                    |
|                    | Mentira<br>(V2 – D4)                    | Coeficiente de<br>correlación           | ,000                 |
|                    |                                         | Sig. (bilateral)                        | 1,000                |
|                    |                                         | N                                       | .                    |

En la prueba de Spearman, donde  $r = 0,983$  es una vinculación afirmativa alta, con un  $p$  – valoración de 0,000 que es menor a (0.05), entonces se afirma la hipótesis de indagación, a saber, hay una vinculación notable entre las estrategias de afrontamiento y la mentira en los educandos de la I. E. Santo Domingo de Guzmán 2024.

## CAPITULO V

### DISCUSIÓN DE RESULTADOS

#### 5.1. CONTRASTACION DE LOS RESULTADOS DEL TRABAJO DE INVESTIGACION

La indagación “Estrategias de afrontamiento y ansiedad en los educandos de la I. E. Santo Domingo de Guzmán – Chicama – Ascope – la Libertad 2024”, posee un propósito general y metas específicas, que se explican próximamente:

Considerando los objetivos establecidos, se crearon una hipótesis general y cuatro específicas, cuyos hallazgos evidencian que existe una vinculación significativa entre las estrategias de afrontamiento y la zozobra en los educandos de la I. E. Santo Domingo de Guzmán, 2024. Conforme con la hipótesis Rho de Spearman, donde  $r = 0,993$  indica una asociación positiva sumamente elevada, con un p-valor de 0,000, inferior al umbral de significancia (0,05), se corrobora la hipótesis de indagación. Estos hallazgos guardan similitud con las ultimaciones obtenidas de Pozos, Preciado, Plascencia, Aguilera y Acosta (2022), se evidencia una vinculación directamente afirmativa entre las variables, lo que sugiere que la aparición de escenarios de tensión académica, junto con el empleo de estilos de afrontamiento desadaptativos, pueden constituirse en factores desencadenantes de la ansiedad rasgo. También para Granda (2022), se estableció que los participantes manifiestan grados de ansiedad, tanto en su manifestación transitoria como en su carácter rasgo, predominantemente bajos, mientras que un reducido porcentaje se sitúa en un nivel medio. Respecto a los métodos de afrontamiento, la gran parte recurre a ellas con una frecuencia elevada.

Del mismo modo, la primera hipótesis específica señala que la prueba de Spearman, con un coeficiente  $r=0.982$ , evidencia una asociación positiva de magnitud muy elevada. Además, el p-valor de 0.000, al ser inferior al umbral de significancia (0.05), permite la aceptación de la hipótesis de indagación, a saber, hay una vinculación notable entre las

estrategias de afrontamiento y la ansiedad fisiológica en los educandos de la I. E. Santo Domingo de Guzmán 2024. Al respecto Cruz y Escobedo (2021), señala la presencia de una vinculación afirmativa ( $r = .32^{**}$ ) con un efecto de magnitud “media” (dentro del rango de 0.26 a 0.50) entre las variables analizadas. Asimismo, se identificó una asociación entre la dimensión de dificultades de salud y manifestaciones psicosomáticas con el afrontamiento disfuncional, obteniendo un coeficiente de correlación de  $r = .46$ . No obstante, cabe destacar que no se halló una vinculación notable entre las dimensiones de estrés infantil y el afrontamiento orientado a la resolución del problema. También para Areche, Escobar y Suazo (2023), indica que las correlaciones de Spearman entre las tres variables resultaron significativas, tanto a nivel de sus dimensiones como en los valores totales. Los resultados arrojan un valor probabilístico (V.P) de 0.00, el cual, al ser inferior a  $\alpha = 0.05$ , facilita la aceptación de las hipótesis planteadas en la indagación. Asimismo, se formuló un modelo de regresión múltiple con el fin de analizar la interacción de las variables y su incidencia.

De igual manera, la segunda hipótesis específica señala que, la prueba de Spearman, se obtuvo un coeficiente  $r = 0.983$ , lo que representa una correlación afirmativa de magnitud muy alta. Así mismo, el p-valor de 0.000, al ser inferior a 0.05, facilita la aceptación de la hipótesis de indagación, consolidando así la relación significativa entre las variables analizadas, es decir, existe vinculación notable entre las estrategias de afrontamiento y la inquietud e hipersensibilidad en los educandos de la I. E. Santo Domingo de Guzmán 2024. Al respecto Choy (2021), destaca que se detectó una correlación afirmativa de intensidad moderada entre la estrategia de afrontamiento caracterizada por la falta de regulación adaptativa y la ansiedad de tipo fisiológico. De igual modo, se constató una asociación positiva moderada entre la ausencia de afrontamiento eficaz, la disminución de la tensión y la tendencia a la autoinculpación con la dimensión de inquietud e hipersensibilidad. Por otra parte, se advirtió una asociación inversa de nivel bajo entre la estrategia orientada a la búsqueda de respaldo social y la dimensión de preocupaciones en el ámbito social.

Del mismo modo, la tercera hipótesis específica señala que la evaluación mediante la prueba de Spearman arrojó un coeficiente  $r = 0,964$ , lo que representa una correlación positiva de magnitud muy elevada. Además, el valor  $p$  obtenido fue de 0,000, siendo inferior a (0,05), lo que conlleva a la aceptación de la hipótesis de indagación, es decir, hay una vinculación notable entre las estrategias de afrontamiento y las preocupaciones sociales / concentración en los educandos de la I. E. Santo Domingo de Guzmán 2024. Al respecto Sixto (2021), señala que el nivel predominante de las competencias sociales en los educandos es el rango medio-alto, con una representación del 30%. En cuanto a los estilos de afrontación del estrés, prevalece el enfoque orientado a la resolución de dificultades, con un 66%, dado que se tuvo una valoración de significancia bilateral de 0.083. Asimismo, la correlación es inexistente, puesto que el coeficiente obtenido indica una relación positiva sin relevancia estadística.

Asimismo, la cuarta hipótesis particular señala que el análisis de Spearman arroja un valor de  $r=0.983$ , lo que evidencia una asociación positiva de magnitud muy elevada. Dado que el  $p$ -valor obtenido (0.000) es inferior al (0.05), se válida la hipótesis indagada, a saber, existe vinculación notable las estrategias de afrontamiento y la mentira en los educandos de la I. E. Santo Domingo de Guzmán 2024. Al respecto Gomez, Cardenas y Lopez (2023), menciona que es relevante el estilo de afrontamiento predominante en los educandos es “otros estilos de modos de afrontamiento” con el 75,7%, mientras que en la prueba de hipótesis el valor de significancia de Pearson es de 0,196.  $> 0.05$ , razón por la cual se desestimó la conjetura alternativa y se aprobó la suposición nula, que no hay una asociación entre la personalidad y los modos de afrontamiento al estrés en los educandos de una academia prepolicia.

## CONCLUSIONES

- Con base en los hallazgos del objetivo general se determina que existe relación entre las estrategias de afrontamiento y ansiedad en los educandos de la I. E. Santo Domingo de Guzmán 2024, con un grado de correlación positiva muy alta, donde,  $r = 0,993$ , con un p-valor de 0,000.
- Con base en los hallazgos del objetivo específico N° 1, se determina que existe relación entre las estrategias de afrontamiento y ansiedad fisiológica en los educandos de la I. E. Santo Domingo de Guzmán 2024, con un grado de correlación positiva muy alta, donde,  $r = 0,982$ , con un p-valor de 0,000.
- Con base en los hallazgos del objetivo específico N° 2, se determina que existe relación entre las estrategias de afrontamiento y la inquietud e hipersensibilidad en los educandos de la I. E. Santo Domingo de Guzmán 2024, con un grado de correlación positiva muy alta, donde,  $r = 0,983$ , con un p-valor de 0,000.
- Con base en los hallazgos del objetivo específico N° 3, se determina que existe relación entre las estrategias de afrontamiento y las preocupaciones sociales / concentración en los educandos de la I. E. Santo Domingo de Guzmán 2024, con un grado de correlación positiva muy alta, donde,  $r = 0,964$ , con un p-valor de 0,000.
- Con base en los hallazgos del objetivo específico N° 4, se determina que existe relación entre las estrategias de afrontamiento y la mentira en los educandos de la I. E. Santo Domingo de Guzmán 2024, con un grado de correlación positiva muy alta, donde,  $r = 0,983$ , con un p-valor de 0,000.

## RECOMENDACIONES

- Tras haber identificado una relación entre las estrategias de afrontamiento y la ansiedad en los educandos de la I. E. Santo Domingo de Guzmán 2024, se recomienda al MINEDU promover la anticipación y acción en el bienestar psíquico de los educandos, a la DRE y UGEL estar en constante monitoreo de los educandos que presentan dificultades de ansiedad, al director de la I. E., promover internamente campañas que integren convenientemente los educandos que están afectados con la ansiedad, a los educadores escuchar a los educandos y atender sus demandas con diligencia, proporcionando de herramientas que le ayuden en su desarrollo académico, a los padres supervisen continuamente a sus hijos para ofrecerles el apoyo necesario y a la psicóloga debe estar atenta a los educandos expuestos a situaciones que puedan provocar ansiedad para desarrollar estrategias de afrontamiento que les faciliten superar.
- Tras haber identificado una relación entre las estrategias de afrontamiento y la ansiedad en los educandos de la I. E. Santo Domingo de Guzmán 2024, se recomienda al MINEDU promover la anticipación y acción en el bienestar psíquico de los educandos, a la DRE y UGEL estar en constante monitoreo de los educandos que presentan dificultades de ansiedad fisiológica, al director de la I.E., valerse de programas que ayude a los educandos a mejorar la ansiedad fisiológica, generar estrategias de afrontamiento ayuden a enfrentar los distintos dificultades que se les puedan presentar a los educandos, a los educadores escuchar a los educandos que tengan dificultades de ansiedad fisiológica para proporcionar el respaldo idóneo, a los apoderados supervisen continuamente a sus hijos para ofrecerles el apoyo necesario y a la psicóloga debe estar atenta a los educandos expuestos a situaciones que puedan provocar ansiedad fisiológica para desarrollar estrategias de afrontamiento que les faciliten superar.

- Tras haber identificado una relación entre las estrategias de afrontamiento y la ansiedad en los educandos de la I. E. Santo Domingo de Guzmán 2024, se recomienda al MINEDU promover la anticipación y acción en el bienestar psíquico de los educandos, a la DRE y UGEL estar en constante monitoreo de los educandos que presentan dificultades de inquietud e hipersensibilidad, la directora de la I.E., prestar atención a los educandos, realizando convenios con instituciones públicas y privadas para brindar atención oportuna a los educandos con inquietud e hipersensibilidad, a los educadores escuchar a los educandos que tengan dificultades de inquietud e hipersensibilidad para brindar el apoyo adecuado, a los padres supervisen continuamente a sus hijos para ofrecerles el apoyo necesario y a la psicóloga debe estar atenta a los educandos expuestos a situaciones que puedan provocar la inquietud e hipersensibilidad para desarrollar estrategias de afrontamiento que les faciliten superar.
  
- Tras haber identificado una relación entre las estrategias de afrontamiento y la ansiedad en los educandos de la I. E. Santo Domingo de Guzmán 2024, se recomienda al MINEDU promover la anticipación y acción en el bienestar psíquico de los educandos, a la DRE y UGEL estar en constante monitoreo de los educandos que presentan dificultades de preocupaciones sociales y concentración, a la directora de la I.E., prestar atención a los educandos con dificultades de preocupaciones sociales y concentración, realizando evaluaciones psicológicas para poder identificar a dichos educandos, a los educadores escuchar a los educandos que tengan dificultades de preocupaciones sociales y concentración para otorgar el respaldo apropiado a los progenitores supervisen continuamente a sus menores para ofrecerles el apoyo necesario y a la psicóloga debe estar atenta a los educandos expuestos a situaciones que puedan provocar la preocupaciones sociales y concentración para desarrollar estrategias de afrontamiento que les faciliten superar.

- Tras haber identificado una relación entre las estrategias de afrontamiento y la ansiedad en los educandos de la I. E. Santo Domingo de Guzmán 2024, se recomienda al MINEDU promover la anticipación y acción en el bienestar psíquico de los educandos, a la DRE y UGEL realizar campañas de psicológicas que ayuden a los educandos a dejar de mentir, a la directora de la I.E., prestar atención a los educandos, realizando talleres psicológicos que ayuden a mejorar el comportamiento de los educandos, a los educadores escuchar a los educandos que tengan dificultades para decir la verdad y otorgar el respaldo apropiado, los progenitores supervisen continuamente a sus menores para ofrecerles el apoyo necesario y a la psicóloga debe estar atenta a los educandos expuestos a situaciones que puedan provocar la mentira para desarrollar estrategias de afrontamiento que les permitan superar.

## REFERENCIAS

- Alvarado, J., Morales, R., & Silva, P. (2018). *El desarrollo emocional en la adolescencia*. Universitaria.
- Ames, R., Barreda, V., Humani, J., & Banaszak, J. (2020). Dificultades psicológicas autoinformados y estrategias de afrontamiento: una indagación en línea en la población peruana durante la pandemia de COVID-19. *BMC Psychiatry*.
- Aspinwall, L. & Taylor, S. (1997). Una puntada a tiempo: autorregulación y afrontamiento proactivo.
- Bandura, A. (1977). Teoría del aprendizaje social.
- Barlow, D. (2002). Ansiedad y sus trastornos: La naturaleza y el tratamiento de la ansiedad y el pánico.
- Beck, A. & Emery, G. (1985). Trastornos de ansiedad y fobias: Una perspectiva cognitiva.
- Berger, E., Pfeifer, J., Dahl, R., & Magis, L. (2022). La autonomía y competencia offline, pero no online, están asociadas con síntomas internalizantes más bajos durante la pandemia de COVID-19 entre adolescentes en Perú. *PsyArXiv*.
- Borkovec, O. Alcaine M. y E. Behar (2004). Teoría sobre cómo esquivar la inquietud y la ansiedad profunda.
- Canals, J., Voltas, N., Hernández, C., Cosi, S., & Arijá, V. (2018). Niveles alarmantes de ansiedad DSM-5, asociaciones y persistencia de los síntomas en jóvenes españoles de juventud temprana. *European Journal of Psychiatry for Children and Adolescents*.
- Carver, C., Scheier, M., & Weintraub, J. (1989). Evaluación de estrategias de afrontamiento: Un enfoque teóricamente basado.
- Casaretto, C. (2003). Estrés y afrontamiento en adolescentes.
- Cohen, S., & Wills, T. A. (1985). Estrés, apoyo social y la hipótesis de amortiguación.
- Coleman, J. & Hendry, L. (2003). La naturaleza de la adolescencia.
- Engel, G. (1977). La necesidad de un nuevo modelo médico: Un desafío para la biomedicina.

- Fernández, I. (1997). Afrontamiento del estrés: Una perspectiva psicológica.
- Folkman, S. (2008). El caso de las emociones positivas en el proceso de estrés.
- Folkman, S., & Moskowitz, J. (2004). Coping: Pitfalls and promise. *Annual Review of Psychology*, 55(1), 745-774.
- Folkman, S., & Lazarus, R. (1980). Un análisis del afrontamiento en una muestra de comunidad de mediana edad.
- Flórez de Alvis, L., Ramírez G., Ríos, M., & Hernández, J. (2020). Resiliencia y tácticas de supervivencia en estudiantes universitarios afectados por el conflicto bélico en Colombia.
- Frydenberg, E., & Lewis, R. (1997). Escala de afrontamiento adolescente.
- García, M., & Martínez, A. (2017). Métodos de muestreo en investigaciones educativas. *Revista de Ciencias Sociales*, 25(1), 45-60.
- Gutiérrez, R. (2019). Estrategias de afrontamiento en adolescentes según sexo y gestión educativa. Lima Metropolitana.
- Hernández, R., Fernández, C., & Baptista, P. (2014). Metodología de la indagación (6a ed.). McGraw-Hill.
- Hernández, P., Muñoz, C., Ayala, V., Contreras, P., Inga, F., Vera, V., Failoc, V., Pereira, C., & Valladares, M. (2022). Durante la tormenta pandémica de COVID-19, los universitarios peruanos enfrentan un torbellino de ansiedad, depresión y estrés. *International Journal of Ecology and Health*, Vol. 19, No. 19.
- Hettema, J., Neale, M., & Kendler, K. (2001). Una revisión y metaanálisis de la epidemiología genética de los trastornos de ansiedad.
- Hoyos, G., Pérez, A., & Castro, M. (2018). Caracterización de los niveles de estrés y su relación con el afrontamiento en educandos de Medicina en Colombia.
- Lazarus, R., & Folkman, S. (1984). Estrés, evaluación y afrontamiento.
- Lazarus, R., & Folkman, S. (1986). Teorías cognitivas del estrés y la cuestión de la circularidad.
- Lister, C., Merrill, R., Vance, D., West, J., Hall, P., & Crookston, B. (2015). Victimización entre adolescentes peruanos: Perspectivas sobre la salud mental/emocional de la indagación Young Lives. *The Journal of School Health*, 85(7), 433-440.

- Maldonado, M. & Salanova, S. (2016). El afrontamiento y su impacto en el bienestar.
- Martínez, J. & Morote, M. (2002). Estrategias de afrontamiento en adolescentes: Un enfoque preventivo. *Psicología y Salud*, 14(2), 211-220.
- Maslach, C. & Leiter, M. (2016). Agotamiento.
- Moral, M., & González, L. (2020). Indagación para analizar las distorsiones cognitivas y las estrategias de afrontamiento en jóvenes con dependencia emocional.
- Niermann, H., Voss, C., Pieper, L., Venz, J., Ollmann, T., & Beesdo, K. (2021). Trastornos de ansiedad entre adolescentes y adultos jóvenes: Prevalencia y utilización de servicios de atención de salud mental en una indagación epidemiológica regional en Alemania. *Journal of Anxiety Disorders*, 83, 102453.
- Núñez, A., Maguiña, F., Adrian, D. & Jaén, Y. A. (2020). Estudiante de secundaria y estudiante preuniversitario: Una indagación diagnóstico de la prueba de ansiedad en adolescentes peruanos. 2020 IEEE World Conference on Engineering Education (EDUNINE), 1-4.
- Nutt, D. (2001). El ácido gamma-aminobutírico (GABA) y sus receptores en la ansiedad y otros trastornos psiquiátricos. *Journal of Clinical Psychiatry*, 62(Suppl 1), 3-6.
- Obando, P. (2016). Estrategias de afrontamiento y su efectividad.
- Palomino, M. & Núñez-Palomino, M. (2020). Estrés, ansiedad y depresión en educandos de trabajo social en Perú. *Revista de Salud Pública*, 22(6), 601-608.
- Reynolds, C. & Richmond, B. (1997). Escala de ansiedad manifiesta en niños: Revisada: CMAS-R. El Manual Moderno.
- Rodríguez, A., et al. (2016). Afrontamiento del estrés en contextos educativos.
- Sánchez, H. & Reyes, C. (2021). Metodología de la indagación. Editorial Carlessi.
- Sandín, B. (1995). El afrontamiento del estrés.
- Scrandis, D. (2019). Trastornos de ansiedad en adolescentes. *The Nurse Practitioner*.

- Sepúlveda, G., Martínez, J., & Alvarado, R. (2019). Efectos de la ansiedad precompetitiva y las estrategias de afrontamiento en deportistas juveniles en disciplinas acuáticas.
- Skinner, E., Edge, K., Altman, J. & Sherwood, H. (2003). Buscando la estructura del afrontamiento: Una revisión y crítica de los sistemas de categorías para clasificar formas de afrontamiento.
- Spielberger, C. (1983). Manual para el Inventario de Ansiedad Rasgo-Estado STAI (formulario Y) ("cuestionario de autoevaluación").
- Taylor, S. & Stanton, A. (2007). Recursos de afrontamiento, procesos de afrontamiento y salud mental.
- Valladares, M., León, D., Dawson, F., Burga, S., Fernandez, M., Failoc, V. & Inga, F. (2023). Durante la segunda marea pandémica de COVID-19, Chiclayo, Perú, se entrelazan traumas infantiles y trastornos mentales en jóvenes. *Nuevos Horizontes en Psicología*, 14.
- Villarreal, D., Copez, A., Vilela, A. & Huarcaya, J. (2021). Depresión, estrés postraumático, ansiedad y miedo al COVID-19 en la población general y trabajadores de la salud: Prevalencia, relación y modelo explicativo en Perú. *BMC Psychiatry*, 21.
- Watson, J. & Rayner, R. (1920). Reacciones emocionales condicionadas.
- Zeidner, M. (1998). Ansiedad ante los exámenes: El estado del arte.

