



UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO

**FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
ESCUELA PROFESIONAL PSICOLOGÍA**

Bienestar psicológico y estrategias de afrontamiento en estudiantes con
exposición a violencia de una I.E. de San Juan de Lurigancho

TESIS PARA OBTENER EL TÍTULO PROFESIONAL DE:

Licenciada de Psicología

AUTORAS:

Galarza Valladares, Karla Lynel (orcid.org/0000-0003-2302-6863)

Perez Vasquez, Mishell Allison (orcid.org/0000-0002-0606-7383)

ASESOR:

Mgtr. Chavez Medrano, Victor Ricardo (orcid.org/0000-0003-0016-434X)

LÍNEA DE INVESTIGACIÓN:

Violencia

LÍNEA DE RESPONSABILIDAD SOCIAL UNIVERSITARIA

Promoción de la salud, nutrición y salud alimentaria

LIMA - PERÚ

2023

Dedicatoria

Este trabajo de investigación se la dedico a mi familia quienes no dudaron en darme el apoyo constante y motivación para culminar y no rendirme, y las personas que fueron parte de ayuda en este proceso.

Karla Lynel Galarza Valladares

A mis padres, quienes fueron de gran apoyo durante este tiempo, por ser la motivación más grande para salir adelante, por enseñarme a no rendirme y por todo el sacrificio que hicieron, gracias por confiar en mí.

A mi familia, quienes me dieron su apoyo incondicional y constante, y fueron parte de este proceso.

Mishell Allison Perez Vasquez

Agradecimiento

Agradecer a Dios por las bendiciones dadas para culminar este proyecto, a nuestras familias y asesores que ayudaron en este proceso, y al colegio en donde se encontraba nuestra población por su participación.

Índice de contenidos

Dedicatoria	ii
Agradecimiento	iii
Índice de contenidos	iv
Índice de tablas	v
Resumen	vi
Abstract	vii
I. INTRODUCCIÓN	1
II. MARCO TEÓRICO	4
III. METODOLOGÍA.....	15
3.1. Tipo y diseño de investigación	15
3.2. Variables y Operacionalización	15
3.3. Población, muestra y muestreo	17
3.4. Técnicas e instrumentos de recolección de datos.....	21
3.5. Procedimientos.....	22
3.6. Método de análisis de datos.....	23
3.7. Aspectos éticos	24
IV. RESULTADOS.....	25
V. DISCUSIÓN	34
VI. CONCLUSIONES	38
VII. RECOMENDACIONES	39
REFERENCIAS.....	40
ANEXOS	

Índice de tablas

Tabla 1. Datos sociodemográficos	20
Tabla 2. Prueba de normalidad	23
Tabla 3. Relación entre bienestar psicológico y los estilos de afrontamiento	25
Tabla 4. Relación entre las dimensiones de bienestar psicológico y las estrategias de afrontamiento	27
Tabla 5. Niveles de bienestar psicológico	30
Tabla 6. Uso de estrategias de afrontamiento.....	31
Tabla 7. Niveles de bienestar psicológico y estilos de afrontamiento predominantes según variables socio-demográficas	32

Resumen

Esta investigación tuvo como objetivo determinar la relación entre el bienestar psicológico y las estrategias de afrontamiento en estudiantes con exposición a violencia de una Institución educativa de San Juan de Lurigancho. El estudio realizado fue de diseño no experimental, con enfoque cuantitativo de tipo descriptivo-correlacional y alcance transversal. La muestra fue de 233 estudiantes entre 13 y 18 años de una I.E. del nivel secundario, se seleccionó utilizando una técnica de muestreo probabilístico de tipo estratificado. Los materiales utilizados fueron la Escala de Bienestar Psicológico para jóvenes (BIEPS-J) por Casullo y Castro (2000), validada en Perú por Cortez (2016), para la segunda variable se utilizó la Escala de Afrontamiento para Adolescentes (ACS), desarrollado por Erica Frydemberg y Ramon Lewis, validado en Perú por Canessa (2002). Con respecto a los resultados, se encontró que existen relaciones significativas y directa entre el bienestar psicológico y las estrategias de los estilos resolver el problema y de referencia a otros ($p < 0.01$), y relaciones inversas con las estrategias del estilo no productivo ($p > 0.01$), excepto con las estrategias preocuparse, buscar pertenencia e ignorar el problema, con quienes no se existen relaciones significativas.

Palabras clave: Bienestar psicológico, estrategias de afrontamiento, adolescentes y exposición a violencia.

Abstract

The objective of this research was to determine the relationship between psychological well-being and coping strategies in students exposed to violence in an educational institution in San Juan de Lurigancho. The study was of non-experimental design, with a descriptive-correlational quantitative approach and cross-sectional scope. The sample consisted of 233 students between 13 and 18 years of age from a secondary school, selected using a stratified probabilistic sampling technique. The materials used were the Psychological Well-Being Scale for Young People (BIEPS-J) by Casullo and Castro (2000), validated in Peru by Cortez (2016), for the second variable the Adolescent Coping Scale (ACS) was used, developed by Erica Frydemberg and Ramon Lewis, validated in Peru by Canessa (2002). With respect to the results, it was found that there are significant and direct relationships between psychological well-being and the strategies of the styles of solving the problem and referring to others ($p < 0.01$), and inverse relationships with the strategies of the non-productive style ($p > 0.01$), except with the strategies of worrying, seeking belonging and ignoring the problem, with which there are no significant relationships.

Keywords: Psychological well-being, coping strategies, adolescents and exposure to violence.

I. INTRODUCCIÓN

Los adolescentes que se encuentran en exposición permanente de violencia, debido a vivir y estudiar en contextos de vulnerabilidad social que se incrementan con situaciones de riesgo, inseguridad permanente, falta de recursos básicos, influencia de ingerir algún tipo de sustancias psicoactivas a temprana edad, etc. podrían perjudicar el desarrollo de las estrategias de afrontamiento productivas, lo cual se vería reflejado en hacer frente a las amenazas expuestas que atentan contra su bienestar psicológico. Por tal motivo se consideró realizar este estudio en el distrito de San Juan de Lurigancho, identificado por el Instituto Nacional de Estadística e Informática (INEI, 2018) como uno de los quince distritos con mayor índice de pobreza, vulnerabilidad y violencia social al presentar un total de 16,687 denuncias, encabezando los distritos de Lima Metropolitana con mayor incidencia en delitos violentos durante el 2019, (INEI, 2020).