### **COMO CITAR ESTE TRABAJO DE INVESTIGACIÓN**

Mercado Jave, T. (2025). *Estrategias de afrontamiento y ansiedad en los estudiantes de la Institución Educativa Santo Domingo de Guzmán – Chicama – Ascope – La Libertad 2024*. [Tesis de pregrado, Universidad de Huanuco]. Repositorio Institucional UDH. <http://>

## **ANEXOS**

## ANEXO 1

### MATRIZ DE CONSISTENCIA

| PROBLEMAS                                                                                                                                                                           | OBJETIVOS                                                                                                                                                                              | HIPÓTESIS                                                                                                                                                                    | VARIABLES                                                          | DIMENSIONES                 | MARCO METODOLÓGICO                                                                                                                                                                                                                                                                                              |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------|-----------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>GENERAL</b>                                                                                                                                                                      | <b>GENERAL</b>                                                                                                                                                                         | <b>GENERAL</b>                                                                                                                                                               |                                                                    |                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |
| ¿Cuál es la relación que existe entre las estrategias de afrontamiento y la ansiedad en los estudiantes de la institución educativa Santo Domingo de Guzmán?                        | Determinar la relación que existe entre las estrategias de afrontamiento y la ansiedad en los estudiantes de la institución educativa Santo Domingo de Guzmán                          | Existe relación moderada entre las estrategias de afrontamiento y la ansiedad en los estudiantes de la institución educativa Santo Domingo de Guzmán                         |                                                                    | Resolver el problema        | <b>DISEÑO DE INV:</b><br>no experimental transversal<br> <p>Donde:<br/> M = Muestra<br/> O<sub>1</sub> = Observación de la V.1.<br/> O<sub>2</sub> = Observación de la V.2.<br/> r = Correlación entre dichas variables.</p> |
| <b>ESPECÍFICOS</b>                                                                                                                                                                  | <b>ESPECÍFICOS</b>                                                                                                                                                                     | <b>ESPECÍFICOS</b>                                                                                                                                                           |                                                                    |                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |
| ¿Cuál es la relación que existe entre las estrategias de afrontamiento con la ansiedad fisiológica en los estudiantes de la institución educativa Santo Domingo de Guzmán?          | Identificar la relación que existe entre las estrategias de afrontamiento con la ansiedad fisiológica en los estudiantes de la institución educativa Santo Domingo de Guzmán.          | Existe relación moderada entre las estrategias de afrontamiento con la ansiedad fisiológica en los estudiantes de la institución educativa Santo Domingo de Guzmán.          | <b>Variable Independiente (V1)</b><br>Estrategias de afrontamiento | Referencia a otros          | <b>METODO:</b><br>Cuantitativo<br><br><b>TÉCNIC:</b><br>Encuesta<br>Juicio de expertos<br><br><b>INSTRUMENTO:</b><br>Cuestionario<br><br><b>DISEÑO ESTADÍSTICO:</b><br>Con 0.05 = 5%,<br>1.96 de nivel de Significancia y de error del 5%                                                                       |
| ¿Cuál es la relación que existe entre las estrategias de afrontamiento con la inquietud e hipersensibilidad en los estudiantes de la institución educativa Santo Domingo de Guzmán? | Identificar la relación que existe entre las estrategias de afrontamiento con la inquietud e hipersensibilidad en los estudiantes de la institución educativa Santo Domingo de Guzmán. | Existe relación moderada entre las estrategias de afrontamiento con la inquietud e hipersensibilidad en los estudiantes de la institución educativa Santo Domingo de Guzmán. |                                                                    | Afrontamiento no productivo |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |

|                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                           |                                              |                                       |                                                                                                                              |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------|---------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| ¿Cuál es la relación que existe entre las estrategias de afrontamiento con las reocupaciones sociales y la concentración en los estudiantes de la institución educativa Santo Domingo de Guzmán? | Identificar la relación que existe entre las estrategias de afrontamiento con las reocupaciones sociales y la concentración en los estudiantes de la institución educativa Santo Domingo de Guzmán. | Existe relación moderada entre las estrategias de afrontamiento con las reocupaciones sociales y la concentración en los estudiantes de la institución educativa Santo Domingo de Guzmán. |                                              | Ansiedad fisiológica                  | <b>POBLACIÓN:</b><br><br>Un total de 345 estudiantes de la institución educativa Santo Domingo de Guzmán.                    |
| ¿Cuál es la relación que existe entre las estrategias de afrontamiento con la mentira en los estudiantes de la institución educativa Santo Domingo de Guzmán?                                    | Identificar la relación que existe entre las estrategias de afrontamiento con la mentira en los estudiantes de la institución educativa Santo Domingo de Guzmán.                                    | Existe relación moderada entre la relación que existe entre las estrategias de afrontamiento con la mentira en los estudiantes de la institución educativa Santo Domingo de Guzmán.       | <b>Variable Dependiente (V2)</b><br>Ansiedad | Inquietud/hipersensibilidad           | <b>MUESTRA:</b><br><br>La muestra estará conformada por 182 estudiantes de la institución educativa Santo Domingo de Guzmán. |
|                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                           |                                              | Preocupaciones sociales/concentración |                                                                                                                              |
|                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                           |                                              | Mentira                               |                                                                                                                              |

## **ANEXO 2**

### **INSTRUMENTOS**

#### **LO QUE PIENSO Y SIENTO**

(CMAS-R)

**Edad:** \_\_\_\_\_

**Sexo:** M - F

#### **INSTRUCCIONES**

Aquí hay varias oraciones que dicen cómo piensan y sienten algunas personas acerca de ellas mismas. Lee con cuidado cada oración. Marca con una X la palabra “Si” si piensas que así eres. Si piensas que no tiene ninguna relación contigo marca con una X la palabra “No”. Contesta todas las preguntas, aunque en algunas sea difícil tomar una decisión. No marques “Si” y “No” en la misma pregunta.

No hay respuestas correctas ni incorrectas. Solo tú puedes decirnos como piensas y sientes respecto a ti mismo.

|    | ORACIONES                                                       | SI | NO |
|----|-----------------------------------------------------------------|----|----|
| 1  | Me cuesta trabajo tomar decisiones.                             |    |    |
| 2  | Me pongo nervioso(a) cuando las cosas no me salen como quiero   |    |    |
| 3  | Parece que las cosas son más fáciles para los demás que para mi |    |    |
| 4  | Todas las personas que conozco me caen bien                     |    |    |
| 5  | Muchas veces siento que me falta el aire                        |    |    |
| 6  | Casi todo el tiempo estoy preocupado(a)                         |    |    |
| 7  | Muchas cosas me dan miedo                                       |    |    |
| 8  | Siempre soy amable                                              |    |    |
| 9  | Me enoja con mucha facilidad                                    |    |    |
| 10 | Me preocupa lo que mis papás me vayan a decir                   |    |    |
| 11 | Siempre que a los demás no les gusta como hago las cosas        |    |    |
| 12 | Siempre me porto bien                                           |    |    |
| 13 | En las noches, me cuesta trabajo quedarme dormido(a)            |    |    |
| 14 | Me preocupa lo que la gente piense de mí                        |    |    |
| 15 | Me siento solo(a) aunque este acompañado(a)                     |    |    |
| 16 | Siempre soy bueno(a)                                            |    |    |
| 17 | Muchas veces siento asco o náuseas                              |    |    |
| 18 | Lloro fácilmente cuando tengo un problema                       |    |    |
| 19 | Me sudan las manos                                              |    |    |
| 20 | Siempre soy agradable con todos                                 |    |    |
| 21 | Me canso mucho                                                  |    |    |
| 22 | Me preocupa el futuro                                           |    |    |
| 23 | Los demás son más felices que yo                                |    |    |
| 24 | Siempre digo la verdad                                          |    |    |
| 25 | Tengo pesadillas                                                |    |    |
| 26 | Me siento muy mal cuando se enojan conmigo                      |    |    |
| 27 | Siento que alguien me va a decir que hago las cosas mal         |    |    |
| 28 | Nunca me enoja                                                  |    |    |
| 29 | Algunas veces me despierto asustado(a)                          |    |    |
| 30 | Me siento preocupado(a) cuando me voy a dormir                  |    |    |
| 31 | Me cuesta trabajo concentrarme en mis tareas escolares          |    |    |
| 32 | Nunca digo cosas que no debo decir                              |    |    |
| 33 | Me muevo mucho en mi asiento                                    |    |    |
| 34 | Soy muy nervioso(a)                                             |    |    |
| 35 | Muchas personas están contra mí                                 |    |    |
| 36 | Nunca digo mentiras                                             |    |    |
| 37 | Muchas veces me preocupa que algo malo me pase                  |    |    |

## Escala de Afrontamiento para Adolescentes

### Instrucciones

Los estudiantes suelen tener ciertas preocupaciones o problemas sobre temas diferentes, como la escuela, la familia, los amigos, el mundo en general, etc. En este cuestionario encontrarás una lista de formas diferentes con las que la gente de tu edad suele encarar una gama amplia de problemas o preocupaciones. Deberás indicar, marcando la letra correspondiente, las cosas que tú sueles hacer para enfrentarte a esos problemas o dificultades. En cada afirmación debes marcar con una "X" sobre la letra A, B, C, D o E según creas que es tu manera de reaccionar o de actuar frente a los problemas. No hay respuestas correctas o erróneas. No dediques mucho tiempo a cada frase; simplemente responde lo que crees que se ajusta mejor a tu forma de actuar.

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

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

|    |                                                                              |   |   |   |   |   |
|----|------------------------------------------------------------------------------|---|---|---|---|---|
| 1  | Hablo con otros para saber lo que ellos harían si tuviesen el mismo problema | A | B | C | D | E |
| 2  | Me dedico a resolver lo que está provocando el problema                      | A | B | C | D | E |
| 3  | Sigo con mis tareas como es debido                                           | A | B | C | D | E |
| 4  | Me preocupo por mi futuro                                                    | A | B | C | D | E |
| 5  | Me reúno con mis amigos más cercanos                                         | A | B | C | D | E |
| 6  | Trato de dar una buena impresión en las personas que me importan             | A | B | C | D | E |
| 7  | Espero que me ocurra lo mejor                                                | A | B | C | D | E |
| 8  | Como no puedo hacer nada para resolver el problema, no hago nada             | A | B | C | D | E |
| 9  | Me pongo a llorar y/o gritar                                                 | A | B | C | D | E |
| 10 | Organiza una acción en relación con mi problema                              | A | B | C | D | E |

|    |                                                                                                                         |   |   |   |   |   |
|----|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---|---|---|---|---|
| 11 | Escribo una carta a una persona que siento que me puede ayudar con mi problema                                          | A | B | C | D | E |
| 12 | Ignoro el problema                                                                                                      | A | B | C | D | E |
| 13 | Ante los problemas, tiendo a criticarme                                                                                 | A | B | C | D | E |
| 14 | Guardo mis sentimientos para mí solo(a)                                                                                 | A | B | C | D | E |
| 15 | Dejo que Dios me ayude con mis problemas                                                                                | A | B | C | D | E |
| 16 | Pienso en aquéllos que tienen peores problemas, para que los míos no parezcan tan graves                                | A | B | C | D | E |
| 17 | Pido consejo a una persona que tenga más conocimiento que yo                                                            | A | B | C | D | E |
| 18 | Encuentro una forma de relajarme, como oír música, leer un libro, tocar un instrumento musical, ver la televisión, etc. | A | B | C | D | E |
| 19 | Practico un deporte                                                                                                     | A | B | C | D | E |
| 20 | Hablo con otros para apoyarnos mutuamente                                                                               | A | B | C | D | E |
| 21 | Me dedico a resolver el problema utilizando todas mis capacidades                                                       | A | B | C | D | E |
| 22 | Sigo asistiendo a clases                                                                                                | A | B | C | D | E |
| 23 | Me preocupo por buscar mi felicidad                                                                                     | A | B | C | D | E |
| 24 | Llamo a un(a) amigo(a) íntimo(a)                                                                                        | A | B | C | D | E |
| 25 | Me preocupo por mis relaciones con los demás                                                                            | A | B | C | D | E |
| 26 | Espero que un milagro resuelva mis problemas                                                                            | A | B | C | D | E |
| 27 | Frente a los problemas, simplemente me doy por vencido(a)                                                               | A | B | C | D | E |
| 28 | Intento sentirme mejor bebiendo alcohol, fumando o tomando drogas                                                       | A | B | C | D | E |
| 29 | Organizo un grupo que se ocupe del problema                                                                             | A | B | C | D | E |
| 30 | Decido ignorar conscientemente el problema                                                                              | A | B | C | D | E |
| 31 | Me doy cuenta que yo mismo(a) me complico la vida frente a los problemas                                                | A | B | C | D | E |
| 32 | Evito estar con la gente                                                                                                | A | B | C | D | E |
| 33 | Pido ayuda y consejo para que se resuelvan mis problemas                                                                | A | B | C | D | E |
| 34 | Me fijo en el aspecto positivo de las cosas y trato de pensar en las cosas buenas                                       | A | B | C | D | E |

|    |                                                                             |   |   |   |   |   |
|----|-----------------------------------------------------------------------------|---|---|---|---|---|
| 35 | Busco ayuda o consejo de un profesional para resolver los problemas         | A | B | C | D | E |
| 36 | Salgo y me divierto para olvidar mis dificultades                           | A | B | C | D | E |
| 37 | Realizo ejercicios para mantenerme en forma y con buena salud               | A | B | C | D | E |
| 38 | Busco ánimo en otras personas                                               | A | B | C | D | E |
| 39 | Considero otros puntos de vista y trato de tenerlos en cuenta               | A | B | C | D | E |
| 40 | Trabajo intensamente (Trabajo duro)                                         | A | B | C | D | E |
| 41 | Me preocupo por lo que está pasando                                         | A | B | C | D | E |
| 42 | Empiezo, o si ya existe, mejoro la relación con mi enamorado(a)             | A | B | C | D | E |
| 43 | Trato de adaptarme a mis amigos                                             | A | B | C | D | E |
| 44 | Espero que el problema se resuelva por sí sólo                              | A | B | C | D | E |
| 45 | Me pongo mal (Me enfermo)                                                   | A | B | C | D | E |
| 46 | Culpo a los demás de mis problemas                                          | A | B | C | D | E |
| 47 | Me reúno con otras personas para analizar el problema                       | A | B | C | D | E |
| 48 | Saco el problema de mi mente                                                | A | B | C | D | E |
| 49 | Me siento culpable por los problemas que me ocurren                         | A | B | C | D | E |
| 50 | Evito que otros se enteren de lo que me preocupa                            | A | B | C | D | E |
| 51 | Leo la Biblia o un libro sagrado                                            | A | B | C | D | E |
| 52 | Trato de tener una visión positiva de la vida                               | A | B | C | D | E |
| 53 | Pido ayuda a un profesional                                                 | A | B | C | D | E |
| 54 | Me doy tiempo para hacer las cosas que me gustan                            | A | B | C | D | E |
| 55 | Hago ejercicios físicos para distraerme                                     | A | B | C | D | E |
| 56 | Hablo con otras personas sobre mi problema para que me ayuden a salir de él | A | B | C | D | E |
| 57 | Pienso en lo que estoy haciendo y por qué lo hago                           | A | B | C | D | E |
| 58 | Busco tener éxito en las cosas que estoy haciendo                           | A | B | C | D | E |
| 59 | Me preocupo por las cosas que me puedan pasar                               | A | B | C | D | E |
| 60 | Trato de hacerme amigo(a) íntimo(a) de un chico o de una chica              | A | B | C | D | E |
| 61 | Trato de mejorar mi relación personal con los demás                         | A | B | C | D | E |

|    |                                                                                                |   |   |   |   |   |
|----|------------------------------------------------------------------------------------------------|---|---|---|---|---|
| 62 | Sueño despierto que las cosas van a mejorar                                                    | A | B | C | D | E |
| 63 | Cuando tengo problemas, no sé cómo enfrentarlos                                                | A | B | C | D | E |
| 64 | Ante los problemas, cambio mis cantidades de lo que como, bebo o duermo                        | A | B | C | D | E |
| 65 | Me reúno con las personas que tienen el mismo problema que yo                                  | A | B | C | D | E |
| 66 | Cuando tengo problemas, me aílo para poder evitados                                            | A | B | C | D | E |
| 67 | Me considero culpable de los problemas que me afectan                                          | A | B | C | D | E |
| 68 | Ante los problemas, evito que otros sepan cómo me siento                                       | A | B | C | D | E |
| 69 | Pido a Dios que cuide de mí                                                                    | A | B | C | D | E |
| 70 | Me siento contento(a) de cómo van las cosas                                                    | A | B | C | D | E |
| 71 | Hablo acerca del problema con personas que tengan más experiencia que yo                       | A | B | C | D | E |
| 72 | Consigo apoyo de otros, como de mis padres o amigos, para solucionar mis problemas             | A | B | C | D | E |
| 73 | Pienso en distintas formas de enfrentarme al problema                                          | A | B | C | D | E |
| 74 | Me dedico a mis tareas en vez de salir                                                         | A | B | C | D | E |
| 75 | Me preocupo por el futuro del mundo                                                            | A | B | C | D | E |
| 76 | Procuro pasar más tiempo con la persona con quien me gusta salir                               | A | B | C | D | E |
| 77 | Hago lo que quieren mis amigos                                                                 | A | B | C | D | E |
| 78 | Me imagino que las cosas van a ir mejor                                                        | A | B | C | D | E |
| 79 | Sufro dolores de cabeza o de estómago                                                          | A | B | C | D | E |
| 80 | Encuentro una forma de aliviar la tensión; por ejemplo, llorar o gritar o beber o tomar drogas | A | B | C | D | E |

## ANEXO 4

### VALIDACIÓN DE INSTRUMENTOS

#### VALIDACION DE INSTRUMENTO DE RECOLECCION DE DATOS

Evaluator (a): Mg. Jonas Aguirre Evaristo

Profesión: Psicólogo N° colegiatura: 26082

Institución donde trabaja: Centro de Salud Mental Comunitario "Grover Mori Romero" Ambo

Cargo que desempeña: Jefe del Establecimiento - Psicólogo

Autor/ Tesista: Thalia Elizabeth Mercado Jave

Nombre del Instrumento: LO QUE PIENSO Y SIENTO (CMAS-R)

| Nº | INDICADORES     | CRITERIOS                                                   |   | PUNTUACION |   |   |   |  |
|----|-----------------|-------------------------------------------------------------|---|------------|---|---|---|--|
| 1  | Claridad        | Esta formulado con lenguaje apropiado                       | 5 | 4          | 3 | 2 | 1 |  |
| 2  | Objetividad     | Esta expresado en conductas observables                     | 5 | 4          | 3 | 2 | 1 |  |
| 3  | Actualidad      | Adecuado al avance de la ciencia                            | 5 | 4          | 3 | 2 | 1 |  |
| 4  | Organicidad     | Existe organización lógica                                  | 5 | 4          | 3 | 2 | 1 |  |
| 5  | Suficiencia     | Comprende los aspectos en calidad y cantidad                | 5 | 4          | 3 | 2 | 1 |  |
| 6  | Intencionalidad | Adecuado para valorar lo que el investigador desea estudiar | 5 | 4          | 3 | 2 | 1 |  |
| 7  | Consistencia    | Basado en aspectos teóricos científicos                     | 5 | 4          | 3 | 2 | 1 |  |
| 8  | Coherencia      | Existe relación lógica entre el problema y los objetivos    | 5 | 4          | 3 | 2 | 1 |  |
| 9  | Metodología     | Responde al propósito de la investigación                   | 5 | 4          | 3 | 2 | 1 |  |
| 10 | Pertinencia     | Es útil y adecuado para la investigación                    | 5 | 4          | 3 | 2 | 1 |  |

|   |                         |         |
|---|-------------------------|---------|
| 5 | Excelente (81 % - 100%) | 41 - 50 |
| 4 | Muy Bueno (60% - 80%)   | 31 - 40 |
| 3 | Bueno (41% - 60%)       | 21 - 30 |
| 2 | Regular (21% - 40 %)    | 11 - 20 |
| 1 | Deficiente (0% - 20%)   | 00 - 10 |

**RESULTADO:** Aplicable ( X )      Aplicable después de corregir (   )      No aplicable (   )

Lugar y Fecha: 13 de setiembre de 2024


 DIRECCION REGIONAL  
 DE SALUD MENTAL  
 CENTRO DE SALUD MENTAL COMUNITARIO  
 GROVER MORI ROMERO  
 JEFATURA  
 Mg. Jonas Aguirre Evaristo  
 PSICOLOGO  
 C. 26082

**FIRMA DEL EVALUADOR**

### VALIDACION DE INSTRUMENTO DE RECOLECCION DE DATOS

Evaluador (a): Mg. Jonas Aguirre Evaristo

Profesión: Psicólogo N° colegiatura: 26082

Institución donde trabaja: Centro de Salud Mental Comunitario "Grover Mori Romero" Ambo

Cargo que desempeña: Jefe del Establecimiento - Psicólogo

Autor/ Tesista: Thalia Elizabeth Mercado Jave

Nombre del Instrumento: ESCALA DE AFRONTAMIENTO PARA ADOLESCENTES

| N° | INDICADORES     | CRITERIOS                                                   | PUNTUACION |   |   |   |   |
|----|-----------------|-------------------------------------------------------------|------------|---|---|---|---|
| 1  | Claridad        | Esta formulado con lenguaje apropiado                       | 5          | 4 | 3 | 2 | 1 |
| 2  | Objetividad     | Esta expresado en conductas observables                     | 5          | 4 | 3 | 2 | 1 |
| 3  | Actualidad      | Adecuado al avance de la ciencia                            | 5          | 4 | 3 | 2 | 1 |
| 4  | Organicidad     | Existe organización lógica                                  | 5          | 4 | 3 | 2 | 1 |
| 5  | Suficiencia     | Comprende los aspectos en calidad y cantidad                | 5          | 4 | 3 | 2 | 1 |
| 6  | Intencionalidad | Adecuado para valorar lo que el investigador desea estudiar | 5          | 4 | 3 | 2 | 1 |
| 7  | Consistencia    | Basado en aspectos teóricos científicos                     | 5          | 4 | 3 | 2 | 1 |
| 8  | Coherencia      | Existe relación lógica entre el problema y los objetivos    | 5          | 4 | 3 | 2 | 1 |
| 9  | Metodología     | Responde al propósito de la investigación                   | 5          | 4 | 3 | 2 | 1 |
| 10 | Pertinencia     | Es útil y adecuado para la investigación                    | 5          | 4 | 3 | 2 | 1 |

|   |                         |         |
|---|-------------------------|---------|
| 5 | Excelente (81 % - 100%) | 41 - 50 |
| 4 | Muy Bueno (60% - 80%)   | 31 - 40 |
| 3 | Bueno (41% - 60%)       | 21 - 30 |
| 2 | Regular (21% - 40 %)    | 11 - 20 |
| 1 | Deficiente (0% - 20%)   | 00 - 10 |

RESULTADO: Aplicable ( X )      Aplicable después de corregir (   )      No aplicable (   )

Lugar y Fecha: 13 de setiembre de 2024


  
 Mg. Jonas Aguirre Evaristo  
 PSICOLOGO  
 C.P. 26082  
 JEFATURA

FIRMA DEL EVALUADOR

### VALIDACION DE INSTRUMENTO DE RECOLECCION DE DATOS

**Evaluador (a):** Mg. Nataly Chuquiyauri Alvarado

**Profesión:** Psicóloga **N° colegiatura:** 30500

**Institución donde trabaja:** Centro de Salud Mental Comunitario "Grover Mori Romero" Ambo

**Cargo que desempeña:** Psicólogo

**Autor/ Tesista:** Thalia Elizabeth Mercado Jave

**Nombre del Instrumento:** LO QUE PIENSO Y SIENTO (CMAS-R)

| N° | INDICADORES     | CRITERIOS                                                   |   | PUNTUACION |   |   |   |  |
|----|-----------------|-------------------------------------------------------------|---|------------|---|---|---|--|
| 1  | Claridad        | Esta formulado con lenguaje apropiado                       | 5 | 4          | 3 | 2 | 1 |  |
| 2  | Objetividad     | Esta expresado en conductas observables                     | 5 | 4          | 3 | 2 | 1 |  |
| 3  | Actualidad      | Adecuado al avance de la ciencia                            | 5 | 4          | 3 | 2 | 1 |  |
| 4  | Organicidad     | Existe organización lógica                                  | 5 | 4          | 3 | 2 | 1 |  |
| 5  | Suficiencia     | Comprende los aspectos en calidad y cantidad                | 5 | 4          | 3 | 2 | 1 |  |
| 6  | Intencionalidad | Adecuado para valorar lo que el investigador desea estudiar | 5 | 4          | 3 | 2 | 1 |  |
| 7  | Consistencia    | Basado en aspectos teóricos científicos                     | 5 | 4          | 3 | 2 | 1 |  |
| 8  | Coherencia      | Existe relación lógica entre el problema y los objetivos    | 5 | 4          | 3 | 2 | 1 |  |
| 9  | Metodología     | Responde al propósito de la investigación                   | 5 | 4          | 3 | 2 | 1 |  |
| 10 | Pertinencia     | Es útil y adecuado para la investigación                    | 5 | 4          | 3 | 2 | 1 |  |

|   |                         |         |
|---|-------------------------|---------|
| 5 | Excelente (81 % - 100%) | 41 - 50 |
| 4 | Muy Bueno (60% - 80%)   | 31 - 40 |
| 3 | Bueno (41% - 60%)       | 21 - 30 |
| 2 | Regular (21% - 40 %)    | 11 - 20 |
| 1 | Deficiente (0% - 20%)   | 00 - 10 |

**RESULTADO:** Aplicable ( X )      Aplicable después de corregir (   )      No aplicable (   )

Lugar y Fecha: 13 de setiembre de 2024

  
Nataly J. Chuquiyauri Alvarado  
PSICOLOGA  
C.Ps. N° 30500

FIRMA DEL EVALUADOR

### VALIDACION DE INSTRUMENTO DE RECOLECCION DE DATOS

**Evaluador (a):** Mg. Nataly Chuquiyauri Alvarado

**Profesión:** Psicóloga **N° colegiatura:** 30500

**Institución donde trabaja:** Centro de Salud Mental Comunitario "Grover Mori Romero" Ambo

**Cargo que desempeña:** Psicólogo

**Autor/ Tesista:** Thalia Elizabeth Mercado Jave

**Nombre del Instrumento:** ESCALA DE AFRONTAMIENTO PARA ADOLESCENTES

| N° | INDICADORES     | CRITERIOS                                                   |   | PUNTUACION |   |   |   |  |
|----|-----------------|-------------------------------------------------------------|---|------------|---|---|---|--|
| 1  | Claridad        | Esta formulado con lenguaje apropiado                       | 5 | 4          | 3 | 2 | 1 |  |
| 2  | Objetividad     | Esta expresado en conductas observables                     | 5 | 4          | 3 | 2 | 1 |  |
| 3  | Actualidad      | Adecuado al avance de la ciencia                            | 5 | 4          | 3 | 2 | 1 |  |
| 4  | Organicidad     | Existe organización lógica                                  | 5 | 4          | 3 | 2 | 1 |  |
| 5  | Suficiencia     | Comprende los aspectos en calidad y cantidad                | 5 | 4          | 3 | 2 | 1 |  |
| 6  | Intencionalidad | Adecuado para valorar lo que el investigador desea estudiar | 5 | 4          | 3 | 2 | 1 |  |
| 7  | Consistencia    | Basado en aspectos teóricos científicos                     | 5 | 4          | 3 | 2 | 1 |  |
| 8  | Coherencia      | Existe relación lógica entre el problema y los objetivos    | 5 | 4          | 3 | 2 | 1 |  |
| 9  | Metodología     | Responde al propósito de la investigación                   | 5 | 4          | 3 | 2 | 1 |  |
| 10 | Pertinencia     | Es útil y adecuado para la investigación                    | 5 | 4          | 3 | 2 | 1 |  |

|   |                        |         |
|---|------------------------|---------|
| 5 | Excelente (81% - 100%) | 41 - 50 |
| 4 | Muy Bueno (60% - 80%)  | 31 - 40 |
| 3 | Bueno (41% - 60%)      | 21 - 30 |
| 2 | Regular (21% - 40 %)   | 11 - 20 |
| 1 | Deficiente (0% - 20%)  | 00 - 10 |

**RESULTADO:** Aplicable ( X )      Aplicable después de corregir (   )      No aplicable (   )

Lugar y Fecha: 13 de setiembre de 2024

  
Nataly J. Chuquiyauri Alvarado  
PSICOLOGA  
C.Psp. N° 30500

FIRMA DEL EVALUADOR

### VALIDACION DE INSTRUMENTO DE RECOLECCION DE DATOS

Evaluator (a) : Mg. Yenny Rojas Pardo

Profesión: Psicóloga N° colegiatura: 5017

Institución donde trabaja: Universidad Roosevelt de Huancayo

Cargo que desempeña Docente Catedrática

Autor/ Tesista : Thalia Elizabeth Mercado Jave

Nombre del Instrumento: LO QUE PIENSO Y SIENTO (CMAS-R)

| N° | INDICADORES     | CRITERIOS                                                   |   | PUNTUACION |   |   |   |  |
|----|-----------------|-------------------------------------------------------------|---|------------|---|---|---|--|
| 1  | Claridad        | Esta formulado con lenguaje apropiado                       | 5 | 4          | 3 | 2 | 1 |  |
| 2  | Objetividad     | Esta expresado en conductas observables                     | 5 | 4          | 3 | 2 | 1 |  |
| 3  | Actualidad      | Adecuado al avance de la ciencia                            | 5 | 4          | 3 | 2 | 1 |  |
| 4  | Organicidad     | Existe organización lógica                                  | 5 | 4          | 3 | 2 | 1 |  |
| 5  | Suficiencia     | Comprende los aspectos en calidad y cantidad                | 5 | 4          | 3 | 2 | 1 |  |
| 6  | Intencionalidad | Adecuado para valorar lo que el investigador desea estudiar | 5 | 4          | 3 | 2 | 1 |  |
| 7  | Consistencia    | Basado en aspectos teóricos científicos                     | 5 | 4          | 3 | 2 | 1 |  |
| 8  | Coherencia      | Existe relación lógica entre el problema y los objetivos    | 5 | 4          | 3 | 2 | 1 |  |
| 9  | Metodología     | Responde al propósito de la investigación                   | 5 | 4          | 3 | 2 | 1 |  |
| 10 | Pertinencia     | Es útil y adecuado para la investigación                    | 5 | 4          | 3 | 2 | 1 |  |

|   |                         |         |
|---|-------------------------|---------|
| 5 | Excelente (81 % - 100%) | 41 - 50 |
| 4 | Muy Bueno (60% - 80%)   | 31 - 40 |
| 3 | Bueno (41% - 60%)       | 21 - 30 |
| 2 | Regular (21% - 40 %)    | 11 - 20 |
| 1 | Deficiente (0% - 20%)   | 00 - 10 |

**RESULTADO:** Aplicable ( X )      Aplicable después de corregir (   )      No aplicable (   )

Lugar y Fecha: 13 de setiembre de 2024

**FIRMA DEL EVALUADOR**

### VALIDACION DE INSTRUMENTO DE RECOLECCION DE DATOS

**Evaluador (a):** Yenny Rojas Pardo

**Profesión:** Psicóloga

**N° colegiatura:** 5017

**Institución donde trabaja:** Universidad Roosevelt de Huancayo

**Cargo que desempeña:** Docente Catedrática

**Autor/ Tesista:** Thalia Elizabeth Mercado Jave

**Nombre del Instrumento:** ESCALA DE AFRONTAMIENTO PARA ADOLESCENTES

| N° | INDICADORES     | CRITERIOS                                                   |   | PUNTUACION |   |   |   |  |
|----|-----------------|-------------------------------------------------------------|---|------------|---|---|---|--|
| 1  | Claridad        | Esta formulado con lenguaje apropiado                       | 5 | 4          | 3 | 2 | 1 |  |
| 2  | Objetividad     | Esta expresado en conductas observables                     | 5 | 4          | 3 | 2 | 1 |  |
| 3  | Actualidad      | Adecuado al avance de la ciencia                            | 5 | 4          | 3 | 2 | 1 |  |
| 4  | Organicidad     | Existe organización lógica                                  | 5 | 4          | 3 | 2 | 1 |  |
| 5  | Suficiencia     | Comprende los aspectos en calidad y cantidad                | 5 | 4          | 3 | 2 | 1 |  |
| 6  | Intencionalidad | Adecuado para valorar lo que el investigador desea estudiar | 5 | 4          | 3 | 2 | 1 |  |
| 7  | Consistencia    | Basado en aspectos teóricos científicos                     | 5 | 4          | 3 | 2 | 1 |  |
| 8  | Coherencia      | Existe relación lógica entre el problema y los objetivos    | 5 | 4          | 3 | 2 | 1 |  |
| 9  | Metodología     | Responde al propósito de la investigación                   | 5 | 4          | 3 | 2 | 1 |  |
| 10 | Pertinencia     | Es útil y adecuado para la investigación                    | 5 | 4          | 3 | 2 | 1 |  |

|   |                         |         |
|---|-------------------------|---------|
| 5 | Excelente (81 % - 100%) | 41 - 50 |
| 4 | Muy Bueno (60% - 80%)   | 31 - 40 |
| 3 | Bueno (41% - 60%)       | 21 - 30 |
| 2 | Regular (21% - 40 %)    | 11 -20  |
| 1 | Deficiente (0% - 20%)   | 00 - 10 |

**RESULTADO:** Aplicable ( X )      Aplicable después de corregir (   )      No aplicable (   )

Lugar y Fecha: 13 de setiembre de 2024

  
FIRMA DEL EVALUADOR

## ANEXO 5

### SOLICITUD A LA INSTITUCIÓN



INSTITUCIÓN EDUCATIVA  
"SANTO DOMINGO DE GUZMÁN"  
R.M. N°10504 - 28-05-1962



"AÑO DEL BICENTENARIO, DE LA CONSOLIDACIÓN DE NUESTRA INDEPENDENCIA, Y DE LA  
CONMEMORACIÓN DE LAS HEROICAS BATALLAS DE JUNÍN Y AYACUCHO"

Chicama, 12 de julio del 2024.

OFICIO N°00216-2024-UGEL-A-IE. "SDG"-D-CH.

SEÑORA : THALIA ELIZABETH MERCADO JAVE  
C H I C A M A.

ASUNTO : AUTORIZA PERMISO PARA REALIZAR TRABAJO DE INVESTIGACIÓN.

REFERENCIA : EXPEDIENTE N°00929-24 DE FECHA 12/07/2024

Es grato dirigirme a su digna persona y expresarle mi cordial saludo en nombre de la Institución Educativa "SANTO DOMINGO DE GUZMÁN" del Distrito de Chicama, asimismo, en mérito al documento de la referencia, alcanzo la respuesta a su solicitud **AUTORIZANDO** el permiso para realizar **TRABAJO DE INVESTIGACIÓN: estrategias de afrontamiento y ansiedad en los estudiantes de nuestra I.E.**

Aprovecho la ocasión para expresarle las muestras de mi consideración y estima.

Atentamente,

   
Mg. Edilberto González de la Cruz  
DIRECTOR

EEGOLC/DIR.  
Mb/sec

## **ANEXO 6**

### **CONSENTIMIENTO INFORMADO**

#### **UNIVERSIDAD DE HUÁNUCO**

#### **FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD**

#### **PROGRAMA ACADÉMICO DE PSICOLOGÍA**



#### **CONSENTIMIENTO INFORMADO**

La presente investigación es conducida por Thalía Elizabeth Mercado Jave bachiller en Psicología de la Universidad de Huánuco, autora de la investigación titulada: "ESTRATEGIAS DE AFRONTAMIENTO Y ANSIEDAD EN LOS ESTUDIANTES DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA SANTO DOMINGO DE GUZMÁN – CHICAMA – ASCOPE – LA LIBERTAD 2024". Cuyo objetivo es determinar la relación que existe entre las estrategias de afrontamiento y la ansiedad en los estudiantes de la institución educativa Santo Domingo de Guzmán. Con el fin de optar el título de Licenciada en Psicología.

Se firma el presente, al haber aceptado participar en este estudio y conociendo los objetivos y propósitos de la investigación, se procederá a completar los instrumentos designados ESCALA DE AFRONTAMIENTO PARA ADOLESCENTES Y EL CUESTIONARIO 'LO QUE PIENSO Y SIENTO' (CMAS-R).

La participación en este estudio es estrictamente voluntaria.

La información recolectada será confidencial y se utilizará exclusivamente para los fines de esta investigación. Las respuestas serán anónimas, por lo que no se registrarán nombres ni apellidos en el instrumento.