La Organización Panamericana de Salud (OPS, 2023), refiere que la exposición a violencia en adolescentes tiene como consecuencia problemas en el desarrollo de la salud mental e inclusive la generación de conductas que vulneren su integridad física y/o mental. Esto conlleva a la conclusión que al crecer en un ambiente violento puede generar consecuencias en los adolescentes, y que estos no puedan desarrollarse adecuadamente en un futuro en el plano laboral, familiar y social.

Según algunos datos del gobierno peruano, durante los dos primeros meses del 2023, se reportó un total de 8 381 casos de violencia contra los Niños, Niñas y Adolescentes (NNA), asimismo en el portal especializado en reporte de casos sobre Violencia Escolar (SISEVE), desde el 2022 hasta el mes de abril del presente año, se reportaron 12 203 casos de violencia contra los estudiantes, siendo una cifra preocupante en este contexto, debido a que las instituciones educativas conforman un significativo agente social de los NNA. (Defensoría del pueblo, 2023). Igualmente, en una investigación en el distrito de Lambayeque, resulta como evidencia que la violencia afecta el bienestar psicológico en los estudiantes en el lugar de estudio. (Maquén, 2021). Por otro lado, en un estudio realizado en el Callao, se encontró la relación del estilo de afrontamiento centrado en la evitación con la violencia escolar, siendo este

un precedente de cómo afecta la violencia al desarrollo de las estrategias de afrontamiento productivas. (Retuerto, 2018).

Asimismo, en una investigación realizada en la zona con mayor población de Lima, San Juan de Lurigancho, Flores (2021) concluyó que, en base al bienestar psicológico, los jóvenes que enfrentan demandas generadas en su mismo ambiente y gestionan de forma negativa sus emociones, se encuentran en un grado bajo de bienestar psicológico y que las mujeres tienen un alto bienestar a comparación que los varones.

Según Frydenberg y Lewis (2000) (Como se citó en Cahua, 2021) los adolescentes no cuentan con buena capacidad para afrontar diversas situaciones que se les presentan, por lo que en algunas ocasiones presentan conductas negativas y estas se ven influenciadas en los distintos ámbitos de su vida, donde tienden a tomar decisiones erradas, vulnerables a la influencia grupal y a su entorno, y tienen más probabilidad en padecer conductas de riesgo. Asimismo, Mamani et al. (2021). infieren que las consecuencias con mayor frecuencia se dan con la aparición de depresión, ideas suicidas u otros trastornos emocionales.

A raíz de los estudios revisados que miden las variables de investigación mencionadas, se tiene como conclusión la existencia de una relación proporcionada de ambos constructos, a la misma vez el BP va a ser dependiente de los estilos de afrontamiento, ya que, si al tener consigo estrategias productivas como consecuencia tendrán un nivel de bienestar psicológico alto, en cambio, al tener estrategias improductivas, se dará en ellos un bajo nivel.

Por ello, la formulación del problema sostiene ¿Existe correlación entre bienestar psicológico y estrategias de afrontamiento en estudiantes con exposición a violencia de una Institución Educativa de San Juan de Lurigancho?

Esta investigación con respecto a la justificación teórica y práctica, nos permitió generar una idea más amplia sobre las variables estudiadas y la relación entre ambas, asimismo obtener nuevas ideas con respecto a la población estudiada, el cual se podrá ayudarlos debido que al contar con esa información personas capacitadas como profesores, psicólogos educativos, talleristas, etc. podrán aplicar talleres, proyectos, programas de promoción y prevención, charlas, etc. dando énfasis en las estrategias

de afrontamiento y como estas mejoran el bienestar psicológico de los escolares, el cual va a generar un favorecimiento al ambiente educativo que deben tener los adolescentes.

Por último, esta investigación tiene en consideración una justificación social dado que los hallazgos en este estudio permitirán a la institución educativa promover la salud mental de los estudiantes a través de la promoción del bienestar psicológico y el adecuado afrontamiento ante situaciones difíciles, asimismo la identificación de señales de alerta en el grupo poblacional para que se pueda tomar esta investigación como referencia para implementar estrategias de intervención.

En cuanto al objetivo general de la investigación, se planteó determinar la correlación entre el bienestar psicológico y las estrategias de afrontamiento en una muestra de estudiantes con exposición a violencia. Asimismo, de forma específica, se plantearon los siguientes objetivos: analizar la relación entre las dimensiones de la variable principal y la variable secundaria; realizando la descripción de los niveles de bienestar psicológico y determinando el uso de estrategias de afrontamientos predominante en los estudiantes evaluados.

Asimismo, se consideró como hipótesis general, la presencia de correlación entre las variables de estudio; concluyendo si las hipótesis específicas, presentan relación significativa entre las dimensiones del bienestar psicológico y las estrategias de afrontamiento, y si la muestra propuesta para este estudio cuenta con un nivel bajo de BP.

II. MARCO TEÓRICO

Respecto a estudios previos relacionados con las variables en estudio, Uribe et al (2018), realizó una investigación en Colombia cuyo objetivo fue establecer la correlación entre el bienestar psicológico y las estrategias de afrontamiento en 104 escolares. La investigación fue de tipo transversal y correlacional. Los instrumentos que utilizaron son la ACS de los autores Frydenberg y Lewis y Escala de Bienestar de Ryff (SPWP). En cuanto a sus resultados se recabó que las estrategias de Ai (r.012), Na (r.019), Ip (r.031), Cu (r.002), y Fi (r.001), tienen una correlación significativa en base al sexo ($p < .05$), siendo el género masculino quienes los utilizaban de manera más reiterativa. Además, se evidencia que los participantes que utilizaban estrategias de la resolución de los problemas y la búsqueda de apoyo social manifestaban un alto de bienestar psicológico.

Cahua (2021), en su investigación de postgrado sobre las estrategias de Afrontamiento, bienestar psicológico, e inteligencia Emocional, propuso como objetivo principal determinar la relación entre los constructos mencionados, en una muestra de 146 escolares Arequipeños de últimos niveles de secundaria. Los instrumentos que empleó fue el Inventario Emocional Ice BarOn, BIEPS-J, teniendo de autoría a Casullo y Castro (2000) y ACS, propuesto por los autores Frydenberg y Lewis (2000). La tesis tuvo como resultado con respecto al bienestar psicológico en que los estudiantes de los dos últimos grados del nivel secundario presentaban un nivel alto con un 84.9% de la muestra, además en la variable estrategias de afrontamiento de tipo improductivo infiere que el 30.8% no emplea dichas estrategias, el cual se considera un número significativo en quienes no utilizan ese tipo de estrategia. Como conclusión, el autor indica que existe una correlación entre el bienestar solo con las dimensiones resolución de problemas y relación con los demás ($p < 0.05$).

Tacca y Tacca (2019), realizó un estudio sobre los estilos de afrontamiento y el bienestar psicológico en una población de estudiantes de postgrado, refirió como objetivo comprender la relación entre ambos constructos en una universidad ubicada en la zona de Lima de la facultad de humanidades, teniendo una muestra a 158 sujetos. Se desarrolló utilizando un diseño no experimental, correlacional y transaccional. Los instrumentos que utilizó se encuentran el COPE (Cuestionario de

estilos de afrontamiento) y el BIEPS-J en base a la adaptación de Díaz, et al (2006). Se tuvo como resultado final que las relaciones entre el BP con el estilo centrado en el problema y con el estilo centrado en las emociones, fueron positivas ($p < .05$), asimismo tiene consigo correlaciones que marcan de forma significativa ambos estilos con las 6 dimensiones de la variable BP ($p < .05$). Asimismo, se tiene en cuenta que las mujeres obtienen un mayor nivel de bienestar que los varones.

Neira (2018) realizó una investigación en base a las estrategias de afrontamiento y bienestar psicológico en adolescentes de un colegio de Barranco, planteó como objetivo principal analizar la relación entre ambos constructos mencionados en una muestra de 168 adolescentes de los últimos grados de secundaria compuesta por ambos sexos. Los instrumentos que consideró se encuentra el ACS y el BIEPS-J. Se tiene como diseño no experimental de tipo correlacional - descriptivo. En base a sus resultados se obtuvo que existe una relación entre las variables mencionadas con respecto a la población, asimismo, se ubican en un nivel medio de bienestar con un 57.1% total de la muestra. Asimismo, que las estrategias Ai, Rp y Es, tienen correlación significativa y positiva con el bienestar psicológico ($p < .05$), pero una correlación muy significativa negativa con las estrategias de falta de afrontamiento ($r = -.264$; $p < 0.001$) Cu ($r = -.260$; $p < 0.001$) y Rt ($r = -.236$; $p < 0.002$).

Aubert (2017) desarrolló su tesis sobre el Afrontamiento y bienestar psicológico en adolescentes, el cual tuvo como objetivo describir las relaciones que puedan existir entre los ambos constructos mencionados en adolescentes que padecen de cáncer. Teniendo como muestra a 45 personas entre 15 y 20 años de edad que acuden a un hospital que se especializa en pacientes oncológicos en la ciudad de Lima. Utilizó dos instrumentos, el primero es la Escala de Afrontamiento para Adolescentes desarrollado por Canessa (2002) y la Escala de Bienestar Psicológico, adaptada en Perú. Implantó un diseño de tipo no experimental correlacional de tipo descriptivo. Sus resultados, fueron que el tipo de estilo de afrontamiento que se presentó en su mayoría en la muestra fue el de resolver el problema, teniendo en segundo lugar por referencia a otros y el que es menos utilizado fue el estilo no productivo, asimismo se presentó el grupo tuvo un bienestar psicológico de nivel medio con un 48.9%, teniendo en cuenta el objetivo central se obtuvo que existe correlación significativa entre ambas variables,

y con una correlación directa del BP con la dimensión dirigido a resolver el problema ($p < .05$) y muy significativa con la estrategia Fo ($r = .39$; $p < .01$). Asimismo, existe correlación entre la dimensión vínculos psicosociales de bienestar con la estrategia Ai ($p < .05$), y correlación, pero negativa con Es ($r = -.05$; $p < .05$), por otro lado, la estrategia Cu, no tiene correlación con ninguna dimensión del BP.

Guato (2022) realizó una investigación sobre bienestar y estrategias en Ecuador, teniendo como objetivo identificar la relación entre ambos constructos en adolescentes de un colegio "Salcedo", en una muestra de 288 estudiantes voluntarios que cumplieran los requisitos de la población total de adolescentes de la I.E. Los instrumentos de investigación para la evaluación de las variables son la SPWP de Ryff (1989), y para la otra variable se empleó, el Inventario de Estrategias de Afrontamiento (CSI) efectuado por Robín et al, (1989). Con respecto a su enfoque de estudio, este fue de manera cuantitativa, alcance descriptivo, correlacional con un corte transversal. En cuanto a los resultados sociodemográficos del estudio, el 51,4% de su muestra fue del sexo femenino. Con respecto al nivel general de BP, el 42% de los adolescentes muestra un nivel alto y el 7,6% uno bajo. Con respecto a las conclusiones, se infiere que hay una relación positiva entre las estrategias de afrontamiento con el bienestar ($p < .05$)

Flores (2021), en su estudio acerca del afrontamiento al estrés y bienestar psicológico, donde este autor tuvo como objetivo, establecer la relación entre ambas variables en una muestra de 167 jóvenes de ambos sexos en la zona de SJL. Los instrumentos que emplearon son el Cuestionario de afrontamiento al estrés, desarrollado por Sandín y Chorot (2003), el siguiente instrumento es la SPWP de Ryff y su adaptación peruana realizado en el 2006. El diseño de investigación fue no experimental, teniendo un enfoque cuantitativo y alcance descriptivo - correlacional. Los resultados demostraron relación significativa entre en la dimensión del afrontamiento al estrés basado en el problema ($Rho = .499$; $p < .01$) y el bienestar psicológico, una correlación significativa pero inversa en el modo centrado en la emoción ($r = -.534$; $p < .01$), con respecto a los modos de afrontamiento, el 66.5% de ellos, utiliza la estrategia basada en el abordaje del problema, y en bienestar psicológico general un 44.9% de los evaluados predomina un bienestar psicológico bueno.

De la Cruz y Solórzano (2023) en su investigación sobre estrategia de afrontamiento, bienestar subjetivo y psicológico durante la pandemia por COVID – 19 en una muestra de 115 escolares limeños, propone como objetivo determinar la relación entre las variables que se mencionan. Los instrumentos utilizados fueron: La Escala de Afrontamiento para Adolescentes (ACS) de Frydenberg y Lewis (93), en la adaptación peruana con Canessa (2002), la Escala de Afecto Positivo y Negativo de Thompson (2007), con la adaptación peruana de Gargurevich (2010) y por último la Escala de bienestar psicológico (BIEPS – J) de Casullo (2000). El diseño de la investigación fue cuantitativo de alcance correlacional. Según los resultados, las estrategias de afrontamiento se correlacionan significativamente y es directamente proporcional con el bienestar psicológico ($p < .05$), asimismo que el estilo no productivo se correlaciona negativamente con el bienestar psicológico ($r = -.117$; $p < .05$)

Suárez y Shuguli (2023). realizaron su artículo investigativo sobre estrategias de afrontamiento y bienestar psicológico, teniendo como objetivo analizar la relación entre las estrategias que utilizan y su bienestar psicológico. La muestra que plantearon fue de 62 escolares adolescentes entre 12 y 18 años de casas acogidas en el país de Ecuador. Los instrumentos aplicados fueron la ACS de Frydenberg y Lewis, así como la escala de Bienestar Psicológico para adolescentes por Casullo. Teniendo como enfoque cuantitativo, de diseño no experimental, con un alcance transversal, descriptivo - correlacional. En los resultados, se infirieron que la dimensión control de la situación tiene correlación positiva con las estrategias Ap y Dr ($p < .05$), asimismo esta dimensión junto a vínculos psicosociales, tienen una correlación muy significativa con la estrategia Es ($r = .333$; $p < .01$), en tanto la estrategia Cu, solo tiene correlación muy significativa con la dimensión proyectos personales ($p < .01$).