Lugar y fecha: Chicama, 09 de Julio del 2024

Mag. Edilberto Elmer González de la Cruz  
Director IE Santo Domingo de Guzmán

Firma de la Director

## EVIDENCIA DE LA BASE DE DATOS

| SABANA DE RESULTADOS |       |                      |   |   |    |    |    |    |    |    |    |    |     |     |                              |   |   |    |    |    |    |    |    |    |                                        |     |     |   |    |    |    |    |    |    |         |      |   |   |    | TOTAL W |    |    |    |    |    |    |     |    |    |    |    |
|----------------------|-------|----------------------|---|---|----|----|----|----|----|----|----|----|-----|-----|------------------------------|---|---|----|----|----|----|----|----|----|----------------------------------------|-----|-----|---|----|----|----|----|----|----|---------|------|---|---|----|---------|----|----|----|----|----|----|-----|----|----|----|----|
| SUJETO               | ITEMS | ANSIEDAD             |   |   |    |    |    |    |    |    |    |    |     |     |                              |   |   |    |    |    |    |    |    |    |                                        |     |     |   |    |    |    |    |    |    |         |      |   |   |    |         |    |    |    |    |    |    |     |    |    |    |    |
|                      |       | ANSIEDAD FISIOLÓGICA |   |   |    |    |    |    |    |    |    |    |     |     | INQUIETUD/ HIPERSENSIBILIDAD |   |   |    |    |    |    |    |    |    | PREOCUPACIONES SOCIALES/ CONCENTRACIÓN |     |     |   |    |    |    |    |    |    | MENTIRA |      |   |   |    |         |    |    |    |    | SM | PM | PYI |    |    |    |    |
|                      |       | 1                    | 5 | 9 | 13 | 14 | 17 | 19 | 21 | 25 | 29 | 33 | SAF | PAF | 2                            | 6 | 7 | 10 | 14 | 18 | 22 | 26 | 30 | 34 | 37                                     | SIH | PIH | 3 | 11 | 15 | 23 | 27 | 31 | 35 | SSC     | PPSC | 4 | 8 | 12 |         | 16 | 20 | 24 | 28 |    |    |     | 32 | 36 |    |    |
| 1                    | 1     | 1                    | 2 | 2 | 1  | 2  | 2  | 1  | 1  | 2  | 2  | 16 | 1   | 2   | 2                            | 2 | 2 | 2  | 1  | 1  | 1  | 1  | 16 | 2  | 2                                      | 1   | 1   | 2 | 10 | 1  | 1  | 2  | 1  | 1  | 2       | 10   | 1 | 1 | 2  | 1       | 1  | 2  | 1  | 2  | 2  | 13 | 1   | 1  | 55 |    |    |
| 2                    | 1     | 2                    | 1 | 2 | 2  | 2  | 1  | 2  | 2  | 2  | 1  | 18 | 2   | 1   | 1                            | 2 | 2 | 1  | 2  | 2  | 2  | 2  | 19 | 1  | 1                                      | 2   | 1   | 2 | 11 | 2  | 2  | 2  | 1  | 1  | 2       | 11   | 2 | 2 | 1  | 1       | 2  | 2  | 1  | 1  | 14 | 2  | 2   | 62 |    |    |    |
| 3                    | 2     | 2                    | 2 | 1 | 2  | 1  | 1  | 2  | 1  | 1  | 2  | 17 | 2   | 1   | 2                            | 2 | 2 | 2  | 2  | 2  | 1  | 2  | 1  | 18 | 2                                      | 1   | 1   | 1 | 1  | 2  | 8  | 1  | 2  | 2  | 1       | 1    | 1 | 2 | 8  | 1       | 2  | 2  | 1  | 1  | 1  | 2  | 2   | 13 | 1  | 2  | 59 |
| 4                    | 1     | 2                    | 1 | 1 | 2  | 1  | 2  | 2  | 2  | 2  | 1  | 18 | 2   | 2   | 1                            | 1 | 2 | 1  | 2  | 1  | 2  | 2  | 2  | 18 | 1                                      | 2   | 2   | 1 | 2  | 1  | 2  | 1  | 2  | 1  | 11      | 2    | 1 | 1 | 2  | 2       | 1  | 1  | 1  | 2  | 2  | 13 | 1   | 2  | 59 |    |    |
| 5                    | 2     | 2                    | 1 | 2 | 2  | 2  | 2  | 2  | 1  | 1  | 1  | 18 | 2   | 1   | 2                            | 2 | 1 | 2  | 1  | 1  | 2  | 1  | 16 | 2  | 1                                      | 1   | 1   | 2 | 1  | 2  | 2  | 10 | 1  | 2  | 2       | 2    | 2 | 1 | 1  | 2       | 2  | 1  | 1  | 2  | 2  | 15 | 2   | 2  | 59 |    |    |
| 6                    | 2     | 1                    | 1 | 1 | 2  | 2  | 2  | 1  | 1  | 2  | 2  | 17 | 2   | 2   | 2                            | 2 | 2 | 1  | 1  | 2  | 1  | 2  | 1  | 18 | 2                                      | 1   | 2   | 1 | 2  | 1  | 1  | 2  | 1  | 1  | 2       | 10   | 1 | 2 | 1  | 1       | 2  | 2  | 2  | 2  | 16 | 2  | 2   | 61 |    |    |    |
| 7                    | 1     | 1                    | 2 | 2 | 2  | 1  | 1  | 2  | 1  | 1  | 2  | 16 | 1   | 2   | 2                            | 2 | 2 | 2  | 2  | 2  | 1  | 2  | 2  | 21 | 2                                      | 1   | 2   | 1 | 2  | 1  | 1  | 2  | 1  | 2  | 10      | 1    | 1 | 2 | 2  | 1       | 2  | 2  | 1  | 1  | 2  | 14 | 2   | 2  | 61 |    |    |
| 8                    | 2     | 2                    | 1 | 2 | 1  | 2  | 1  | 2  | 1  | 2  | 1  | 16 | 1   | 2   | 2                            | 2 | 2 | 2  | 1  | 1  | 2  | 1  | 19 | 2  | 1                                      | 2   | 2   | 2 | 2  | 1  | 2  | 2  | 12 | 2  | 2       | 2    | 1 | 1 | 2  | 2       | 2  | 1  | 1  | 2  | 2  | 15 | 2   | 2  | 62 |    |    |
| 9                    | 2     | 2                    | 1 | 2 | 1  | 1  | 1  | 2  | 2  | 2  | 1  | 17 | 2   | 2   | 1                            | 1 | 1 | 2  | 2  | 2  | 2  | 1  | 19 | 1  | 1                                      | 1   | 1   | 1 | 1  | 2  | 8  | 1  | 2  | 2  | 2       | 1    | 1 | 2 | 2  | 2       | 2  | 2  | 2  | 2  | 16 | 2  | 2   | 59 |    |    |    |
| 10                   | 1     | 2                    | 2 | 2 | 1  | 2  | 1  | 1  | 2  | 1  | 2  | 16 | 1   | 1   | 1                            | 2 | 2 | 1  | 2  | 2  | 2  | 1  | 17 | 1  | 1                                      | 1   | 1   | 2 | 1  | 2  | 1  | 1  | 2  | 9  | 1       | 2    | 2 | 1 | 1  | 2       | 1  | 2  | 1  | 1  | 1  | 13 | 2   | 1  | 55 |    |    |
| 11                   | 1     | 1                    | 2 | 2 | 1  | 1  | 1  | 2  | 2  | 1  | 1  | 15 | 1   | 1   | 2                            | 2 | 1 | 2  | 1  | 1  | 1  | 2  | 1  | 15 | 2                                      | 1   | 2   | 1 | 2  | 1  | 1  | 1  | 1  | 9  | 1       | 1    | 1 | 2 | 2  | 1       | 2  | 2  | 1  | 2  | 1  | 14 | 2   | 2  | 53 |    |    |
| 12                   | 1     | 2                    | 1 | 2 | 2  | 2  | 1  | 1  | 2  | 1  | 2  | 16 | 1   | 2   | 1                            | 2 | 1 | 1  | 2  | 1  | 2  | 1  | 2  | 17 | 1                                      | 2   | 2   | 1 | 1  | 1  | 1  | 1  | 1  | 9  | 1       | 2    | 1 | 1 | 1  | 1       | 1  | 1  | 1  | 1  | 1  | 10 | 1   | 1  | 52 |    |    |
| 13                   | 2     | 2                    | 2 | 1 | 1  | 2  | 2  | 1  | 1  | 1  | 1  | 16 | 1   | 1   | 1                            | 2 | 2 | 2  | 2  | 2  | 2  | 1  | 19 | 2  | 1                                      | 1   | 1   | 2 | 2  | 1  | 1  | 2  | 1  | 9  | 1       | 2    | 2 | 2 | 1  | 1       | 1  | 1  | 2  | 2  | 15 | 2  | 2   | 59 |    |    |    |
| 14                   | 2     | 2                    | 2 | 1 | 2  | 1  | 2  | 2  | 1  | 2  | 2  | 19 | 2   | 1   | 1                            | 2 | 2 | 2  | 1  | 2  | 2  | 1  | 2  | 17 | 2                                      | 2   | 1   | 2 | 2  | 2  | 2  | 2  | 13 | 2  | 1       | 2    | 1 | 1 | 2  | 2       | 2  | 1  | 1  | 2  | 2  | 13 | 2   | 2  | 62 |    |    |
| 15                   | 1     | 1                    | 2 | 1 | 2  | 1  | 1  | 2  | 1  | 1  | 1  | 14 | 1   | 2   | 1                            | 1 | 1 | 1  | 1  | 1  | 2  | 2  | 16 | 1  | 1                                      | 1   | 2   | 1 | 2  | 2  | 2  | 11 | 2  | 2  | 2       | 2    | 1 | 2 | 2  | 2       | 2  | 2  | 2  | 2  | 17 | 2  | 2   | 58 |    |    |    |
| 16                   | 1     | 2                    | 1 | 1 | 1  | 1  | 2  | 2  | 2  | 2  | 1  | 16 | 1   | 2   | 2                            | 1 | 2 | 2  | 1  | 2  | 2  | 2  | 20 | 2  | 2                                      | 2   | 1   | 2 | 2  | 1  | 2  | 2  | 11 | 2  | 1       | 1    | 1 | 1 | 1  | 1       | 1  | 1  | 1  | 1  | 2  | 10 | 1   | 2  | 57 |    |    |
| 17                   | 2     | 1                    | 1 | 1 | 1  | 1  | 1  | 1  | 1  | 1  | 2  | 13 | 1   | 2   | 1                            | 2 | 2 | 1  | 1  | 1  | 1  | 1  | 14 | 2  | 1                                      | 2   | 2   | 1 | 1  | 1  | 2  | 10 | 1  | 2  | 2       | 2    | 2 | 1 | 1  | 1       | 1  | 1  | 2  | 1  | 1  | 2  | 14  | 2  | 2  | 51 |    |
| 18                   | 2     | 2                    | 2 | 1 | 1  | 2  | 1  | 1  | 2  | 1  | 1  | 16 | 1   | 2   | 1                            | 2 | 2 | 1  | 2  | 1  | 2  | 1  | 17 | 2  | 1                                      | 2   | 2   | 1 | 1  | 2  | 2  | 10 | 1  | 1  | 2       | 2    | 1 | 1 | 2  | 2       | 2  | 2  | 2  | 2  | 16 | 2  | 2   | 59 |    |    |    |
| 19                   | 2     | 2                    | 1 | 2 | 1  | 1  | 2  | 2  | 1  | 1  | 2  | 17 | 2   | 1   | 2                            | 1 | 1 | 1  | 1  | 2  | 1  | 2  | 15 | 1  | 2                                      | 2   | 1   | 2 | 1  | 2  | 1  | 11 | 2  | 2  | 1       | 2    | 1 | 2 | 1  | 1       | 2  | 2  | 1  | 1  | 13 | 2  | 2   | 56 |    |    |    |
| 20                   | 1     | 2                    | 1 | 2 | 2  | 1  | 2  | 2  | 2  | 1  | 1  | 17 | 2   | 1   | 2                            | 1 | 2 | 1  | 2  | 2  | 2  | 2  | 18 | 1  | 2                                      | 1   | 1   | 2 | 2  | 1  | 2  | 11 | 2  | 1  | 2       | 2    | 2 | 1 | 2  | 1       | 2  | 2  | 2  | 2  | 15 | 2  | 2   | 61 |    |    |    |
| 21                   | 1     | 1                    | 2 | 1 | 1  | 1  | 1  | 2  | 1  | 1  | 1  | 13 | 1   | 2   | 2                            | 2 | 1 | 2  | 1  | 2  | 2  | 2  | 20 | 2  | 1                                      | 2   | 1   | 2 | 2  | 2  | 1  | 11 | 2  | 1  | 2       | 2    | 2 | 2 | 1  | 1       | 1  | 1  | 1  | 1  | 1  | 14 | 2   | 2  | 58 |    |    |
| 22                   | 2     | 2                    | 2 | 2 | 1  | 1  | 1  | 2  | 2  | 2  | 2  | 19 | 2   | 2   | 1                            | 1 | 2 | 1  | 1  | 1  | 1  | 1  | 13 | 1  | 2                                      | 1   | 1   | 2 | 1  | 1  | 2  | 10 | 1  | 1  | 2       | 2    | 1 | 1 | 2  | 2       | 1  | 1  | 1  | 2  | 13 | 2  | 2   | 55 |    |    |    |
| 23                   | 2     | 1                    | 2 | 1 | 2  | 2  | 1  | 2  | 1  | 2  | 1  | 16 | 1   | 1   | 1                            | 2 | 2 | 2  | 1  | 2  | 1  | 1  | 16 | 2  | 2                                      | 2   | 2   | 1 | 2  | 2  | 13 | 2  | 2  | 2  | 1       | 1    | 1 | 1 | 1  | 1       | 1  | 1  | 2  | 12 | 1  | 2  | 57  |    |    |    |    |
| 24                   | 1     | 2                    | 2 | 2 | 1  | 1  | 1  | 2  | 1  | 2  | 1  | 15 | 1   | 2   | 1                            | 2 | 2 | 1  | 2  | 1  | 2  | 2  | 18 | 2  | 2                                      | 1   | 2   | 2 | 2  | 2  | 13 | 2  | 1  | 1  | 2       | 2    | 2 | 2 | 2  | 1       | 1  | 1  | 1  | 13 | 2  | 2  | 59  |    |    |    |    |
| 25                   | 1     | 1                    | 1 | 2 | 1  | 1  | 2  | 2  | 2  | 2  | 1  | 16 | 1   | 2   | 1                            | 2 | 2 | 1  | 1  | 2  | 2  | 1  | 18 | 2  | 2                                      | 2   | 1   | 2 | 2  | 2  | 13 | 2  | 1  | 1  | 2       | 2    | 2 | 2 | 1  | 1       | 1  | 1  | 1  | 1  | 12 | 2  | 2   | 59 |    |    |    |
| 26                   | 1     | 1                    | 2 | 2 | 1  | 1  | 1  | 1  | 2  | 2  | 1  | 15 | 1   | 2   | 1                            | 2 | 1 | 1  | 1  | 1  | 2  | 2  | 16 | 1  | 2                                      | 2   | 2   | 1 | 1  | 2  | 1  | 11 | 2  | 2  | 2       | 1    | 2 | 1 | 2  | 1       | 1  | 1  | 1  | 1  | 13 | 2  | 2   | 55 |    |    |    |
| 27                   | 1     | 1                    | 2 | 2 | 2  | 1  | 2  | 1  | 2  | 1  | 2  | 17 | 2   | 2   | 2                            | 1 | 2 | 1  | 2  | 2  | 2  | 1  | 17 | 2  | 1                                      | 1   | 2   | 2 | 1  | 2  | 10 | 1  | 1  | 2  | 1       | 2    | 1 | 2 | 1  | 2       | 1  | 1  | 1  | 1  | 12 | 1  | 2   | 56 |    |    |    |
| 28                   | 1     | 1                    | 2 | 1 | 2  | 1  | 1  | 1  | 1  | 2  | 1  | 14 | 1   | 1   | 2                            | 1 | 1 | 2  | 1  | 1  | 2  | 1  | 14 | 1  | 1                                      | 1   | 1   | 2 | 2  | 1  | 1  | 9  | 1  | 2  | 1       | 2    | 2 | 1 | 1  | 1       | 1  | 1  | 1  | 2  | 13 | 2  | 1   | 50 |    |    |    |
| 29                   | 2     | 1                    | 2 | 2 | 2  | 1  | 1  | 1  | 1  | 1  | 2  | 17 | 2   | 1   | 1                            | 1 | 2 | 2  | 1  | 2  | 1  | 2  | 16 | 1  | 1                                      | 2   | 1   | 1 | 1  | 2  | 10 | 1  | 1  | 2  | 1       | 1    | 2 | 2 | 2  | 2       | 1  | 1  | 1  | 1  | 1  | 12 | 2   | 2  | 55 |    |    |
| 30                   | 1     | 2                    | 2 | 1 | 2  | 1  | 1  | 2  | 2  | 2  | 1  | 17 | 2   | 2   | 1                            | 1 | 2 | 1  | 2  | 1  | 2  | 2  | 17 | 1  | 2                                      | 2   | 2   | 2 | 2  | 2  | 13 | 2  | 2  | 2  | 1       | 1    | 2 | 2 | 2  | 1       | 1  | 2  | 2  | 1  | 14 | 2  | 2   | 61 |    |    |    |
| 31                   | 1     | 2                    | 1 | 1 | 1  | 1  | 1  | 2  | 2  | 2  | 1  | 14 | 1   | 1   | 1                            | 1 | 2 | 1  | 1  | 1  | 1  | 2  | 13 | 1  | 2                                      | 2   | 1   | 2 | 2  | 1  | 11 | 2  | 1  | 2  | 2       | 2    | 1 | 1 | 1  | 2       | 2  | 1  | 1  | 2  | 14 | 2  | 2   | 52 |    |    |    |
| 32                   | 1     | 2                    | 1 | 2 | 1  | 2  | 1  | 1  | 2  | 1  | 2  | 16 | 1   | 2   | 1                            | 1 | 2 | 1  | 2  | 2  | 1  | 2  | 17 | 2  | 1                                      | 1   | 1   | 1 | 2  | 2  | 9  | 1  | 1  | 2  | 1       | 2    | 1 | 2 | 2  | 1       | 1  | 1  | 1  | 1  | 13 | 2  | 2   | 55 |    |    |    |
| 33                   | 2     | 1                    | 2 | 1 | 2  | 1  | 2  | 1  | 2  | 1  | 1  | 16 | 1   | 2   | 2                            | 1 | 2 | 1  | 2  | 1  | 1  | 2  | 17 | 2  | 2                                      | 1   | 2   | 1 | 2  | 1  | 11 | 2  | 2  | 1  | 2       | 1    | 2 | 1 | 2  | 1       | 2  | 1  | 1  | 2  | 14 | 2  | 2   | 58 |    |    |    |
| 34                   | 2     | 1                    | 1 | 2 | 1  | 2  | 1  | 2  | 2  | 2  | 1  | 17 | 2   | 2   | 2                            | 2 | 2 | 2  | 1  | 1  | 2  | 2  | 20 | 2  | 2                                      | 1   | 2   | 1 | 1  | 1  | 10 | 1  | 2  | 2  | 2       | 1    | 1 | 2 | 1  | 1       | 1  | 1  | 1  | 1  | 13 | 2  | 2   | 60 |    |    |    |
| 35                   | 2     | 1                    | 2 | 2 | 2  | 1  | 1  | 2  | 1  | 2  | 1  | 17 | 2   | 1   | 1                            | 2 | 1 | 2  | 1  | 2  | 1  | 1  | 14 | 1  | 2                                      | 2   | 2   | 2 | 2  | 1  | 12 | 2  | 1  | 2  | 2       | 1    | 2 | 2 | 2  | 2       | 2  | 2  | 2  | 16 | 2  | 2  | 59  |    |    |    |    |
| 36                   | 1     | 2                    | 2 | 2 | 1  | 2  | 2  | 2  | 1  | 2  | 2  | 19 | 2   | 1   | 2                            | 1 | 2 | 2  | 2  | 1  | 2  | 1  | 16 | 2  | 1                                      | 2   | 2   | 2 | 1  | 2  | 11 | 2  | 1  | 2  | 1       | 1    | 2 | 2 | 2  | 2       | 2  | 2  | 2  | 15 | 2  | 2  | 61  |    |    |    |    |
| 37                   | 1     | 2                    | 2 | 1 | 2  | 2  | 1  | 2  | 2  | 2  | 1  | 18 | 2   | 2   | 2                            | 1 | 2 | 2  | 1  | 2  | 2  | 2  | 19 | 2  | 1                                      | 2   | 2   | 2 | 2  | 1  | 12 | 2  | 2  | 2  | 2       | 1    | 2 | 2 | 2  | 1       | 2  | 2  | 1  | 16 | 2  | 2  | 60  |    |    |    |    |



## ANEXO 8

### EVIDENCIA DE LOS INSTRUMENTOS

15 años / Masculino

|    | ORACIONES                                                       | SI | NO |
|----|-----------------------------------------------------------------|----|----|
| 1  | Me cuesta trabajo tomar decisiones.                             | X  |    |
| 2  | Me pongo nervioso(a) cuando las cosas no me salen como quiero   |    | X  |
| 3  | Parece que las cosas son más fáciles para los demás que para mí | X  |    |
| 4  | Todas las personas que conozco me caen bien                     |    | X  |
| 5  | Muchas veces siento que me falta el aire                        | X  |    |
| 6  | Casi todo el tiempo estoy preocupado(a)                         | X  |    |
| 7  | Muchas cosas me dan miedo                                       |    | X  |
| 8  | Siempre soy amable                                              | X  |    |
| 9  | Me enoja con mucha facilidad                                    | X  |    |
| 10 | Me preocupa lo que mis papás me vayan a decir                   | X  |    |
| 11 | Siempre que a los demás no les gusta como hago las cosas        |    | X  |
| 12 | Siempre me porto bien                                           |    | X  |
| 13 | En las noches, me cuesta trabajo quedarme dormido(a)            | X  |    |
| 14 | Me preocupa lo que la gente piense de mí                        | X  |    |
| 15 | Me siento solo(a) aunque este acompañado(a)                     | X  |    |
| 16 | Siempre soy bueno(a)                                            | X  |    |
| 17 | Muchas veces siento asco o náuseas                              |    | X  |
| 18 | Lloro fácilmente cuando tengo un problema                       | X  |    |
| 19 | Me sudan las manos                                              | X  |    |
| 20 | Siempre soy agradable con todos                                 | X  |    |
| 21 | Me canso mucho                                                  |    | X  |
| 22 | Me preocupa el futuro                                           | X  |    |
| 23 | Los demás son más felices que yo                                |    | X  |
| 24 | Siempre digo la verdad                                          |    | X  |
| 25 | Tengo pesadillas                                                |    | X  |
| 26 | Me siento muy mal cuando se enojan conmigo                      | X  |    |
| 27 | Siento que alguien me va a decir que hago las cosas mal         | X  |    |
| 28 | Nunca me enoja                                                  |    | X  |
| 29 | Algunas veces me despierto asustado(a)                          | X  |    |
| 30 | Me siento preocupado(a) cuando me voy a dormir                  | X  |    |
| 31 | Me cuesta trabajo concentrarme en mis tareas escolares          | X  |    |
| 32 | Nunca digo cosas que no debo decir                              | X  |    |
| 33 | Me muevo mucho en mi asiento                                    |    | X  |
| 34 | Soy muy nervioso(a)                                             | X  |    |
| 35 | Muchas personas están contra mí                                 | X  |    |
| 36 | Nunca digo mentiras                                             |    | X  |
| 37 | Muchas veces me preocupa que algo malo me pase                  | X  |    |

14 años / Masculino

|    | ORACIONES                                                       | SI | NO |
|----|-----------------------------------------------------------------|----|----|
| 1  | Me cuesta trabajo tomar decisiones.                             |    | X  |
| 2  | Me pongo nervioso(a) cuando las cosas no me salen como quiero   |    | X  |
| 3  | Parece que las cosas son más fáciles para los demás que para mí |    | X  |
| 4  | Todas las personas que conozco me caen bien                     | X  |    |
| 5  | Muchas veces siento que me falta el aire                        |    | X  |
| 6  | Casi todo el tiempo estoy preocupado(a)                         |    | X  |
| 7  | Muchas cosas me dan miedo                                       |    | X  |
| 8  | Siempre soy amable                                              | X  |    |
| 9  | Me enoja con mucha facilidad                                    |    | X  |
| 10 | Me preocupa lo que mis papás me vayan a decir                   | X  |    |
| 11 | Siempre que a los demás no les gusta como hago las cosas        |    | X  |
| 12 | Siempre me porto bien                                           | X  |    |
| 13 | En las noches, me cuesta trabajo quedarme dormido(a)            |    | X  |
| 14 | Me preocupa lo que la gente piense de mí                        |    | X  |
| 15 | Me siento solo(a) aunque este acompañado(a)                     |    | X  |
| 16 | Siempre soy bueno(a)                                            | X  |    |
| 17 | Muchas veces siento asco o náuseas                              |    | X  |
| 18 | Lloro fácilmente cuando tengo un problema                       |    | X  |
| 19 | Me sudan las manos                                              | X  |    |
| 20 | Siempre soy agradable con todos                                 | X  |    |
| 21 | Me canso mucho                                                  |    | X  |
| 22 | Me preocupa el futuro                                           | X  |    |
| 23 | Los demás son más felices que yo                                |    | X  |
| 24 | Siempre digo la verdad                                          | X  |    |
| 25 | Tengo pesadillas                                                |    | X  |
| 26 | Me siento muy mal cuando se enojan conmigo                      | X  |    |
| 27 | Siento que alguien me va a decir que hago las cosas mal         |    | X  |
| 28 | Nunca me enoja                                                  | X  |    |
| 29 | Algunas veces me despierto asustado(a)                          |    | X  |
| 30 | Me siento preocupado(a) cuando me voy a dormir                  |    | X  |
| 31 | Me cuesta trabajo concentrarme en mis tareas escolares          |    | X  |
| 32 | Nunca digo cosas que no debo decir                              |    | X  |
| 33 | Me muevo mucho en mi asiento                                    |    | X  |
| 34 | Soy muy nervioso(a)                                             | X  |    |
| 35 | Muchas personas están contra mí                                 |    | X  |
| 36 | Nunca digo mentiras                                             | X  |    |
| 37 | Muchas veces me preocupa que algo malo me pase                  |    | X  |

14 años / Hasaulino

| ORACIONES |                                                                 | SI | NO |
|-----------|-----------------------------------------------------------------|----|----|
| 1         | Me cuesta trabajo tomar decisiones.                             |    | X  |
| 2         | Me pongo nervioso(a) cuando las cosas no me salen como quiero   |    | X  |
| 3         | Parece que las cosas son más fáciles para los demás que para mí |    | X  |
| 4         | Todas las personas que conozco me caen bien                     | X  |    |
| 5         | Muchas veces siento que me falta el aire                        |    | X  |
| 6         | Casi todo el tiempo estoy preocupado(a)                         |    | X  |
| 7         | Muchas cosas me dan miedo                                       |    | X  |
| 8         | Siempre soy amable                                              | X  |    |
| 9         | Me enoja con mucha facilidad                                    | X  |    |
| 10        | Me preocupa lo que mis papás me vayan a decir                   | X  |    |
| 11        | Siempre que a los demás no les gusta como hago las cosas        |    | X  |
| 12        | Siempre me porto bien                                           | X  |    |
| 13        | En las noches, me cuesta trabajo quedarme dormido(a)            | X  |    |
| 14        | Me preocupa lo que la gente piense de mí                        |    | X  |
| 15        | Me siento solo(a) aunque este acompañado(a)                     |    | X  |
| 16        | Siempre soy bueno(a)                                            |    | X  |
| 17        | Muchas veces siento asco o náuseas                              |    | X  |
| 18        | Lloro fácilmente cuando tengo un problema                       |    | X  |
| 19        | Me sudan las manos                                              |    | X  |
| 20        | Siempre soy agradable con todos                                 | X  |    |
| 21        | Me canso mucho                                                  |    | X  |
| 22        | Me preocupa el futuro                                           | X  |    |
| 23        | Los demás son más felices que yo                                |    | X  |
| 24        | Siempre digo la verdad                                          |    | X  |
| 25        | Tengo pesadillas                                                |    | X  |
| 26        | Me siento muy mal cuando se enojan conmigo                      |    | X  |
| 27        | Siento que alguien me va a decir que hago las cosas mal         |    | X  |
| 28        | Nunca me enoja                                                  |    | X  |
| 29        | Algunas veces me despierto asustado(a)                          |    | X  |
| 30        | Me siento preocupado(a) cuando me voy a dormir                  |    | X  |
| 31        | Me cuesta trabajo concentrarme en mis tareas escolares          |    | X  |
| 32        | Nunca digo cosas que no debo decir                              | X  | X  |
| 33        | Me muevo mucho en mi asiento                                    | X  |    |
| 34        | Soy muy nervioso(a)                                             | X  |    |
| 35        | Muchas personas están contra mí                                 |    | X  |
| 36        | Nunca digo mentiras                                             |    | X  |
| 37        | Muchas veces me preocupa que algo malo me pase                  | X  |    |

14 años / Masculino

|    | ORACIONES                                                       | SI | NO |
|----|-----------------------------------------------------------------|----|----|
| 1  | Me cuesta trabajo tomar decisiones.                             | X  |    |
| 2  | Me pongo nervioso(a) cuando las cosas no me salen como quiero   |    | X  |
| 3  | Parece que las cosas son más fáciles para los demás que para mi |    | X  |
| 4  | Todas las personas que conozco me caen bien                     |    | X  |
| 5  | Muchas veces siento que me falta el aire                        |    | X  |
| 6  | Casi todo el tiempo estoy preocupado(n)                         |    | X  |
| 7  | Muchas cosas me dan miedo                                       |    | X  |
| 8  | Siempre soy amable                                              | X  |    |
| 9  | Me enoja con mucha facilidad                                    |    | X  |
| 10 | Me preocupa lo que mis papás me vayan a decir                   | X  |    |
| 11 | Siempre que a los demás no les gusta como hago las cosas        |    | X  |
| 12 | Siempre me porto bien                                           |    | X  |
| 13 | En las noches, me cuesta trabajo quedarme dormido(a)            | X  |    |
| 14 | Me preocupa lo que la gente piense de mí                        |    | X  |
| 15 | Me siento solo(a) aunque este acompañado(a)                     | X  |    |
| 16 | Siempre soy bueno(a)                                            |    | X  |
| 17 | Muchas veces siento asco o náuseas                              |    | X  |
| 18 | Lloro fácilmente cuando tengo un problema                       | X  |    |
| 19 | Me sudan las manos                                              |    | X  |
| 20 | Siempre soy agradable con todos                                 | X  |    |
| 21 | Me canso mucho                                                  |    | X  |
| 22 | Me preocupa el futuro                                           | X  |    |
| 23 | Los demás son más felices que yo                                |    | X  |
| 24 | Siempre digo la verdad                                          |    | X  |
| 25 | Tengo pesadillas                                                |    | X  |
| 26 | Me siento muy mal cuando se enojan conmigo                      | X  |    |
| 27 | Siento que alguien me va a decir que hago las cosas mal         | X  |    |
| 28 | Nunca me enoja                                                  |    | X  |
| 29 | Algunas veces me despierto asustado(a)                          |    | X  |
| 30 | Me siento preocupado(a) cuando me voy a dormir                  |    | X  |
| 31 | Me cuesta trabajo concentrarme en mis tareas escolares          | X  |    |
| 32 | Nunca digo cosas que no debo decir                              |    | X  |
| 33 | Me muevo mucho en mi asiento                                    |    | X  |
| 34 | Soy muy nervioso(a)                                             |    | X  |
| 35 | Muchas personas están contra mí                                 |    | X  |
| 36 | Nunca digo mentiras                                             |    | X  |
| 37 | Muchas veces me preocupa que algo malo me pase                  | X  |    |

15 años / masculino

|    | ORACIONES                                                       | SI | NO |
|----|-----------------------------------------------------------------|----|----|
| 1  | Me cuesta trabajo tomar decisiones.                             |    | X  |
| 2  | Me pongo nervioso(a) cuando las cosas no me salen como quiero   |    | X  |
| 3  | Parece que las cosas son más fáciles para los demás que para mí |    | X  |
| 4  | Todas las personas que conozco me caen bien                     |    | X  |
| 5  | Muchas veces siento que me falta el aire                        | X  |    |
| 6  | Casi todo el tiempo estoy preocupado(a)                         | X  |    |
| 7  | Muchas cosas me dan miedo                                       |    | X  |
| 8  | Siempre soy amable                                              | X  |    |
| 9  | Me enoja con mucha facilidad                                    | X  |    |
| 10 | Me preocupa lo que mis papás me vayan a decir                   | X  |    |
| 11 | Siempre que a los demás no les gusta como hago las cosas        | X  |    |
| 12 | Siempre me porto bien                                           | X  |    |
| 13 | En las noches, me cuesta trabajo quedarme dormido(a)            |    | X  |
| 14 | Me preocupa lo que la gente piense de mí                        |    | X  |
| 15 | Me siento solo(a) aunque este acompañado(a)                     | X  |    |
| 16 | Siempre soy bueno(a)                                            | X  |    |
| 17 | Muchas veces siento asco o náuseas                              |    | X  |
| 18 | Lloro fácilmente cuando tengo un problema                       |    | X  |
| 19 | Me sudan las manos                                              |    | X  |
| 20 | Siempre soy agradable con todos                                 |    | X  |
| 21 | Me canso mucho                                                  |    | X  |
| 22 | Me preocupa el futuro                                           |    | X  |
| 23 | Los demás son más felices que yo                                |    | X  |
| 24 | Siempre digo la verdad                                          | X  |    |
| 25 | Tengo pesadillas                                                |    | X  |
| 26 | Me siento muy mal cuando se enojan conmigo                      | X  |    |
| 27 | Siento que alguien me va a decir que hago las cosas mal         |    | X  |
| 28 | Nunca me enoja                                                  | X  | X  |
| 29 | Algunas veces me despierto asustado(a)                          | X  | X  |
| 30 | Me siento preocupado(a) cuando me voy a dormir                  |    | X  |
| 31 | Me cuesta trabajo concentrarme en mis tareas escolares          |    | X  |
| 32 | Nunca digo cosas que no debo decir                              |    | X  |
| 33 | Me muevo mucho en mi asiento                                    |    | X  |
| 34 | Soy muy nervioso(a)                                             |    | X  |
| 35 | Muchas personas están contra mí                                 |    | X  |
| 36 | Nunca digo mentiras                                             |    | X  |
| 37 | Muchas veces me preocupa que algo malo me pase                  |    | X  |

16/Femenino

# Escala de Afrontamiento para Adolescentes

## Instrucciones

Los estudiantes suelen tener ciertas preocupaciones o problemas sobre temas diferentes, como la escuela, la familia, los amigos, el mundo en general, etc. En este cuestionario encontrarás una lista de formas diferentes con las que la gente de tu edad suele encarar una gama amplia de problemas o preocupaciones. Deberás indicar, marcando la letra correspondiente, las cosas que tú sueles hacer para enfrentarte a esos problemas o dificultades. En cada afirmación debes marcar con una "X" sobre la letra A, B, C, D o E según creas que es tu manera de reaccionar o de actuar frente a los problemas. No hay respuestas correctas o erróneas. No dediques mucho tiempo a cada frase; simplemente responde lo que crees que se ajusta mejor a tu forma de actuar.

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

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

|    |                                                                              |   |              |              |              |              |
|----|------------------------------------------------------------------------------|---|--------------|--------------|--------------|--------------|
| 1  | Hablo con otros para saber lo que ellos harían si tuviesen el mismo problema | A | B            | <del>C</del> | D            | E            |
| 2  | Me dedico a resolver lo que está provocando el problema                      | A | <del>B</del> | C            | D            | E            |
| 3  | Sigo con mis tareas como es debido                                           | A | B            | C            | D            | <del>E</del> |
| 4  | Me preocupo por mi futuro                                                    | A | B            | C            | <del>D</del> | E            |
| 5  | Me reúno con mis amigos más cercanos                                         | A | B            | <del>C</del> | D            | E            |
| 6  | Trato de dar una buena impresión en las personas que me importan             | A | B            | C            | <del>D</del> | E            |
| 7  | Espero que me ocurra lo mejor                                                | A | B            | C            | <del>D</del> | E            |
| 8  | Como no puedo hacer nada para resolver el problema, no hago nada             | A | <del>B</del> | C            | D            | E            |
| 9  | Me pongo a llorar y/o gritar                                                 | A | <del>B</del> | C            | D            | E            |
| 10 | Organiza una acción en relación con mi problema                              | A | B            | <del>C</del> | D            | E            |

|    |                                                                                                                         |              |              |              |              |              |
|----|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------|--------------|--------------|--------------|--------------|
| 11 | Escribo una carta a una persona que siento que me puede ayudar con mi problema                                          | A            | B            | <del>C</del> | D            | E            |
| 12 | Ignoro el problema                                                                                                      | <del>A</del> | B            | C            | D            | E            |
| 13 | Ante los problemas, tiendo a criticarme                                                                                 | A            | B            | C            | <del>D</del> | E            |
| 14 | Guardo mis sentimientos para mí solo(a)                                                                                 | A            | <del>B</del> | C            | D            | E            |
| 15 | Dejo que Dios me ayude con mis problemas                                                                                | A            | B            | C            | <del>D</del> | E            |
| 16 | Pienso en aquéllos que tienen peores problemas, para que los míos no parezcan tan graves                                | <del>A</del> | B            | C            | D            | E            |
| 17 | Pido consejo a una persona que tenga más conocimiento que yo                                                            | A            | <del>B</del> | C            | D            | E            |
| 18 | Encuentro una forma de relajarme, como oír música, leer un libro, tocar un instrumento musical, ver la televisión, etc. | A            | B            | C            | D            | <del>E</del> |
| 19 | Practico un deporte                                                                                                     | A            | B            | <del>C</del> | D            | E            |
| 20 | Hablo con otros para apoyarnos mutuamente                                                                               | A            | B            | C            | <del>D</del> | E            |
| 21 | Me dedico a resolver el problema utilizando todas mis capacidades                                                       | A            | B            | <del>C</del> | D            | E            |
| 22 | Sigo asistiendo a clases                                                                                                | A            | B            | C            | D            | <del>E</del> |
| 23 | Me preocupo por buscar mi felicidad                                                                                     | A            | B            | C            | <del>D</del> | E            |
| 24 | Llamo a un(a) amigo(a) íntimo(a)                                                                                        | A            | B            | <del>C</del> | D            | E            |
| 25 | Me preocupo por mis relaciones con los demás                                                                            | A            | B            | C            | <del>D</del> | E            |
| 26 | Espero que un milagro resuelva mis problemas                                                                            | <del>A</del> | B            | C            | D            | E            |
| 27 | Frente a los problemas, simplemente me doy por vencido(a)                                                               | A            | <del>B</del> | C            | D            | E            |
| 28 | Intento sentirme mejor bebiendo alcohol, fumando o tomando drogas                                                       | A            | <del>B</del> | C            | D            | E            |
| 29 | Organizo un grupo que se ocupe del problema                                                                             | <del>A</del> | B            | C            | D            | E            |
| 30 | Decido ignorar conscientemente el problema                                                                              | A            | <del>B</del> | C            | D            | E            |
| 31 | Me doy cuenta que yo mismo(a) me complico la vida frente a los problemas                                                | A            | B            | C            | D            | <del>E</del> |
| 32 | Evito estar con la gente                                                                                                | A            | B            | <del>C</del> | D            | E            |
| 33 | Pido ayuda y consejo para que se resuelvan mis problemas                                                                | A            | <del>B</del> | C            | D            | E            |
| 34 | Me fijo en el aspecto positivo de las cosas y trato de pensar en las cosas buenas                                       | A            | B            | <del>C</del> | D            | E            |

|    |                                                                             |              |              |              |              |   |
|----|-----------------------------------------------------------------------------|--------------|--------------|--------------|--------------|---|
| 35 | Busco ayuda o consejo de un profesional para resolver los problemas         | A            | <del>B</del> | C            | D            | E |
| 36 | Salgo y me divierto para olvidar mis dificultades                           | A            | B            | <del>C</del> | D            | E |
| 37 | Realizo ejercicios para mantenerme en forma y con buena salud               | A            | B            | <del>C</del> | D            | E |
| 38 | Busco ánimo en otras personas                                               | A            | <del>B</del> | C            | D            | E |
| 39 | Considero otros puntos de vista y trato de tenerlos en cuenta               | A            | B            | <del>C</del> | D            | E |
| 40 | Trabajo intensamente (Trabajo duro)                                         | A            | <del>B</del> | C            | D            | E |
| 41 | Me preocupo por lo que está pasando                                         | A            | B            | <del>C</del> | D            | E |
| 42 | Empiezo, o si ya existe, mejoro la relación con mi enamorado(a)             | A            | B            | <del>C</del> | D            | E |
| 43 | Trato de adaptarme a mis amigos                                             | A            | B            | <del>C</del> | D            | E |
| 44 | Espero que el problema se resuelva por si sólo                              | A            | <del>B</del> | C            | D            | E |
| 45 | Me pongo mal (Me enfermo)                                                   | A            | <del>B</del> | C            | D            | E |
| 46 | Culpo a los demás de mis problemas                                          | <del>A</del> | B            | C            | D            | E |
| 47 | Me reúno con otras personas para analizar el problema                       | <del>A</del> | B            | C            | D            | E |
| 48 | Saco el problema de mi mente                                                | A            | <del>B</del> | C            | D            | E |
| 49 | Me siento culpable por los problemas que me ocurren                         | A            | <del>B</del> | C            | D            | E |
| 50 | Evito que otros se enteren de lo que me preocupa                            | A            | <del>B</del> | C            | D            | E |
| 51 | Leo la Biblia o un libro sagrado                                            | A            | <del>B</del> | C            | D            | E |
| 52 | Trato de tener una visión positiva de la vida                               | A            | B            | <del>C</del> | D            | E |
| 53 | Pido ayuda a un profesional                                                 | A            | <del>B</del> | C            | D            | E |
| 54 | Me doy tiempo para hacer las cosas que me gustan                            | A            | B            | C            | <del>D</del> | E |
| 55 | Hago ejercicios físicos para distraerme                                     | A            | B            | <del>C</del> | D            | E |
| 56 | Hablo con otras personas sobre mi problema para que me ayuden a salir de él | A            | <del>B</del> | C            | D            | E |
| 57 | Pienso en lo que estoy haciendo y por qué lo hago                           | A            | B            | <del>C</del> | D            | E |
| 58 | Busco tener éxito en las cosas que estoy haciendo                           | A            | B            | <del>C</del> | D            | E |
| 59 | Me preocupo por las cosas que me puedan pasar                               | A            | B            | <del>C</del> | D            | E |
| 60 | Trato de hacerme amigo(a) íntimo(a) de un chico o de una chica              | A            | B            | C            | <del>D</del> | E |
| 61 | Trato de mejorar mi relación personal con los demás                         | A            | B            | <del>C</del> | D            | E |

|    |                                                                                                |              |              |              |              |              |
|----|------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------|--------------|--------------|--------------|--------------|
| 62 | Sueño despierto que las cosas van a mejorar                                                    | A            | <del>B</del> | C            | D            | E            |
| 63 | Cuando tengo problemas, no sé cómo enfrentarlos                                                | A            | <del>B</del> | C            | D            | E            |
| 64 | Ante los problemas, cambio mis cantidades de lo que como, bebo o duermo                        | <del>A</del> | B            | C            | D            | E            |
| 65 | Me reúno con las personas que tienen el mismo problema que yo                                  | <del>A</del> | B            | C            | D            | E            |
| 66 | Cuando tengo problemas, me aílo para poder evitados                                            | <del>A</del> | B            | C            | D            | E            |
| 67 | Me considero culpable de los problemas que me afectan                                          | A            | <del>B</del> | C            | D            | E            |
| 68 | Ante los problemas, evito que otros sepan cómo me siento                                       | A            | B            | C            | <del>D</del> | E            |
| 69 | Pido a Dios que cuide de mí                                                                    | A            | B            | C            | <del>D</del> | E            |
| 70 | Me siento contento(a) de cómo van las cosas                                                    | A            | B            | <del>C</del> | D            | E            |
| 71 | Hablo acerca del problema con personas que tengan más experiencia que yo                       | A            | <del>B</del> | C            | D            | E            |
| 72 | Consigo apoyo de otros, como de mis padres o amigos, para solucionar mis problemas             | A            | B            | C            | D            | <del>E</del> |
| 73 | Pienso en distintas formas de enfrentarme al problema                                          | A            | B            | <del>C</del> | D            | <del>E</del> |
| 74 | Me dedico a mis tareas en vez de salir                                                         | A            | B            | <del>C</del> | D            | E            |
| 75 | Me preocupo por el futuro del mundo                                                            | A            | B            | <del>C</del> | D            | E            |
| 76 | Procuro pasar más tiempo con la persona con quien me gusta salir                               | A            | <del>B</del> | C            | D            | E            |
| 77 | Hago lo que quieren mis amigos                                                                 | <del>A</del> | B            | C            | D            | E            |
| 78 | Me imagino que las cosas van a ir mejor                                                        | A            | B            | <del>C</del> | D            | E            |
| 79 | Sufro dolores de cabeza o de estómago                                                          | A            | <del>B</del> | C            | D            | E            |
| 80 | Encuentro una forma de aliviar la tensión; por ejemplo, llorar o gritar o beber o tomar drogas | <del>A</del> | B            | C            | D            | E            |

16 / *Femenino*

**Escala de Afrontamiento para Adolescentes**

**Instrucciones**

Los estudiantes suelen tener ciertas preocupaciones o problemas sobre temas diferentes, como la escuela, la familia, los amigos, el mundo en general, etc. En este cuestionario encontrarás una lista de formas diferentes con las que la gente de tu edad suele encarar una gama amplia de problemas o preocupaciones. Deberás indicar, marcando la letra correspondiente, las cosas que tú sueles hacer para enfrentarte a esos problemas o dificultades. En cada afirmación debes marcar con una "X" sobre la letra A, B, C, D o E según creas que es tu manera de reaccionar o de actuar frente a los problemas. No hay respuestas correctas o erróneas. No dediques mucho tiempo a cada frase; simplemente responde lo que crees que se ajusta mejor a tu forma de actuar.