Respecto a la fundamentación teórica de la primera variable, esta se basa en la teoría Multidimensional del Bienestar Psicológico de Ryff propuesto en 1989 citado por Gallardo (2019), en donde menciona que se basa en la psicología humanista y positiva, el cual se entiende que si un sujeto se esfuerza por desarrollar continuamente su potencial y anhela un crecimiento personal va a lograr las cosas significantes para su vida, a su vez, en el año 1995, infirió que el BP como constructo se divide en

dimensiones que están interrelacionadas como el crecimiento de la persona, el aceptarse a sí mismo, dominio de su ambiente, relaciones que sean positivas, propósito de vida y autonomía. Por lo que Narvaez et al. (2021) sostuvieron que el bienestar psicológico es una percepción individual que se va formando a partir de las diversas experiencias positivas o negativas que atraviesan una persona, incluyendo la calidad de sus relaciones interpersonales y la disponibilidad de apoyo social.

Por su parte, Barrera et al. (2019) manifestaron que el concepto de "bienestar psicológico" tuvo sus inicios en USA y se fue definiendo a medida que se estudiaba el desarrollo de las sociedades industrializadas y se mostró interés por las condiciones de vida. Anteriormente, este bienestar se asociaba principalmente con la apariencia física, la inteligencia y el dinero. Sin embargo, en la actualidad, se enfoca más en el desarrollo de las capacidades y el crecimiento personal, donde cada individuo debería manifestar un funcionamiento positivo. García et al. (2020) señalaron que la investigación basada en el modelo multidimensional propuesto por Ryff ha demostrado interesantes relaciones con la salud mental, aspectos positivos de la personalidad, indicadores biológicos e incluso la salud física. También se han encontrado correlaciones negativas con problemas psicológicos. Una línea de investigación relevante se centra en el bienestar psicológico a lo largo del ciclo vital, y se ha descubierto durante que aquellos individuos que experimentan un desarrollo psicosocial adecuado su adultez tienden a tener un mayor bienestar psicológico. Sin embargo, existe una falta de estudios que profundicen en este concepto durante la infancia, la niñez y la adolescencia. Del mismo modo, García et al. (2022) sostuvieron que los investigadores destacan que los factores de riesgo potenciales para experimentar malestar psicológico podrían estar vinculados a peculiaridades preexistentes, como el rol ocupacional, género y las condiciones médicas previas.

Asimismo, Bahamón et al. (2019) indicaron que, en las últimas décadas, el estudio del bienestar psicológico ha ganado relevancia debido a sus indicaciones en el desarrollo y el fortalecimiento individual, este concepto está estrechamente vinculado con la noción de felicidad, y la psicología lo aborda considerando que las personas felices tienden a tener un mejor desenvolvimiento social, aspiraciones más elevadas y una adecuada capacidad para controlar su entorno. Por lo tanto, resulta esencial

comprender qué factores hacen que algunas personas sean más felices que otras. Por su parte, Estrada y Mamani (2020) En distintas áreas y corrientes de la psicología, el bienestar psicológico ha sido un tema de gran interés, se ha comprobado científicamente que los estados de bienestar impactan de manera directa en varios aspectos de nuestra existencia. Se ha establecido una conexión entre el bienestar y elementos como la felicidad, la salud mental y la calidad de vida. Esta evidencia respalda la importancia de abordar y comprender el bienestar psicológico desde diversas perspectivas disciplinarias. Dong y Chia-chen (2019) manifestaron que se refiere al constructo interno del individuo con respecto a su salud mental y del cómo se siente, considerando el aspecto positivo.

En otras palabras, esta propuesta de la teoría multidimensional, se concentra en que el sujeto use y desarrolle sus habilidades para un mejor desarrollo del individuo, lo que puede ser algo beneficioso para él en la vida.

Otros postulados, como el modelo que indica Sánchez (1994) que el bienestar psicológico de acuerdo a sus dimensiones, presentadas de dos formas en donde la primera se relaciona con la forma de estar satisfecho con la vida, la segunda se da en un sentido de superioridad de los sentimientos o en base a los efectos positivos más que los negativos, por lo cual enfatiza que el modelo integra una variedad de factores concluyendo que el BP es como una estructura global que inserta aspectos materiales relacionados de una manera al bienestar de forma material y también al psicológico que se centra al bienestar subjetivo, asimismo, toma una consideración que el sentirse plenamente feliz se da por una percepción subjetiva, el cual permitirá tener consigo reflexionar sobre sentirse satisfecho de la forma de cómo vive o de sentirse respecto a las emociones positivas. (Rocha, 2022).

Es decir, que el autor Sánchez, sugiere que referentes a las dimensiones existe una relación con sentirse satisfecho ello va a incluir contar con un bienestar tanto en lo material como psicológico.

El bienestar psicológico en base a la perspectiva eudaimónica, donde Vázquez, et al. (2009) refieren que este bienestar ha tenido una escasa base teórica a lo largo de la historia, y por ello poco se recuerda los aspectos de su funcionamiento positivo,

por ello, Carol Ryff, quien propuso el término de bienestar psicológico para que se distinga su concepción del bienestar subjetivo, lo interpreta como una forma más personal de la concepción hedonista, ha procurado superar aquellas limitaciones dando una definición al bienestar como el desarrollo de un potencial verdadero de sí mismo, por lo cual, la felicidad o el bienestar no le da significado como el motivo esencial de un ser humano, sino lo que implica el vivir la vida misma de buena manera. (Ryff & Keyes, 1995; Ryff & Singer, 1998)

En otras palabras, respecto a los autores mencionados, indican que las bases que se tienen acerca del bienestar psicológico, teniendo como concepto potenciar las capacidades que tiene uno mismo, vivir gratificante, como uno se sienta feliz y pleno.