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

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

|    |                                                                              |              |              |              |              |              |
|----|------------------------------------------------------------------------------|--------------|--------------|--------------|--------------|--------------|
| 1  | Hablo con otros para saber lo que ellos harían si tuviesen el mismo problema | A            | <del>B</del> | C            | D            | E            |
| 2  | Me dedico a resolver lo que está provocando el problema                      | A            | B            | C            | <del>D</del> | E            |
| 3  | Sigo con mis tareas como es debido                                           | A            | B            | C            | D            | <del>E</del> |
| 4  | Me preocupo por mi futuro                                                    | A            | B            | C            | <del>D</del> | E            |
| 5  | Me reúno con mis amigos más cercanos                                         | A            | B            | <del>C</del> | D            | E            |
| 6  | Trato de dar una buena impresión en las personas que me importan             | A            | <del>B</del> | C            | D            | E            |
| 7  | Espero que me ocurra lo mejor                                                | A            | <del>B</del> | C            | D            | E            |
| 8  | Como no puedo hacer nada para resolver el problema, no hago nada             | <del>A</del> | B            | C            | D            | E            |
| 9  | Me pongo a llorar y/o gritar                                                 | A            | B            | C            | <del>D</del> | E            |
| 10 | Organiza una acción en relación con mi problema                              | A            | <del>B</del> | C            | D            | E            |

|    |                                                                                                                         |                                       |                                       |                                       |                                       |                                       |
|----|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------|---------------------------------------|---------------------------------------|---------------------------------------|---------------------------------------|
| 11 | Escribo una carta a una persona que siento que me puede ayudar con mi problema                                          | A                                     | B                                     | <input checked="" type="checkbox"/> C | D                                     | E                                     |
| 12 | Ignoro el problema                                                                                                      | <input checked="" type="checkbox"/> A | B                                     | C                                     | D                                     | E                                     |
| 13 | Ante los problemas, tiendo a criticarme                                                                                 | A                                     | B                                     | C                                     | <input checked="" type="checkbox"/> D | E                                     |
| 14 | Guardo mis sentimientos para mí solo(a)                                                                                 | A                                     | <input checked="" type="checkbox"/> B | C                                     | D                                     | E                                     |
| 15 | Dejo que Dios me ayude con mis problemas                                                                                | A                                     | B                                     | C                                     | <input checked="" type="checkbox"/> D | E                                     |
| 16 | Pienso en aquéllos que tienen peores problemas, para que los míos no parezcan tan graves                                | <input checked="" type="checkbox"/> A | B                                     | C                                     | D                                     | E                                     |
| 17 | Pido consejo a una persona que tenga más conocimiento que yo                                                            | A                                     | <input checked="" type="checkbox"/> B | C                                     | D                                     | E                                     |
| 18 | Encuentro una forma de relajarme, como oír música, leer un libro, tocar un instrumento musical, ver la televisión, etc. | A                                     | B                                     | C                                     | D                                     | <input checked="" type="checkbox"/> E |
| 19 | Practico un deporte                                                                                                     | A                                     | B                                     | <input checked="" type="checkbox"/> C | D                                     | E                                     |
| 20 | Hablo con otros para apoyarnos mutuamente                                                                               | A                                     | B                                     | C                                     | <input checked="" type="checkbox"/> D | E                                     |
| 21 | Me dedico a resolver el problema utilizando todas mis capacidades                                                       | A                                     | B                                     | <input checked="" type="checkbox"/> C | D                                     | E                                     |
| 22 | Sigo asistiendo a clases                                                                                                | A                                     | B                                     | C                                     | D                                     | <input checked="" type="checkbox"/> E |
| 23 | Me preocupo por buscar mi felicidad                                                                                     | A                                     | B                                     | C                                     | <input checked="" type="checkbox"/> D | E                                     |
| 24 | Llamo a un(a) amigo(a) íntimo(a)                                                                                        | A                                     | B                                     | <input checked="" type="checkbox"/> C | D                                     | E                                     |
| 25 | Me preocupo por mis relaciones con los demás                                                                            | A                                     | B                                     | C                                     | <input checked="" type="checkbox"/> D | E                                     |
| 26 | Espero que un milagro resuelva mis problemas                                                                            | <input checked="" type="checkbox"/> A | B                                     | C                                     | D                                     | E                                     |
| 27 | Frente a los problemas, simplemente me doy por vencido(a)                                                               | A                                     | <input checked="" type="checkbox"/> B | C                                     | D                                     | E                                     |
| 28 | Intento sentirme mejor bebiendo alcohol, fumando o tomando drogas                                                       | A                                     | <input checked="" type="checkbox"/> B | C                                     | D                                     | E                                     |
| 29 | Organizo un grupo que se ocupe del problema                                                                             | <input checked="" type="checkbox"/> A | B                                     | C                                     | D                                     | E                                     |
| 30 | Decido ignorar conscientemente el problema                                                                              | A                                     | <input checked="" type="checkbox"/> B | C                                     | D                                     | E                                     |
| 31 | Me doy cuenta que yo mismo(a) me complico la vida frente a los problemas                                                | A                                     | B                                     | C                                     | D                                     | <input checked="" type="checkbox"/> E |
| 32 | Evito estar con la gente                                                                                                | A                                     | B                                     | <input checked="" type="checkbox"/> C | D                                     | E                                     |
| 33 | Pido ayuda y consejo para que se resuelvan mis problemas                                                                | A                                     | <input checked="" type="checkbox"/> B | C                                     | D                                     | E                                     |
| 34 | Me fijo en el aspecto positivo de las cosas y trato de pensar en las cosas buenas                                       | A                                     | B                                     | <input checked="" type="checkbox"/> C | D                                     | E                                     |

|    |                                                                             |                                     |                                     |                                     |                                     |                                     |
|----|-----------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------|-------------------------------------|-------------------------------------|-------------------------------------|-------------------------------------|
| 35 | Busco ayuda o consejo de un profesional para resolver los problemas         | <input checked="" type="checkbox"/> | B                                   | C                                   | D                                   | E                                   |
| 36 | Salgo y me divierto para olvidar mis dificultades                           | A                                   | B                                   | <input checked="" type="checkbox"/> | D                                   | E                                   |
| 37 | Realizo ejercicios para mantenerme en forma y con buena salud               | A                                   | B                                   | <input checked="" type="checkbox"/> | D                                   | E                                   |
| 38 | Busco ánimo en otras personas                                               | A                                   | B                                   | C                                   | <input checked="" type="checkbox"/> | F                                   |
| 39 | Considero otros puntos de vista y trato de tenerlos en cuenta               | A                                   | <input checked="" type="checkbox"/> | C                                   | D                                   | E                                   |
| 40 | Trabajo intensamente (Trabajo duro)                                         | A                                   | <input checked="" type="checkbox"/> | C                                   | D                                   | E                                   |
| 41 | Me preocupo por lo que está pasando                                         | A                                   | B                                   | C                                   | <input checked="" type="checkbox"/> | E                                   |
| 42 | Empiezo, o si ya existe, mejoro la relación con mi enamorado(a)             | A                                   | B                                   | C                                   | D                                   | <input checked="" type="checkbox"/> |
| 43 | Trato de adaptarme a mis amigos                                             | A                                   | B                                   | <input checked="" type="checkbox"/> | D                                   | E                                   |
| 44 | Espero que el problema se resuelva por si sólo                              | <input checked="" type="checkbox"/> | B                                   | C                                   | D                                   | E                                   |
| 45 | Me pongo mal (Me enfermo)                                                   | A                                   | <input checked="" type="checkbox"/> | C                                   | D                                   | E                                   |
| 46 | Culpo a los demás de mis problemas                                          | <input checked="" type="checkbox"/> | B                                   | C                                   | D                                   | E                                   |
| 47 | Me reúno con otras personas para analizar el problema                       | A                                   | B                                   | <input checked="" type="checkbox"/> | D                                   | E                                   |
| 48 | Saco el problema de mi mente                                                | A                                   | <input checked="" type="checkbox"/> | C                                   | D                                   | E                                   |
| 49 | Me siento culpable por los problemas que me ocurren                         | A                                   | B                                   | <input checked="" type="checkbox"/> | D                                   | E                                   |
| 50 | Evito que otros se enteren de lo que me preocupa                            | A                                   | <input checked="" type="checkbox"/> | C                                   | D                                   | E                                   |
| 51 | Leo la Biblia o un libro sagrado                                            | A                                   | <input checked="" type="checkbox"/> | C                                   | D                                   | E                                   |
| 52 | Trato de tener una visión positiva de la vida                               | A                                   | <input checked="" type="checkbox"/> | C                                   | D                                   | E                                   |
| 53 | Pido ayuda a un profesional                                                 | <input checked="" type="checkbox"/> | B                                   | C                                   | D                                   | E                                   |
| 54 | Me doy tiempo para hacer las cosas que me gustan                            | A                                   | B                                   | <input checked="" type="checkbox"/> | D                                   | E                                   |
| 55 | Hago ejercicios físicos para distraerme                                     | A                                   | B                                   | <input checked="" type="checkbox"/> | D                                   | E                                   |
| 56 | Hablo con otras personas sobre mi problema para que me ayuden a salir de él | A                                   | B                                   | C                                   | <input checked="" type="checkbox"/> | E                                   |
| 57 | Pienso en lo que estoy haciendo y por qué lo hago                           | A                                   | <input checked="" type="checkbox"/> | C                                   | D                                   | E                                   |
| 58 | Busco tener éxito en las cosas que estoy haciendo                           | A                                   | B                                   | C                                   | <input checked="" type="checkbox"/> | E                                   |
| 59 | Me preocupo por las cosas que me puedan pasar                               | A                                   | B                                   | C                                   | D                                   | <input checked="" type="checkbox"/> |
| 60 | Trato de hacerme amigo(a) íntimo(a) de un chico o de una chica              | A                                   | <input checked="" type="checkbox"/> | C                                   | D                                   | E                                   |
| 61 | Trato de mejorar mi relación personal con los demás                         | A                                   | B                                   | C                                   | <input checked="" type="checkbox"/> | E                                   |

|    |                                                                                                |                                     |                                     |                                     |                                     |                                     |
|----|------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------|-------------------------------------|-------------------------------------|-------------------------------------|-------------------------------------|
| 62 | Sueño despierto que las cosas van a mejorar                                                    | A                                   | B                                   | C                                   | <input checked="" type="checkbox"/> | E                                   |
| 63 | Cuando tengo problemas, no sé cómo enfrentarlos                                                | A                                   | B                                   | C                                   | D                                   | <input checked="" type="checkbox"/> |
| 64 | Ante los problemas, cambio mis cantidades de lo que como, bebo o duermo                        | A                                   | B                                   | C                                   | D                                   | <input checked="" type="checkbox"/> |
| 65 | Me reúno con las personas que tienen el mismo problema que yo                                  | A                                   | B                                   | <input checked="" type="checkbox"/> | D                                   | E                                   |
| 66 | Cuando tengo problemas, me aílo para poder evitados                                            | A                                   | B                                   | <input checked="" type="checkbox"/> | D                                   | E                                   |
| 67 | Me considero culpable de los problemas que me afectan                                          | A                                   | B                                   | C                                   | <input checked="" type="checkbox"/> | E                                   |
| 68 | Ante los problemas, evito que otros sepan cómo me siento                                       | A                                   | B                                   | <input checked="" type="checkbox"/> | D                                   | E                                   |
| 69 | Pido a Dios que cuide de mí                                                                    | A                                   | B                                   | C                                   | D                                   | <input checked="" type="checkbox"/> |
| 70 | Me siento contento(a) de cómo van las cosas                                                    | A                                   | B                                   | <input checked="" type="checkbox"/> | D                                   | E                                   |
| 71 | Hablo acerca del problema con personas que tengan más experiencia que yo                       | <input checked="" type="checkbox"/> | B                                   | C                                   | D                                   | E                                   |
| 72 | Consigo apoyo de otros, como de mis padres o amigos, para solucionar mis problemas             | A                                   | <input checked="" type="checkbox"/> | C                                   | D                                   | E                                   |
| 73 | Pienso en distintas formas de enfrentarme al problema                                          | A                                   | <input checked="" type="checkbox"/> | C                                   | D                                   | E                                   |
| 74 | Me dedico a mis tareas en vez de salir                                                         | A                                   | B                                   | <input checked="" type="checkbox"/> | D                                   | E                                   |
| 75 | Me preocupo por el futuro del mundo                                                            | A                                   | B                                   | <input checked="" type="checkbox"/> | D                                   | E                                   |
| 76 | Procuro pasar más tiempo con la persona con quien me gusta salir                               | A                                   | B                                   | C                                   | D                                   | <input checked="" type="checkbox"/> |
| 77 | Hago lo que quieren mis amigos                                                                 | A                                   | <input checked="" type="checkbox"/> | C                                   | D                                   | E                                   |
| 78 | Me imagino que las cosas van a ir mejor                                                        | A                                   | B                                   | <input checked="" type="checkbox"/> | D                                   | E                                   |
| 79 | Sufro dolores de cabeza o de estómago                                                          | A                                   | B                                   | C                                   | <input checked="" type="checkbox"/> | E                                   |
| 80 | Encuentro una forma de aliviar la tensión; por ejemplo, llorar o gritar o beber o tomar drogas | A                                   | B                                   | C                                   | D                                   | <input checked="" type="checkbox"/> |

16 / *Femenino*  
Escala de Afrontamiento para Adolescentes

**Instrucciones**

Los estudiantes suelen tener ciertas preocupaciones o problemas sobre temas diferentes, como la escuela, la familia, los amigos, el mundo en general, etc. En este cuestionario encontrarás una lista de formas diferentes con las que la gente de tu edad suele encarar una gama amplia de problemas o preocupaciones. Deberás indicar, marcando la letra correspondiente, las cosas que tú sueles hacer para enfrentarte a esos problemas o dificultades. En cada afirmación debes marcar con una "X" sobre la letra A, B, C, D o E según creas que es tu manera de reaccionar o de actuar frente a los problemas. No hay respuestas correctas o erróneas. No dediques mucho tiempo a cada frase; simplemente responde lo que crees que se ajusta mejor a tu forma de actuar.

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

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

|    |                                                                              |              |              |              |   |              |
|----|------------------------------------------------------------------------------|--------------|--------------|--------------|---|--------------|
| 1  | Hablo con otros para saber lo que ellos harían si tuviesen el mismo problema | <del>A</del> | B            | C            | D | E            |
| 2  | Me dedico a resolver lo que está provocando el problema                      | A            | <del>B</del> | C            | D | E            |
| 3  | Sigo con mis tareas como es debido                                           | A            | B            | C            | D | <del>E</del> |
| 4  | Me preocupo por mi futuro                                                    | A            | B            | <del>C</del> | D | E            |
| 5  | Me reúno con mis amigos más cercanos                                         | A            | <del>B</del> | C            | D | E            |
| 6  | Trato de dar una buena impresión en las personas que me importan             | A            | <del>B</del> | C            | D | E            |
| 7  | Espero que me ocurra lo mejor                                                | A            | B            | <del>C</del> | D | E            |
| 8  | Como no puedo hacer nada para resolver el problema, no hago nada             | A            | <del>B</del> | C            | D | E            |
| 9  | Me pongo a llorar y/o gritar                                                 | A            | <del>B</del> | C            | D | E            |
| 10 | Organiza una acción en relación con mi problema                              | <del>A</del> | B            | C            | D | E            |

|    |                                                                                                                         |              |              |              |              |              |
|----|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------|--------------|--------------|--------------|--------------|
| 11 | Escribo una carta a una persona que siento que me puede ayudar con mi problema                                          | A            | <del>B</del> | C            | D            | E            |
| 12 | Ignoro el problema                                                                                                      | A            | <del>B</del> | C            | D            | E            |
| 13 | Ante los problemas, tiendo a criticarme                                                                                 | A            | <del>B</del> | C            | D            | E            |
| 14 | Guardo mis sentimientos para mí solo(a)                                                                                 | A            | B            | C            | <del>D</del> | E            |
| 15 | Dejo que Dios me ayude con mis problemas                                                                                | A            | B            | <del>C</del> | D            | E            |
| 16 | Pienso en aquéllos que tienen peores problemas, para que los míos no parezcan tan graves                                | <del>A</del> | B            | C            | D            | E            |
| 17 | Pido consejo a una persona que tenga más conocimiento que yo                                                            | A            | B            | <del>C</del> | D            | E            |
| 18 | Encuentro una forma de relajarme, como oír música, leer un libro, tocar un instrumento musical, ver la televisión, etc. | A            | B            | C            | <del>D</del> | E            |
| 19 | Practico un deporte                                                                                                     | <del>A</del> | B            | C            | D            | E            |
| 20 | Hablo con otros para apoyarnos mutuamente                                                                               | A            | <del>B</del> | C            | D            | E            |
| 21 | Me dedico a resolver el problema utilizando todas mis capacidades                                                       | A            | B            | <del>C</del> | D            | E            |
| 22 | Sigo asistiendo a clases                                                                                                | A            | B            | C            | D            | <del>E</del> |
| 23 | Me preocupo por buscar mi felicidad                                                                                     | A            | B            | C            | <del>D</del> | E            |
| 24 | Llamo a un(a) amigo(a) íntimo(a)                                                                                        | A            | B            | <del>C</del> | D            | E            |
| 25 | Me preocupo por mis relaciones con los demás                                                                            | A            | <del>B</del> | C            | D            | E            |
| 26 | Espero que un milagro resuelva mis problemas                                                                            | <del>A</del> | B            | C            | D            | E            |
| 27 | Frente a los problemas, simplemente me doy por vencido(a)                                                               | A            | <del>B</del> | C            | D            | E            |
| 28 | Intento sentirme mejor bebiendo alcohol, fumando o tomando drogas                                                       | <del>A</del> | B            | C            | D            | E            |
| 29 | Organizo un grupo que se ocupe del problema                                                                             | <del>A</del> | B            | C            | D            | E            |
| 30 | Decido ignorar conscientemente el problema                                                                              | A            | <del>B</del> | C            | D            | E            |
| 31 | Me doy cuenta que yo mismo(a) me complico la vida frente a los problemas                                                | <del>A</del> | B            | C            | D            | E            |
| 32 | Evito estar con la gente                                                                                                | A            | B            | <del>C</del> | D            | E            |
| 33 | Pido ayuda y consejo para que se resuelvan mis problemas                                                                | <del>A</del> | B            | C            | D            | E            |
| 34 | Me fijo en el aspecto positivo de las cosas y trato de pensar en las cosas buenas                                       | A            | B            | C            | <del>D</del> | E            |