Asimismo, estos autores indican que, lo que propone Ryff en el año 1995 una referencia a un modelo multidimensional de bienestar psicológico, que tiene relación con un cuestionario que propone para que sea medido, en donde pone en manifiesto a seis diferentes aspectos que tiene sobre un bienestar idóneo a nivel psicológico, y cada una de ellas es un reto distinto que los sujetos en su esfuerzo tratan por su función forma positiva.

Es decir, que, en base a la teoría propuesta por el autor, se tiene en consideración otros aspectos que van a ser medidos en un cuestionario, el cual indicará el modo en que poseen o no un bienestar psicológico.

García 2015, citando por Ryff en el 1989, indica que el bienestar psicológico está estrechamente relacionado en establecer metas y su insistencia porque sean alcanzadas transformándose en objetivos valiosas para la vida, por lo que para obtenerlas la persona como tal tiene que tener claro su accionar a dar, porque sabe que allí nace la fuente del crecimiento de una adecuada autoestima y satisfacción con la vida.

El bienestar psicológico como constructo lo definen en sentir positividad y la forma que un ser humano piensa constructivamente de uno mismo, definido por su origen subjetivo vivencial y que se encuentra relacionada de manera estrecha con aspectos particulares en base al funcionamiento físico, psíquico y social, asimismo dispone de elementos transitorios, que se vincula con lo emocional. (García y González, 2000). Por otro lado, Rodríguez y Blanco (2007) indican que se da cuando

hay una atención de manera especial al desempeño de sus habilidades y el crecimiento propio como indicadores importantes para que funcione de manera positiva, en donde se involucre lo que uno realiza, el participar comprometiéndose en el quehacer, en donde se definan las metas que guíen la vida de la persona para lograr sentirse felices y realizados.

Es decir, que estos autores, plantean por un lado a un funcionamiento en los aspectos emocionales, físicos y sociales, y por otro, en el crecimiento de la persona, que potencian las habilidades de cada uno para cumplir cada meta que uno se plantea.

Por otro lado, Casullo y Castro (2000) tuvo como conclusión que el bienestar psicológico, es debido que sea estudiado, considerando las conductas que tiene cada sujeto, el cual pueda ser identificado los factores que pueden estar influyendo como el nivel económico, desempleo, problemas familiares, etc.

Es por ello que este tema, describe cómo uno percibe el modo de vivir, teniendo en cuenta los logros obtenidos, el grado de motivación por el cual lo ha realizado o hará.

Respecto a la fundamentación teórica de la variable de estrategias de afrontamiento (Lazarus y Folkman 1984 citado por Canessa 2002) definen al término afrontamiento como la capacidad de utilizar variedad de recursos, tanto cognitivos como conductuales con la finalidad de enfrentar o disminuir las demandas del entorno y provocan estrés.

El afrontamiento para Algorani y Gupta (2023) se refiere a las conductas y pensamientos ejecutados para el manejo de situaciones complicadas donde exista tensión del entorno externo o interno, es decir, la ejecución autónoma de acciones parecidas a un mecanismo de defensa, las que se consideran respuestas exógenas o endógenas. Del mismo modo, Liu et al. (2022) mencionaron que los estilos de afrontamiento se refieren a las tácticas de comportamiento y cognitivas en las que los individuos se adaptan a ciertas circunstancias de presión en factores con estímulos internos o externos, siendo de alguna manera o positivos o negativos; el positivo posee como propósito la reducción del estrés en las que evalúa condiciones positivas, por otro lado, el negativo sostiene la evasión y a su vez la ventilación. Por igual sentido, Ho et al. (2022) sostuvieron que los estilos de afrontamiento son factores que

contribuyen al bienestar del individuo, definiéndose cual proceso en las que se ejecutan esfuerzos conductuales y cognitivos en la administración del estrés de origen interno o externo. De igual manera, Henry et al. (2022) mencionaron que el afrontamiento está referido a las respuestas a través del comportamiento en el individuo con respecto a los factores de exposición al estrés que en normalidad un individuo tolera o pasa a mitigarlo. Por su parte, Yang et al. (2022) manifestaron que es definido como adaptación flexible consciente y decidida de la propia conducta del individuo en su contexto de adaptación a su entorno, en otras palabras, el cómo se mantiene un individuo frente a un contexto de presión. Del mismo modo, Wu et al. (2021) sostuvieron que estas estrategias se mencionan cual paradigma de la conducta que predominantemente adopta el individuo en el momento que es sometido a una situación inesperada.

Según Tacca y Tacca (2019) existen distintos agentes que demandan recursos psicobiológicos que deben utilizar las personas, como es la familia, los estudios, etc. Es por ello que este conjunto de demandas y la manera en cómo las personas afrontan las circunstancias que se dan en el entorno se denominan estilos de afrontamiento.

Las estrategias de afrontamiento van a ser desarrolladas en la etapa de la infancia, a través de la interacción con su ambiente y las circunstancias estresantes que atraviere y generando así un estilo de afrontamiento dependiendo de cómo el individuo perciba la situación, de los recursos que disponga y las experiencias vividas. Ccasa (2022).

En el contexto actual, el afrontamiento cobra gran importancia, ya que se define como el conjunto de esfuerzos tanto cognitivo como conductual, que se utilizan para hacer frente y controlar tanto las demandas externas del entorno como las internas, como las características de la personalidad y el estado emotivo, estos esfuerzos pueden manifestarse de manera visible o interna y ocurren cuando la persona percibe que los recursos o habilidades para adaptarse a una situación determinada son insuficientes. (Narvaez et al., 2021)

Desde el modelo psicoanalítico según (Hann 1977, Menninger 1963 y Vaillant 1977 citado por Mayordomo 2013) mencionan que el afrontamiento se refiere a una agrupación de conductas y pensamientos que utiliza el individuo con la finalidad de

reducir el estrés mediante la solución de problemas. Esta teoría hace énfasis en que el afrontamiento refiere a la utilización de procedimientos más organizados y maduros del yo, siendo así una divergencia con los mecanismos de defensa, dos conceptos utilizados para referirse a la relación que tiene el individuo con su entorno y la adaptabilidad que muestran.

Desde el punto de vista transaccional, este modelo define al estrés como una inestabilidad entre la percepción de la persona acerca de sus recursos frente a las demandas del ambiente, viendo esta como amenazante, por lo que (Lazarus y Folkman 1986 citado por Canessa 2002) se refieren al afrontamiento como aquella capacidad cognitiva y conductual desarrollada con la finalidad de administrar las demandas percibidas como amenazantes. Estos autores, describen dos objetivos principales del afrontamiento, una es orientada al problema y otra a la emoción, asimismo estas pueden ser volubles o estables, de acuerdo a la situación estresante.

Para el desarrollo de las dimensiones de la variable estrategias de afrontamiento, la primera es denominada afrontamiento dirigido a la resolución de problemas, que para Thompson et al. (2022) manifestaron que estas estrategias se encaminan por resolver problemas, compuestos por conductas psicológicas y cognitivas que los individuos apliquen con el fin de ejecutar cambios dentro de sus vidas, implementando un plan, evaluando el progreso y finalmente observar los resultados. Del mismo modo, Park et al. (2022) sostuvieron que esta hace referencia a la manipulación in situ del estímulo causante del estrés, en lugar de solo la toma de consideración del estímulo, en este caso se busca apoyo para mitigar el estímulo estresante. Por su parte, Wang et al. (2022) manifestaron que esta dimensión se centra en el compromiso de las estrategias para la mejora directa de la situación en la que el individuo se expone al estímulo estresante, haciendo una eliminación directa del estímulo. Demiris et al. (2019) sostuvieron que existen programas para elevar esta estrategia, pues el desarrollo del afrontamiento de resolución de problemas se basa en la mitigación directa del factor causante del estrés.

Seguidamente, la dimensión afrontamiento con relación a los demás, Marin et al. (2017) sostuvieron que esta estrategia de afrontamiento busca atención para el

apoyo de su causante de estrés, no solamente amical, sino también en lo profesional, por lo que el factor estresante es sobrellevado con apoyo.

Por otro lado, la dimensión afrontamiento improductivo, que para Stanibula (2020) significa que este afrontamiento es la aceptación de la vivencia de la soledad, lo que produce a la conducción se sentimientos de soledad, en la que los varones afrontan de mejor manera esta situación. Asimismo, Baranauskiene et al. (2021) sostuvieron que esta dimensión compete la preocupación, la falta de afrontamiento, la reserva del estímulo estresante sin exhibición del mismo, ignorar el problema, reduciendo la tensión y autoinculparse. De igual manera, Khaled (2021) sostuvo que esta dimensión refiere la ilusión, evitación de problemas, el retraimiento social y la autocrítica. Por su parte, Fitriana y Fatimah (2023) manifestaron que establece que las estrategias de afrontamiento, especialmente el afrontamiento improductivo, afectan el nivel de felicidad de una persona, pues eleva el sentimiento de soledad.

Por último, una de las teorías que hacen énfasis en la relación entre las estrategias de afrontamiento y el bienestar psicológico es la Teoría de Coping de Folkman y Lazarus con su modelo transaccional, en donde refiere que las estrategias de afrontamiento es un proceso en donde los individuos están en constante intercambio con su entorno y que estas interactúan de forma dinámica, por lo que una persona frente a una situación negativa, primero la evaluara cognitivamente y luego tendrá opciones de afrontamiento que se dará según sus rasgos de personalidad, conducta, determinantes cognitivos y situacionales.(Dias y Pais, 2019). Los distintos tipos de afrontamiento que se mencionan en este modelo (centrado en el problema y centrado en la emoción) suelen funcionar conjuntamente, de modo que regulan las emociones negativas, proporcionando la comprensión de la forma en cómo se relaciona estos con el bienestar psicológico. (Folkman, 20

III. METODOLOGÍA

3.1. Tipo y diseño de investigación

El tipo de investigación que se utilizó fue aplicada, debido a que esta genera la producción de nuevos conocimientos, dando respuestas a un problema planteado, mediante la aplicación del método científico, basándose y profundizando en los estudios de las investigaciones básicas. (Castro et al., 2022). Además, esta investigación tuvo un enfoque cuantitativo, con respecto a ello los autores Guamán et al., 2021 mencionan que este tipo de enfoque se sustenta en una base numérica, lógica, en donde se emplea la medición de variables de una manera cuántica, además los autores Ñaupas et al., 2014 menciona que este enfoque se basa en la recolección y análisis de datos con la finalidad de probar hipótesis y responder preguntas de investigación.

El trabajo realizado presentó un diseño no experimental, con respecto a ello, los autores Hernández et al., (2014) refieren que son indagaciones que se emplean sin el manejo intencional de las variables y en que se visualizan solamente las situaciones en su propio ambiente local para ser analizadas. Asimismo, presentó un nivel descriptivo, pues permitió la obtención de datos, el cual tiene como objetivo el detallar variables, describir, detallar y especificar los fenómenos que se dan en un ambiente, teniendo en cuenta la recolección de información. (Hernández et al, 2014).

Además, tuvo un enfoque correlacional, el cual respondió a nuestro problema de investigación, ya que especificó la probable relación existente entre los constructos con la finalidad de que se pueda pronosticar sus comportamientos. (Amaiquema et al., 2019). Por último, esta investigación también tuvo un alcance transversal ya que se obtuvieron datos, teniendo como meta la descripción de variables y se examine la incidencia en el momento que se da. (Hernandez et al., 2014).

3.2. Variables y Operacionalización

Variable 1: Bienestar psicológico

Definición conceptual: Casullo y Castro (2000) lo definen como la formación de la persona para para consolidar adecuados vínculos, teniendo un manejo

apto para su desenvolvimiento, adaptación, realizando una evaluación consigo misma que debe hacerse desde un enfoque positivo como negativo y dando una relevancia máxima a las satisfacciones que pueda desear.

Definición operacional: La escala BIEPS-J tiene como autora principal a Casullo y Castro (2000), adaptado al Perú por Cortez (2016), compuesta por 4 dimensiones y divididas en 13 ítems, asimismo la suma total de los ítems dará como resultado un puntaje directo, para la cual se le otorgará un puntaje percentil.

Indicadores: Desenvolvimiento efectivo en el ambiente, evaluaciones positivas, presentes y pasadas, desarrollo de las relaciones interpersonales y significancia de la vida.

Dimensiones:

- Aceptación de uno mismo, implica cuando cada sujeto, acepte cualquier aspecto de uno mismo, ya sea malo o bueno, también el poder tener un sentimiento de tranquilidad ante eventos que se dieron en el pasado. (Jensen et al, 2011)
- El control de situaciones, refiere a poder controlar una sensación y de competencia hacia sí mismo, ya que se infiere que si uno tiene la clara disposición puede moldear o crear situaciones para que sean adecuados al interés propio. (Jensen et al, 2011).
- Vínculos psicosociales: Indica tener la habilidad para establecer buenas relaciones o vínculos con los demás. (Jensen et al, 2011)
- Proyectos: Concierno a que los sujetos puedan tener proyectos o metas como propósito en su vida, teniendo en cuenta, el propósito de estas. (Jensen et al, 2011)

Nivel de medición: Nivel bajo: 28 – 32, medio: 33 – 38, y un nivel alto: 39

Variable 2: Estrategia de afrontamiento

Definición conceptual: Frydenberg (1997) define al afrontamiento como conductas ante el estrés y los recursos que un sujeto tiene para manejar dichas

situaciones que determinan en su mayor proporción al proceso de aprendizaje y sobre el desarrollo del individuo. (Cahua, 2021)

Definición operacional: La variable se medirá basándose en tres dimensiones, divididas en 80 ítems. Con respecto a la corrección se tomará en consideración que cada respuesta A, B, C, D o E pertenece con una puntuación del 1 al 5 respectivamente.