|    |                                                                             |                                     |                                     |                                     |                                     |   |
|----|-----------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------|-------------------------------------|-------------------------------------|-------------------------------------|---|
| 35 | Busco ayuda o consejo de un profesional para resolver los problemas         | <input checked="" type="checkbox"/> | B                                   | C                                   | D                                   | E |
| 36 | Salgo y me divierto para olvidar mis dificultades                           | <input checked="" type="checkbox"/> | B                                   | C                                   | D                                   | E |
| 37 | Realizo ejercicios para mantenerme en forma y con buena salud               | A                                   | B                                   | <input checked="" type="checkbox"/> | D                                   | E |
| 38 | Busco ánimo en otras personas                                               | A                                   | <input checked="" type="checkbox"/> | C                                   | D                                   | E |
| 39 | Considero otros puntos de vista y trato de tenerlos en cuenta               | A                                   | B                                   | <input checked="" type="checkbox"/> | D                                   | E |
| 40 | Trabajo intensamente (Trabajo duro)                                         | <input checked="" type="checkbox"/> | B                                   | C                                   | D                                   | E |
| 41 | Me preocupo por lo que está pasando                                         | A                                   | B                                   | <input checked="" type="checkbox"/> | D                                   | E |
| 42 | Empiezo, o si ya existe, mejoro la relación con mi enamorado(a)             | <input checked="" type="checkbox"/> | B                                   | C                                   | D                                   | E |
| 43 | Trato de adaptarme a mis amigos                                             | <input checked="" type="checkbox"/> | B                                   | C                                   | D                                   | E |
| 44 | Espero que el problema se resuelva por si sólo                              | <input checked="" type="checkbox"/> | B                                   | C                                   | D                                   | E |
| 45 | Me pongo mal (Me enfermo)                                                   | A                                   | <input checked="" type="checkbox"/> | C                                   | D                                   | E |
| 46 | Culpo a los demás de mis problemas                                          | <input checked="" type="checkbox"/> | B                                   | C                                   | D                                   | E |
| 47 | Me reúno con otras personas para analizar el problema                       | <input checked="" type="checkbox"/> | B                                   | C                                   | D                                   | E |
| 48 | Saco el problema de mi mente                                                | A                                   | <input checked="" type="checkbox"/> | C                                   | D                                   | E |
| 49 | Me siento culpable por los problemas que me ocurren                         | A                                   | <input checked="" type="checkbox"/> | C                                   | D                                   | E |
| 50 | Evito que otros se enteren de lo que me preocupa                            | A                                   | <input checked="" type="checkbox"/> | C                                   | D                                   | E |
| 51 | Leo la Biblia o un libro sagrado                                            | A                                   | B                                   | <input checked="" type="checkbox"/> | D                                   | E |
| 52 | Trato de tener una visión positiva de la vida                               | A                                   | B                                   | <input checked="" type="checkbox"/> | D                                   | E |
| 53 | Pido ayuda a un profesional                                                 | <input checked="" type="checkbox"/> | B                                   | C                                   | D                                   | E |
| 54 | Me doy tiempo para hacer las cosas que me gustan                            | A                                   | B                                   | C                                   | <input checked="" type="checkbox"/> | E |
| 55 | Hago ejercicios físicos para distraerme                                     | A                                   | <input checked="" type="checkbox"/> | C                                   | D                                   | E |
| 56 | Hablo con otras personas sobre mi problema para que me ayuden a salir de él | <input checked="" type="checkbox"/> | B                                   | C                                   | D                                   | E |
| 57 | Pienso en lo que estoy haciendo y por qué lo hago                           | A                                   | B                                   | <input checked="" type="checkbox"/> | D                                   | E |
| 58 | Busco tener éxito en las cosas que estoy haciendo                           | A                                   | B                                   | <input checked="" type="checkbox"/> | D                                   | E |
| 59 | Me preocupo por las cosas que me puedan pasar                               | A                                   | B                                   | <input checked="" type="checkbox"/> | D                                   | E |
| 60 | Trato de hacerme amigo(a) íntimo(a) de un chico o de una chica              | <input checked="" type="checkbox"/> | B                                   | C                                   | D                                   | E |
| 61 | Trato de mejorar mi relación personal con los demás                         | A                                   | <input checked="" type="checkbox"/> | C                                   | D                                   | E |

17/ femenino  
Escala de Afrontamiento para Adolescentes

**Instrucciones**

Los estudiantes suelen tener ciertas preocupaciones o problemas sobre temas diferentes, como la escuela, la familia, los amigos, el mundo en general, etc. En este cuestionario encontrarás una lista de formas diferentes con las que la gente de tu edad suele encarar una gama amplia de problemas o preocupaciones. Deberás indicar, marcando la letra correspondiente, las cosas que tú sueles hacer para enfrentarte a esos problemas o dificultades. En cada afirmación debes marcar con una "X" sobre la letra A, B, C, D o E según creas que es tu manera de reaccionar o de actuar frente a los problemas. No hay respuestas correctas o erróneas. No dediques mucho tiempo a cada frase; simplemente responde lo que crees que se ajusta mejor a tu forma de actuar.

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

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

|    |                                                                              |   |   |                                     |                                     |   |
|----|------------------------------------------------------------------------------|---|---|-------------------------------------|-------------------------------------|---|
| 1  | Hablo con otros para saber lo que ellos harían si tuviesen el mismo problema | A | B | <input checked="" type="checkbox"/> | D                                   | E |
| 2  | Me dedico a resolver lo que está provocando el problema                      | A | B | <input checked="" type="checkbox"/> | D                                   | E |
| 3  | Sigo con mis tareas como es debido                                           | A | B | <input checked="" type="checkbox"/> | D                                   | E |
| 4  | Me preocupo por mi futuro                                                    | A | B | C                                   | <input checked="" type="checkbox"/> | E |
| 5  | Me reúno con mis amigos más cercanos                                         | A | B | C                                   | <input checked="" type="checkbox"/> | E |
| 6  | Trato de dar una buena impresión en las personas que me importan             | A | B | <input checked="" type="checkbox"/> | D                                   | E |
| 7  | Espero que me ocurra lo mejor                                                | A | B | C                                   | <input checked="" type="checkbox"/> | E |
| 8  | Como no puedo hacer nada para resolver el problema, no hago nada             | A | B | <input checked="" type="checkbox"/> | D                                   | E |
| 9  | Me pongo a llorar y/o gritar                                                 | A | B | C                                   | <input checked="" type="checkbox"/> | E |
| 10 | Organiza una acción en relación con mi problema                              | A | B | <input checked="" type="checkbox"/> | D                                   | E |

|    |                                                                                                                         |                                       |                                       |                                       |                                       |   |
|----|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------|---------------------------------------|---------------------------------------|---------------------------------------|---|
| 11 | Escribo una carta a una persona que siento que me puede ayudar con mi problema                                          | A                                     | <input checked="" type="checkbox"/> B | C                                     | D                                     | E |
| 12 | Ignoro el problema                                                                                                      | A                                     | B                                     | <input checked="" type="checkbox"/> C | D                                     | E |
| 13 | Ante los problemas, tiendo a criticarme                                                                                 | A                                     | B                                     | <input checked="" type="checkbox"/> C | D                                     | E |
| 14 | Guardo mis sentimientos para mí solo(a)                                                                                 | A                                     | B                                     | <input checked="" type="checkbox"/> C | <input checked="" type="checkbox"/> D | E |
| 15 | Dejo que Dios me ayude con mis problemas                                                                                | A                                     | B                                     | <input checked="" type="checkbox"/> C | D                                     | E |
| 16 | Pienso en aquéllos que tienen peores problemas, para que los míos no parezcan tan graves                                | A                                     | B                                     | <input checked="" type="checkbox"/> C | D                                     | E |
| 17 | Pido consejo a una persona que tenga más conocimiento que yo                                                            | A                                     | B                                     | <input checked="" type="checkbox"/> C | D                                     | E |
| 18 | Encuentro una forma de relajarme, como oír música, leer un libro, tocar un instrumento musical, ver la televisión, etc. | A                                     | B                                     | <input checked="" type="checkbox"/> C | D                                     | E |
| 19 | Practico un deporte                                                                                                     | A                                     | B                                     | <input checked="" type="checkbox"/> C | D                                     | E |
| 20 | Hablo con otros para apoyarnos mutuamente                                                                               | A                                     | B                                     | <input checked="" type="checkbox"/> C | D                                     | E |
| 21 | Me dedico a resolver el problema utilizando todas mis capacidades                                                       | A                                     | B                                     | <input checked="" type="checkbox"/> C | D                                     | E |
| 22 | Sigo asistiendo a clases                                                                                                | A                                     | B                                     | C                                     | <input checked="" type="checkbox"/> D | E |
| 23 | Me preocupo por buscar mi felicidad                                                                                     | A                                     | B                                     | C                                     | <input checked="" type="checkbox"/> D | E |
| 24 | Llamo a un(a) amigo(a) íntimo(a)                                                                                        | A                                     | B                                     | <input checked="" type="checkbox"/> C | D                                     | E |
| 25 | Me preocupo por mis relaciones con los demás                                                                            | A                                     | B                                     | <input checked="" type="checkbox"/> C | D                                     | E |
| 26 | Espero que un milagro resuelva mis problemas                                                                            | A                                     | B                                     | <input checked="" type="checkbox"/> C | D                                     | E |
| 27 | Frente a los problemas, simplemente me doy por vencido(a)                                                               | A                                     | B                                     | <input checked="" type="checkbox"/> C | D                                     | E |
| 28 | Intento sentirme mejor bebiendo alcohol, fumando o tomando drogas                                                       | <input checked="" type="checkbox"/> A | B                                     | C                                     | D                                     | E |
| 29 | Organizo un grupo que se ocupe del problema                                                                             | A                                     | <input checked="" type="checkbox"/> B | C                                     | D                                     | E |
| 30 | Decido ignorar conscientemente el problema                                                                              | A                                     | B                                     | <input checked="" type="checkbox"/> C | D                                     | E |
| 31 | Me doy cuenta que yo mismo(a) me complico la vida frente a los problemas                                                | A                                     | B                                     | <input checked="" type="checkbox"/> C | D                                     | E |
| 32 | Evito estar con la gente                                                                                                | A                                     | B                                     | <input checked="" type="checkbox"/> C | D                                     | E |
| 33 | Pido ayuda y consejo para que se resuelvan mis problemas                                                                | A                                     | B                                     | <input checked="" type="checkbox"/> C | D                                     | E |
| 34 | Me fijo en el aspecto positivo de las cosas y trato de pensar en las cosas buenas                                       | A                                     | B                                     | <input checked="" type="checkbox"/> C | D                                     | E |

|    |                                                                             |   |                                     |                                     |                                     |   |
|----|-----------------------------------------------------------------------------|---|-------------------------------------|-------------------------------------|-------------------------------------|---|
| 35 | Busco ayuda o consejo de un profesional para resolver los problemas         | A | <input checked="" type="checkbox"/> | C                                   | D                                   | E |
| 36 | Salgo y me divierto para olvidar mis dificultades                           | A | B                                   | <input checked="" type="checkbox"/> | D                                   | E |
| 37 | Realizo ejercicios para mantenerme en forma y con buena salud               | A | B                                   | <input checked="" type="checkbox"/> | D                                   | E |
| 38 | Busco ánimo en otras personas                                               | A | B                                   | <input checked="" type="checkbox"/> | D                                   | E |
| 39 | Considero otros puntos de vista y trato de tenerlos en cuenta               | A | B                                   | <input checked="" type="checkbox"/> | D                                   | E |
| 40 | Trabajo intensamente (Trabajo duro)                                         | A | <input checked="" type="checkbox"/> | C                                   | D                                   | E |
| 41 | Me preocupo por lo que está pasando                                         | A | B                                   | C                                   | <input checked="" type="checkbox"/> | E |
| 42 | Empiezo, o si ya existe, mejoro la relación con mi enamorado(a)             | A | B                                   | <input checked="" type="checkbox"/> | D                                   | E |
| 43 | Trato de adaptarme a mis amigos                                             | A | B                                   | <input checked="" type="checkbox"/> | D                                   | E |
| 44 | Espero que el problema se resuelva por si sólo                              | A | B                                   | <input checked="" type="checkbox"/> | D                                   | E |
| 45 | Me pongo mal (Me enfermo)                                                   | A | <input checked="" type="checkbox"/> | C                                   | D                                   | E |
| 46 | Culpo a los demás de mis problemas                                          | A | B                                   | <input checked="" type="checkbox"/> | D                                   | E |
| 47 | Me reúno con otras personas para analizar el problema                       | A | B                                   | <input checked="" type="checkbox"/> | D                                   | E |
| 48 | Saco el problema de mi mente                                                | A | B                                   | <input checked="" type="checkbox"/> | D                                   | E |
| 49 | Me siento culpable por los problemas que me ocurren                         | A | B                                   | C                                   | <input checked="" type="checkbox"/> | E |
| 50 | Evito que otros se enteren de lo que me preocupa                            | A | <input checked="" type="checkbox"/> | C                                   | D                                   | E |
| 51 | Leo la Biblia o un libro sagrado                                            | A | B                                   | <input checked="" type="checkbox"/> | D                                   | E |
| 52 | Trato de tener una visión positiva de la vida                               | A | <input checked="" type="checkbox"/> | C                                   | D                                   | E |
| 53 | Pido ayuda a un profesional                                                 | A | B                                   | C                                   | <input checked="" type="checkbox"/> | E |
| 54 | Me doy tiempo para hacer las cosas que me gustan                            | A | <input checked="" type="checkbox"/> | C                                   | D                                   | E |
| 55 | Hago ejercicios físicos para distraerme                                     | A | <input checked="" type="checkbox"/> | C                                   | D                                   | E |
| 56 | Hablo con otras personas sobre mi problema para que me ayuden a salir de él | A | <input checked="" type="checkbox"/> | C                                   | D                                   | E |
| 57 | Pienso en lo que estoy haciendo y por qué lo hago                           | A | B                                   | <input checked="" type="checkbox"/> | D                                   | E |
| 58 | Busco tener éxito en las cosas que estoy haciendo                           | A | B                                   | <input checked="" type="checkbox"/> | D                                   | E |
| 59 | Me preocupo por las cosas que me puedan pasar                               | A | B                                   | <input checked="" type="checkbox"/> | D                                   | E |
| 60 | Trato de hacerme amigo(a) íntimo(a) de un chico o de una chica              | A | <input checked="" type="checkbox"/> | C                                   | D                                   | E |
| 61 | Trato de mejorar mi relación personal con los demás                         | A | B                                   | <input checked="" type="checkbox"/> | D                                   | E |

|    |                                                                                                |   |                                     |                                     |   |   |
|----|------------------------------------------------------------------------------------------------|---|-------------------------------------|-------------------------------------|---|---|
| 62 | Sueño despierto que las cosas van a mejorar                                                    | A | B                                   | <input checked="" type="checkbox"/> | D | E |
| 63 | Cuando tengo problemas, no sé cómo enfrentarlos                                                | A | B                                   | <input checked="" type="checkbox"/> | D | E |
| 64 | Ante los problemas, cambio mis cantidades de lo que como, bebo o duermo                        | A | B                                   | <input checked="" type="checkbox"/> | D | E |
| 65 | Me reúno con las personas que tienen el mismo problema que yo                                  | A | B                                   | <input checked="" type="checkbox"/> | D | E |
| 66 | Cuando tengo problemas, me aílo para poder evitados                                            | A | B                                   | <input checked="" type="checkbox"/> | D | E |
| 67 | Me considero culpable de los problemas que me afectan                                          | A | B                                   | <input checked="" type="checkbox"/> | D | E |
| 68 | Ante los problemas, evito que otros sepan cómo me siento                                       | A | B                                   | <input checked="" type="checkbox"/> | D | E |
| 69 | Pido a Dios que cuide de mí                                                                    | A | B                                   | <input checked="" type="checkbox"/> | D | E |
| 70 | Me siento contento(a) de cómo van las cosas                                                    | A | B                                   | <input checked="" type="checkbox"/> | D | E |
| 71 | Hablo acerca del problema con personas que tengan más experiencia que yo                       | A | B                                   | <input checked="" type="checkbox"/> | D | E |
| 72 | Consigo apoyo de otros, como de mis padres o amigos, para solucionar mis problemas             | A | B                                   | <input checked="" type="checkbox"/> | D | E |
| 73 | Pienso en distintas formas de enfrentarme al problema                                          | A | B                                   | <input checked="" type="checkbox"/> | D | E |
| 74 | Me dedico a mis tareas en vez de salir                                                         | A | B                                   | <input checked="" type="checkbox"/> | D | E |
| 75 | Me preocupo por el futuro del mundo                                                            | A | B                                   | <input checked="" type="checkbox"/> | D | E |
| 76 | Procuro pasar más tiempo con la persona con quien me gusta salir                               | A | B                                   | <input checked="" type="checkbox"/> | D | E |
| 77 | Hago lo que quieren mis amigos                                                                 | A | <input checked="" type="checkbox"/> | C                                   | D | E |
| 78 | Me imagino que las cosas van a ir mejor                                                        | A | B                                   | <input checked="" type="checkbox"/> | D | E |
| 79 | Sufro dolores de cabeza o de estómago                                                          | A | B                                   | <input checked="" type="checkbox"/> | D | E |
| 80 | Encuentro una forma de aliviar la tensión; por ejemplo, llorar o gritar o beber o tomar drogas | A | B                                   | <input checked="" type="checkbox"/> | D | E |

16-femenino  
Escala de Afrontamiento para Adolescentes

**Instrucciones**

Los estudiantes suelen tener ciertas preocupaciones o problemas sobre temas diferentes, como la escuela, la familia, los amigos, el mundo en general, etc. En este cuestionario encontrarás una lista de formas diferentes con las que la gente de tu edad suele encarar una gama amplia de problemas o preocupaciones. Deberás indicar, marcando la letra correspondiente, las cosas que tú sueles hacer para enfrentarte a esos problemas o dificultades. En cada afirmación debes marcar con una "X" sobre la letra A, B, C, D o E según creas que es tu manera de reaccionar o de actuar frente a los problemas. No hay respuestas correctas o erróneas. No dediques mucho tiempo a cada frase; simplemente responde lo que crees que se ajusta mejor a tu forma de actuar.