Dimensiones:

- Estilo referido a la resolución de problemas (ERP): Este estilo se caracteriza por la actitud optimista enfocado en resolver la problemática dada.
- El Estilo dirigido a la relación con los demás (ERD): Este estilo está constituido por 5 estrategias y se caracteriza por buscar apoyo de los demás y de esta manera poder solucionar el problema.
- El Estilo improductivo (EI): Este estilo está integrado por 8 estrategias evitativas

3.3 Población, muestra y muestreo

Población

Según Hernández, et al. (2014), indica que la población es el grupo de todos los casos que tienen similitud de características el cual se requiere elegir una muestra” (p. 174.). Por ello, esta población se encuentra situada en el A.A. H.H. Upis Huáscar, en la zona de San Juan de Lurigancho, conformada por estudiantes de ambos sexos con una cantidad aproximada de 900 dentro de la institución educativa.

Criterios de inclusión

Paso 1. Estudiantes hombres y mujeres matriculados en el año 2023, con edad desde los 13 años, que manifiesten su interés en participar en la investigación y, asimismo, presenten el consentimiento informado debidamente firmado por sus padres, apoderados o tutores, para la evaluación inicial.

Paso 2. El tratamiento estadístico en la base de datos se realiza con los estudiantes que presenten indicadores de exposición a violencia. Posteriormente se realiza Residentes del A.A.H.H. Upis Huáscar de 13 a 18 años

Criterios de exclusión:

Paso 1. Estudiantes hombres y mujeres matriculados en el año 2023, con edad desde los 13 años, que manifiesten su desinterés en participar en la investigación y, asimismo, no presenten el consentimiento informado debidamente firmado por sus padres, apoderados o tutores, para la evaluación inicial.

Paso 2. Exoneración de la base de datos de las unidades de análisis que no presenten indicadores de exposición a violencia y aquellos que pertenezcan al programa de educación básica alternativa, por cuanto los instrumentos no se encuentran adaptados para esta población.

Muestra

López, (2004) indica que la muestra es parte de una población del cual se tiene como estudio, en donde se produce mediante fórmulas para conseguir la cantidad necesaria, por ello la muestra es una parte representativa de la población. Por cuanto la muestra inicial, estuvo conformada por 270 estudiantes con edades entre 13 a 18 años de edad; quienes luego del análisis inicial se consideró la conformación de una muestra accidental de 233 estudiantes (119 hombres y 114 mujeres) quienes se encontraban con exposición a violencia; los cuales sirvieron como unidad de análisis para el presente estudio.

Tamaño de la muestra:

$$n = \frac{N * Z^2 * PQ}{(N - 1) * E^2 + Z^2 * PQ}$$

E: Error de la muestra

N: Población

n: Muestra

Z: Significancia

P: Proporción de éxito

Q: Proporción de fracaso

Tabla 1.*Datos sociodemográficos*

	F.	&
Sexo		
Hombres	119	51.1%
Mujeres	114	48.9%
Edad		
13 – 14	109	46.8%
15 – 16	109	46.8%
17 – 18	15	6.4%
Familia de procedencia		
Nuclear	112	48.1%
Monoparental	97	41.6%
Extensa	24	10.3%

Fuente: Elaboración propia

En la tabla 1, se exponen los datos sociodemográficos de la muestra general, en función al sexo estuvo conformada por 119 hombres (51.1%) y 114 mujeres (48.9%): Respecto a la edad, la muestra estuvo compuesta en un 46.8% por las edades de 13 y 14 años, el mismo porcentaje que los de 15 y 16 años y el 6.4% entre las edades de 17 y 18 años. Respecto al tipo de familia de procedencia el 48.8% (112 estudiantes) provienen de familias nucleares, el 41.6% (97 estudiantes) monoparentales y el 10.3% (24 estudiantes) provienen de familias extensas.

Muestreo

Será probabilístico de tipo estratificado esto se utiliza según Hernández y Carpio (2019) cuando va a tener consigo una población, el cual va a consistir en agrupar a las personas en un sector que forman un elemento, y a la vez estas tengan unidades de análisis dentro de ellos, adquieren la característica de no ser iguales al interior de un grupo y homogéneos entre sí.

Unidad de análisis

Alumno/a del nivel secundario de una institución educativa del distrito de San Juan de Lurigancho.

3.4. Técnicas e instrumentos de recolección de datos

La técnica empleada para la abstracción de información, corresponde a la encuesta, la cual se utilizó para el llenado en la data, este es según García et al, (2006) menciona ser un procedimiento que está estructurado para recolectar información idónea a través una serie de preguntas. Por lo cual, se recolectaron las respuestas dadas por la muestra representativa. Asimismo, se utilizaron las escalas tipo Likert para ambas variables de estudio, en donde se obtuvo respuestas cerradas.

En primer lugar, se tuvo en cuenta para la variable bienestar psicológico se aplicó el instrumento, Escala de bienestar psicológico para jóvenes (BIEPS-J) elaborado por los autores Maria Casullo y Alejandro Castro en el 2000 en Argentina, teniendo como objetivo componer una escala breve para una evaluación del bienestar psicológico en adolescentes que oscilan entre los 13 a 18 años, asimismo esta prueba se compone de 13 ítems con 4 dimensiones: Control de las situaciones, aceptación de sí mismo, vínculos sociales, autonomía y proyectos, teniendo una duración de 15 minutos, además la escala original en base a su validez de constructo y validez concurrente, se encuentra que sus correlaciones estadísticamente son significativas, asimismo, mediante el test de esfericidad de Bartlett, obtuvo un 1343, $p < .0001$ y un índice de adecuación muestral Káiser Meyer Olkin de 0.72 y con respecto a su confiabilidad obtuvo en base a su consistencia interna, el valor del α de cronbach que fue 0.74, indicando su aceptabilidad. Por otro lado, la adaptación peruana lo realizó Marilia Cortez en el 2016 en la ciudad de Trujillo en adolescentes. Esta adaptación en relación a su validez de constructo y

concurrente, utilizó el coeficiente de correlación de Pearson, donde se determinó que tienen correlaciones significativas al nivel $p < 0.01$, en cuanto al test de Bartlett, en donde alcanzó 267.491 ($p < .05$) y un KMO de 0.555 denotando una buena aceptación y su confiabilidad, resulta un nivel de confiabilidad alta respecto a su consistencia interna, obteniendo un Cronbach de .710.