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

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

|    |                                                                              |   |                                     |                                     |                                     |                                     |
|----|------------------------------------------------------------------------------|---|-------------------------------------|-------------------------------------|-------------------------------------|-------------------------------------|
| 1  | Hablo con otros para saber lo que ellos harían si tuviesen el mismo problema | A | <input checked="" type="checkbox"/> | C                                   | D                                   | E                                   |
| 2  | Me dedico a resolver lo que está provocando el problema                      | A | B                                   | C                                   | <input checked="" type="checkbox"/> | E                                   |
| 3  | Sigo con mis tareas como es debido                                           | A | B                                   | C                                   | <input checked="" type="checkbox"/> | E                                   |
| 4  | Me preocupo por mi futuro                                                    | A | B                                   | C                                   | D                                   | <input checked="" type="checkbox"/> |
| 5  | Me reúno con mis amigos más cercanos                                         | A | B                                   | <input checked="" type="checkbox"/> | D                                   | E                                   |
| 6  | Trato de dar una buena impresión en las personas que me importan             | A | B                                   | C                                   | <input checked="" type="checkbox"/> | E                                   |
| 7  | Espero que me ocurra lo mejor                                                | A | B                                   | <input checked="" type="checkbox"/> | D                                   | E                                   |
| 8  | Como no puedo hacer nada para resolver el problema, no hago nada             | A | B                                   | <input checked="" type="checkbox"/> | D                                   | E                                   |
| 9  | Me pongo a llorar y/o gritar                                                 | A | <input checked="" type="checkbox"/> | C                                   | D                                   | E                                   |
| 10 | Organiza una acción en relación con mi problema                              | A | B                                   | C                                   | <input checked="" type="checkbox"/> | E                                   |

|    |                                                                                                                         |                                     |                                     |                                     |                                     |                                     |
|----|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------|-------------------------------------|-------------------------------------|-------------------------------------|-------------------------------------|
| 11 | Escribo una carta a una persona que siento que me puede ayudar con mi problema                                          | <input checked="" type="checkbox"/> | B                                   | C                                   | D                                   | E                                   |
| 12 | Ignoro el problema                                                                                                      | A                                   | <input checked="" type="checkbox"/> | C                                   | D                                   | E                                   |
| 13 | Ante los problemas, tiendo a criticarme                                                                                 | A                                   | B                                   | <input checked="" type="checkbox"/> | D                                   | E                                   |
| 14 | Guardo mis sentimientos para mí solo(a)                                                                                 | A                                   | B                                   | C                                   | D                                   | <input checked="" type="checkbox"/> |
| 15 | Dejo que Dios me ayude con mis problemas                                                                                | A                                   | <input checked="" type="checkbox"/> | C                                   | D                                   | E                                   |
| 16 | Pienso en aquéllos que tienen peores problemas, para que los míos no parezcan tan graves                                | A                                   | B                                   | C                                   | <input checked="" type="checkbox"/> | E                                   |
| 17 | Pido consejo a una persona que tenga más conocimiento que yo                                                            | A                                   | <input checked="" type="checkbox"/> | C                                   | D                                   | E                                   |
| 18 | Encuentro una forma de relajarme, como oír música, leer un libro, tocar un instrumento musical, ver la televisión, etc. | A                                   | B                                   | C                                   | D                                   | <input checked="" type="checkbox"/> |
| 19 | Practico un deporte                                                                                                     | <input checked="" type="checkbox"/> | B                                   | C                                   | D                                   | E                                   |
| 20 | Hablo con otros para apoyarnos mutuamente                                                                               | <input checked="" type="checkbox"/> | B                                   | C                                   | D                                   | E                                   |
| 21 | Me dedico a resolver el problema utilizando todas mis capacidades                                                       | A                                   | B                                   | C                                   | <input checked="" type="checkbox"/> | E                                   |
| 22 | Sigo asistiendo a clases                                                                                                | A                                   | B                                   | C                                   | D                                   | <input checked="" type="checkbox"/> |
| 23 | Me preocupo por buscar mi felicidad                                                                                     | A                                   | B                                   | <input checked="" type="checkbox"/> | D                                   | E                                   |
| 24 | Llamo a un(a) amigo(a) íntimo(a)                                                                                        | A                                   | <input checked="" type="checkbox"/> | C                                   | D                                   | E                                   |
| 25 | Me preocupo por mis relaciones con los demás                                                                            | A                                   | B                                   | <input checked="" type="checkbox"/> | D                                   | E                                   |
| 26 | Espero que un milagro resuelva mis problemas                                                                            | A                                   | <input checked="" type="checkbox"/> | C                                   | D                                   | E                                   |
| 27 | Frente a los problemas, simplemente me doy por vencido(a)                                                               | A                                   | <input checked="" type="checkbox"/> | C                                   | D                                   | E                                   |
| 28 | Intento sentirme mejor bebiendo alcohol, fumando o tomando drogas                                                       | <input checked="" type="checkbox"/> | B                                   | C                                   | D                                   | E                                   |
| 29 | Organizo un grupo que se ocupe del problema                                                                             | <input checked="" type="checkbox"/> | B                                   | C                                   | D                                   | E                                   |
| 30 | Decido ignorar conscientemente el problema                                                                              | A                                   | <input checked="" type="checkbox"/> | C                                   | D                                   | E                                   |
| 31 | Me doy cuenta que yo mismo(a) me complico la vida frente a los problemas                                                | A                                   | <input checked="" type="checkbox"/> | C                                   | D                                   | E                                   |
| 32 | Evito estar con la gente                                                                                                | A                                   | B                                   | <input checked="" type="checkbox"/> | D                                   | E                                   |
| 33 | Pido ayuda y consejo para que se resuelvan mis problemas                                                                | <input checked="" type="checkbox"/> | B                                   | C                                   | D                                   | E                                   |
| 34 | Me fijo en el aspecto positivo de las cosas y trato de pensar en las cosas buenas                                       | A                                   | B                                   | <input checked="" type="checkbox"/> | D                                   | E                                   |

|    |                                                                             |                                     |                                     |                                     |                                     |   |
|----|-----------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------|-------------------------------------|-------------------------------------|-------------------------------------|---|
| 35 | Busco ayuda o consejo de un profesional para resolver los problemas         | <input checked="" type="checkbox"/> | B                                   | C                                   | D                                   | E |
| 36 | Salgo y me divierto para olvidar mis dificultades                           | A                                   | <input checked="" type="checkbox"/> | C                                   | D                                   | E |
| 37 | Realizo ejercicios para mantenerme en forma y con buena salud               | <input checked="" type="checkbox"/> | B                                   | C                                   | D                                   | E |
| 38 | Busco ánimo en otras personas                                               | A                                   | B                                   | <input checked="" type="checkbox"/> | D                                   | E |
| 39 | Considero otros puntos de vista y trato de tenerlos en cuenta               | A                                   | <input checked="" type="checkbox"/> | C                                   | D                                   | E |
| 40 | Trabajo intensamente (Trabajo duro)                                         | A                                   | B                                   | <input checked="" type="checkbox"/> | D                                   | E |
| 41 | Me preocupo por lo que está pasando                                         | A                                   | B                                   | C                                   | <input checked="" type="checkbox"/> | E |
| 42 | Empiezo, o si ya existe, mejoro la relación con mi enamorado(a)             | <input checked="" type="checkbox"/> | B                                   | C                                   | D                                   | E |
| 43 | Trato de adaptarme a mis amigos                                             | A                                   | B                                   | C                                   | <input checked="" type="checkbox"/> | E |
| 44 | Espero que el problema se resuelva por sí sólo                              | A                                   | <input checked="" type="checkbox"/> | C                                   | D                                   | E |
| 45 | Me pongo mal (Me enfermo)                                                   | A                                   | B                                   | <input checked="" type="checkbox"/> | D                                   | E |
| 46 | Culpo a los demás de mis problemas                                          | A                                   | <input checked="" type="checkbox"/> | C                                   | D                                   | E |
| 47 | Me reúno con otras personas para analizar el problema                       | <input checked="" type="checkbox"/> | B                                   | C                                   | D                                   | E |
| 48 | Saco el problema de mi mente                                                | A                                   | B                                   | <input checked="" type="checkbox"/> | D                                   | E |
| 49 | Me siento culpable por los problemas que me ocurren                         | A                                   | B                                   | C                                   | <input checked="" type="checkbox"/> | E |
| 50 | Evito que otros se enteren de lo que me preocupa                            | A                                   | B                                   | C                                   | <input checked="" type="checkbox"/> | E |
| 51 | Leo la Biblia o un libro sagrado                                            | A                                   | <input checked="" type="checkbox"/> | C                                   | D                                   | E |
| 52 | Trato de tener una visión positiva de la vida                               | A                                   | B                                   | <input checked="" type="checkbox"/> | D                                   | E |
| 53 | Pido ayuda a un profesional                                                 | <input checked="" type="checkbox"/> | B                                   | C                                   | D                                   | E |
| 54 | Me doy tiempo para hacer las cosas que me gustan                            | A                                   | B                                   | <input checked="" type="checkbox"/> | D                                   | E |
| 55 | Hago ejercicios físicos para distraerme                                     | A                                   | <input checked="" type="checkbox"/> | C                                   | D                                   | E |
| 56 | Hablo con otras personas sobre mi problema para que me ayuden a salir de él | <input checked="" type="checkbox"/> | B                                   | C                                   | D                                   | E |
| 57 | Pienso en lo que estoy haciendo y por qué lo hago                           | A                                   | B                                   | <input checked="" type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> | E |
| 58 | Busco tener éxito en las cosas que estoy haciendo                           | A                                   | B                                   | <input checked="" type="checkbox"/> | D                                   | E |
| 59 | Me preocupo por las cosas que me puedan pasar                               | A                                   | B                                   | C                                   | <input checked="" type="checkbox"/> | E |
| 60 | Trato de hacerme amigo(a) íntimo(a) de un chico o de una chica              | A                                   | <input checked="" type="checkbox"/> | C                                   | D                                   | E |
| 61 | Trato de mejorar mi relación personal con los demás                         | A                                   | B                                   | <input checked="" type="checkbox"/> | D                                   | E |

|    |                                                                                                |                                     |                                     |                                     |                                     |                                     |
|----|------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------|-------------------------------------|-------------------------------------|-------------------------------------|-------------------------------------|
| 62 | Sueño despierto que las cosas van a mejorar                                                    | A                                   | B                                   | <input checked="" type="checkbox"/> | D                                   | E                                   |
| 63 | Cuando tengo problemas, no sé cómo enfrentarlos                                                | A                                   | <input checked="" type="checkbox"/> | C                                   | D                                   | E                                   |
| 64 | Ante los problemas, cambio mis cantidades de lo que como, bebo o duermo                        | A                                   | B                                   | C                                   | <input checked="" type="checkbox"/> | E                                   |
| 65 | Me reúno con las personas que tienen el mismo problema que yo                                  | <input checked="" type="checkbox"/> | B                                   | C                                   | D                                   | E                                   |
| 66 | Cuando tengo problemas, me aíso para poder evitados                                            | A                                   | <input checked="" type="checkbox"/> | C                                   | D                                   | E                                   |
| 67 | Me considero culpable de los problemas que me afectan                                          | A                                   | B                                   | C                                   | <input checked="" type="checkbox"/> | E                                   |
| 68 | Ante los problemas, evito que otros sepan cómo me siento                                       | A                                   | B                                   | C                                   | D                                   | <input checked="" type="checkbox"/> |
| 69 | Pido a Dios que cuide de mí                                                                    | A                                   | B                                   | <input checked="" type="checkbox"/> | D                                   | E                                   |
| 70 | Me siento contento(a) de cómo van las cosas                                                    | A                                   | B                                   | <input checked="" type="checkbox"/> | D                                   | E                                   |
| 71 | Hablo acerca del problema con personas que tengan más experiencia que yo                       | A                                   | <input checked="" type="checkbox"/> | C                                   | D                                   | E                                   |
| 72 | Consigo apoyo de otros, como de mis padres o amigos, para solucionar mis problemas             | A                                   | <input checked="" type="checkbox"/> | C                                   | D                                   | E                                   |
| 73 | Pienso en distintas formas de enfrentarme al problema                                          | A                                   | B                                   | C                                   | D                                   | <input checked="" type="checkbox"/> |
| 74 | Me dedico a mis tareas en vez de salir                                                         | A                                   | B                                   | C                                   | D                                   | <input checked="" type="checkbox"/> |
| 75 | Me preocupo por el futuro del mundo                                                            | A                                   | B                                   | C                                   | <input checked="" type="checkbox"/> | E                                   |
| 76 | Procuro pasar más tiempo con la persona con quien me gusta salir                               | A                                   | <input checked="" type="checkbox"/> | C                                   | <input checked="" type="checkbox"/> | E                                   |
| 77 | Hago lo que quieren mis amigos                                                                 | A                                   | B                                   | <input checked="" type="checkbox"/> | D                                   | E                                   |
| 78 | Me imagino que las cosas van a ir mejor                                                        | A                                   | B                                   | <input checked="" type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> | E                                   |
| 79 | Sufro dolores de cabeza o de estómago                                                          | <input checked="" type="checkbox"/> | B                                   | C                                   | D                                   | E                                   |
| 80 | Encuentro una forma de aliviar la tensión; por ejemplo, llorar o gritar o beber o tomar drogas | <input checked="" type="checkbox"/> | B                                   | C                                   | D                                   | E                                   |

## ANEXO 9

### CONSENTIMIENTO INFORMADO DE LOS PADRES O APODERADOS

#### Consentimiento informado para evaluación psicológica: Padres de los participantes

Yo, Nelly Mudarra Monzón, con DNI N° 43843224, padre, madre o apoderado del menor Davis Anticona Mudarra de 16 años de edad, acepto de manera voluntaria que mi hijo(a) participe en el proceso de evaluación psicológica que será realizada por la Bachiller en Psicología Thalia Mercado Jave de la Facultad de Psicología de la Universidad de Huánuco. La evaluación se realizará con la finalidad de recopilar datos parte del estudio de Investigación denominada: **Estrategias de Afrontamiento y Ansiedad en los estudiantes de la IE Santo Domingo de Guzmán.**

Me han informado que las condiciones del proceso de evaluación son las siguientes:

- El proceso de evaluación no perjudicará la integridad del evaluado(a).
- El evaluador responsable de la aplicación del instrumento se compromete a no revelar la identidad del evaluado en ningún momento del proceso, ni después de finalizado el mismo.
- El aplicador de la evaluación podrá dar información oral al padre y/o madre del evaluado(a), una vez terminado el proceso de evaluación, siempre y cuando cuente con la autorización y asesoría del profesor del curso.
- El instrumento de evaluación denominado: **Escala de Ansiedad Manifiesta en Niños - CMASR**, el cual tendrá un tiempo aproximadamente 20 a 40 minutos de aplicación.
- El instrumento de evaluación denominado: **Escala de Afrontamiento para Adolescentes (ACS)**, el cual tendrá un tiempo aproximadamente 10 a 15 minutos de aplicación.
- Para cualquier información adicional y/o dificultad, el padre, madre o apoderado puede contactarse con el evaluador al correo electrónico 1201421957@udh.edu.pe

  
Firma del padre, madre o apoderado

**Consentimiento informado para evaluación psicológica:  
Padres de los participantes**

Yo, Neila Mily Barroso Jara, con DNI N° 45579770 padre, madre o apoderado del menor Manuela Peralta Barroso de 15 años de edad, acepto de manera voluntaria que mi hijo(a) participe en el proceso de evaluación psicológica que será realizada por la Bachiller en Psicología Thalia Mercado Jave de la Facultad de Psicología de la Universidad de Huánuco. La evaluación se realizará con la finalidad de recopilar datos parte del estudio de Investigación denominada: **Estrategias de Afrontamiento y Ansiedad en los estudiantes de la IE Santo Domingo de Guzmán.**

Me han informado que las condiciones del proceso de evaluación son las siguientes:

- El proceso de evaluación no perjudicará la integridad del evaluado(a).
- El evaluador responsable de la aplicación del instrumento se compromete a no revelar la identidad del evaluado en ningún momento del proceso, ni después de finalizado el mismo.
- El aplicador de la evaluación podrá dar información oral al padre y/o madre del evaluado(a), una vez terminado el proceso de evaluación, siempre y cuando cuente con la autorización y asesoría del profesor del curso.
- El instrumento de evaluación denominado: **Escala de Ansiedad Manifiesta en Niños - CMASR**, el cual tendrá un tiempo aproximadamente 20 a 40 minutos de aplicación.
- El instrumento de evaluación denominado: **Escala de Afrontamiento para Adolescentes (ACS)**, el cual tendrá un tiempo aproximadamente 10 a 15 minutos de aplicación.
- Para cualquier información adicional y/o dificultad, el padre, madre o apoderado puede contactarse con el evaluador al correo electrónico [1201421957@udh.edu.pe](mailto:1201421957@udh.edu.pe)

  
Firma del padre, madre o apoderado

**Consentimiento informado para evaluación psicológica:  
Padres de los participantes**

Yo, Luz Vega Chuquiviguel, con DNI N° 43593479, padre, madre o apoderado del menor Ariana Peredes Vega de 14 años de edad, acepto de manera voluntaria que mi hijo(a) participe en el proceso de evaluación psicológica que será realizada por la Bachiller en Psicología Thalia Mercado Jave de la Facultad de Psicología de la Universidad de Huánuco. La evaluación se realizará con la finalidad de recopilar datos parte del estudio de Investigación denominada: **Estrategias de Afrontamiento y Ansiedad en los estudiantes de la IE Santo Domingo de Guzmán.**

Me han informado que las condiciones del proceso de evaluación son las siguientes:

- El proceso de evaluación no perjudicará la integridad del evaluado(a).
- El evaluador responsable de la aplicación del instrumento se compromete a no revelar la identidad del evaluado en ningún momento del proceso, ni después de finalizado el mismo.
- El aplicador de la evaluación podrá dar información oral al padre y/o madre del evaluado(a), una vez terminado el proceso de evaluación, siempre y cuando cuente con la autorización y asesoría del profesor del curso.
- El instrumento de evaluación denominado: **Escala de Ansiedad Manifiesta en Niños - CMASR**, el cual tendrá un tiempo aproximadamente 20 a 40 minutos de aplicación.
- El instrumento de evaluación denominado: **Escala de Afrontamiento para Adolescentes (ACS)**, el cual tendrá un tiempo aproximadamente 10 a 15 minutos de aplicación.
- Para cualquier información adicional y/o dificultad, el padre, madre o apoderado puede contactarse con el evaluador al correo electrónico 1201421957@udh.edu.pe

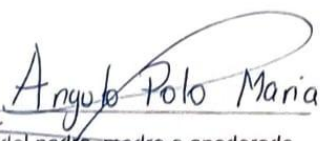
  
Firma del padre, madre o apoderado

**Consentimiento Informado para evaluación psicológica:  
Padres de los participantes**

Yo, María Geneviva Angulo Polo, con DNI N° 416300142, padre, madre o apoderado del menor Bhaycon Blas Angulo de 15 años de edad, acepto de manera voluntaria que mi hijo(a) participe en el proceso de evaluación psicológica que será realizada por la Bachiller en Psicología Thalia Mercado Jave de la Facultad de Psicología de la Universidad de Huánuco. La evaluación se realizará con la finalidad de recopilar datos parte del estudio de Investigación denominada: **Estrategias de Afrontamiento y Ansiedad en los estudiantes de la IE Santo Domingo de Guzmán.**

Me han informado que las condiciones del proceso de evaluación son las siguientes:

- El proceso de evaluación no perjudicará la integridad del evaluado(a).
- El evaluador responsable de la aplicación del instrumento se compromete a no revelar la identidad del evaluado en ningún momento del proceso, ni después de finalizado el mismo.
- El aplicador de la evaluación podrá dar información oral al padre y/o madre del evaluado(a), una vez terminado el proceso de evaluación, siempre y cuando cuente con la autorización y asesoría del profesor del curso.
- El instrumento de evaluación denominado: **Escala de Ansiedad Manifiesta en Niños - CMASR**, el cual tendrá un tiempo aproximadamente 20 a 40 minutos de aplicación.
- El instrumento de evaluación denominado: **Escala de Afrontamiento para Adolescentes (ACS)**, el cual tendrá un tiempo aproximadamente 10 a 15 minutos de aplicación.
- Para cualquier información adicional y/o dificultad, el padre, madre o apoderado puede contactarse con el evaluador al correo electrónico 1201421957@udh.edu.pe

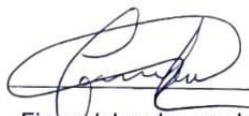
  
Firma del padre, madre o apoderado

**Consentimiento informado para evaluación psicológica:  
Padres de los participantes**

Yo, Emma Hatilde Cepedes Lara, con DNI N° 48172370 padre, madre o apoderado del menor Alexis Cabanillas Cepedes de 17 años de edad, acepto de manera voluntaria que mi hijo(a) participe en el proceso de evaluación psicológica que será realizada por la Bachiller en Psicología Thalia Mercado Jave de la Facultad de Psicología de la Universidad de Huánuco. La evaluación se realizará con la finalidad de recopilar datos parte del estudio de Investigación denominada: **Estrategias de Afrontamiento y Ansiedad en los estudiantes de la IE Santo Domingo de Guzmán.**

Me han informado que las condiciones del proceso de evaluación son las siguientes:

- El proceso de evaluación no perjudicará la integridad del evaluado(a).
- El evaluador responsable de la aplicación del instrumento se compromete a no revelar la identidad del evaluado en ningún momento del proceso, ni después de finalizado el mismo.
- El aplicador de la evaluación podrá dar información oral al padre y/o madre del evaluado(a), una vez terminado el proceso de evaluación, siempre y cuando cuente con la autorización y asesoría del profesor del curso.
- El instrumento de evaluación denominado: **Escala de Ansiedad Manifiesta en Niños - CMASR**, el cual tendrá un tiempo aproximadamente 20 a 40 minutos de aplicación.
- El instrumento de evaluación denominado: **Escala de Afrontamiento para Adolescentes (ACS)**, el cual tendrá un tiempo aproximadamente 10 a 15 minutos de aplicación.
- Para cualquier información adicional y/o dificultad, el padre, madre o apoderado puede contactarse con el evaluador al correo electrónico 1201421957@udh.edu.pe

  
Firma del padre, madre o apoderado

## ANEXO 10

### FOTOGRAFIAS

