En segundo lugar, se tuvo en cuenta para la variable de estrategia de afrontamiento se aplicó el instrumento, Escala de afrontamiento para adolescentes, desarrollado por los autores, Erica Frydemberg y Ramón Lewis en 1997, siendo este un inventario de tipo autoinforme compuesto por 80 elementos, 79 de tipo cerrado y uno final abierto, el cual se obtendrá fiabilidad de las diferentes estrategias, aplicado a adolescentes de 12 a 18 años, esta escala tiene un tiempo de aplicación de 10 a 15 minutos. La adaptación peruana lo realizó Canessa en el 2002, el cual se realizó en la ciudad de Lima en escolares de nivel secundario. Con respecto a la validez es de tipo constructo, esta se determinó mediante la prueba Kaiser-Meyer-Olkin (KMO), cuyo valor fue de 0.875 y luego se aplicó la prueba de esfericidad de Bartlett ($p < 0.001$) y la confiabilidad del instrumento se determinó mediante el método de consistencia interna del Omega factorial, teniendo como resultado una confiabilidad de 0.70.

3.5. Procedimientos

se realizaron reuniones y coordinaciones con autoridades de la institución educativa para sensibilizarlos y organizar la información mediante la utilización de una agenda. En segundo lugar, se distribuyó el consentimiento informado a los padres de familia de los participantes para la autorización de la aplicación de las pruebas, debido a que estos eran menores de edad. En tercer lugar, se organizó los materiales que se utilizaron en la investigación, y se dio a conocer a los participantes sobre las instrucciones y objetivos de las escalas para evitar sesgos en el estudio. En cuarto lugar, se comprobó que todos los participantes contaran con los materiales completos (lápiz, borrador y tajador) y el conocimiento que deben tener antes de contestar y se

esclareció dudas de alguno de ellos las tuvo. En quinto lugar, se les entregó de manera individual a los participantes ambas escalas y la ficha sociodemográfica para el llenado de datos, Luego, se comprobó que las escalas estén completamente llenas para evitar futuros problemas en el vaciado de datos. Finalmente, se exportaron los datos del software de análisis de datos Excel a SPSS para poder obtener los resultados de la investigación y la tabulación de datos.

3.6. Método de análisis de datos

Para conocer el nivel de bienestar psicológico y su relación con el uso de estrategias de afrontamiento en estudiantes con exposición a violencia, se utilizó el método estadístico, por lo que en primera instancia se comprobó que las escalas estén completamente llenas, para evitar problemas en el vaciado de datos, por otro lado, se pasó al llenado de datos en el software de análisis Excel para luego exportarlos al software Statistical Package for Social Sciences, luego se procedió a depurar los datos de la muestra donde no mencionaron estar expuestos a violencia, siendo este un criterio de exclusión. Para el análisis de correlación entre los constructos se procedió a calcular los coeficientes de correlación mediante la prueba de Kolmogorov-smirnov, donde la variable estrategia de afrontamiento siguió una distribución normal, por lo que se utilizó el coeficiente Pearson, evidenciándose así si existe correlación significativa o no y si esta se da de manera negativa o positiva. Finalmente se realizaron los cuadros y gráficos para poder hacer los análisis descriptivos.

Tabla 2.

Prueba de normalidad

	Kolmogorov-smirnov			Shapiro-Wilk		
	Estadísticos	gl	Sig.	Estadísticos	gl	Sig.
Bienestar psicológico	.090	233	.000	.966	233	.000
Estrategias de afrontamiento	.040	233	.200*	.991	233	.132

Fuente: Elaboración propia

En la tabla 3, se muestran los resultados de la prueba de normalidad de las variables bienestar psicológico y estrategias de afrontamiento, a través de la prueba de Kolmogorov-smirnov y Shapiro-Wilk, determinando que la variable bienestar de psicológico no sigue una distribución normal ($p < 0.05$); sin embargo, la variable estrategia de afrontamiento si presenta una distribución normal ($p > 0.05$); es por ello que se escogió el coeficiente de correlación de Pearson para determinar la correlación entre ambas variables.

3.7. Aspectos éticos

La presente investigación cita a los autores de la biografía en la realidad problemática, antecedentes y cuerpo de está, respetando las fuentes bibliográficas, además de las normas que se rigen del APA 7° edición. Asimismo, se cumple con las normativas de la guía de la Universidad César Vallejo. Por otro lado, se dió a conocer la finalidad del estudio a la población que se tiene a investigar, así como a los apoderados de los estudiantes adolescentes, teniendo en cuenta que las encuesta sea comprendidas y analizadas de manera idónea.

En esta investigación la responsabilidad está asumida por los investigadores, debido a que este estudio se organizó de manera congruente, para prevenir equivocaciones en los resultados, enfatizando así la fidelidad de los mismos, y que el estudio tenga objetividad y exactitud.

Asimismo, esta investigación fue de carácter anónimo, debido a que no se registraron la identidad de los participantes, y tuvieron la libertad de desistir en realizar el llenado de los instrumentos o dejar de completarlos, si desean. Pudieron hacer preguntas si no comprendían un ítem y fueron respondidos utilizando adecuadas formas de comunicación.

IV. RESULTADOS

Al finalizar el análisis de los datos se realizó la interpretación de resultados, correspondientes según el siguiente detalle:

Tabla 3.

Relación entre bienestar psicológico y las estrategias de afrontamiento

		Estilo Resolver el problema							
		Rp	Es	Ai	Po	Dr	Fi		
Bienestar psicológico	Rho Pearson	,434	,329	,381	,351	,358	,300		
	Sig. (bilateral)	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00		
	Estilo Referencia a otros								
		As	So	Ae	Ap				
Bienestar psicológico	Rho Pearson	,372	,183	,282	,383**				
	Sig. (bilateral)	0.00	0.01	0.00	0.00				
	Estilo No productivo								
		Pr	Pe	Hi	Na	Ip	Rt	Re	Cu
Bienestar psicológico	Rho Pearson	0.079	-0.102	-,224**	-,421**	-,333**	-,375**	-,303**	-,331**
	Sig. (bilateral)	0.23	0.12	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00

Nota: Rp=Concentrarse en resolver el problema; Es=Esforzarse y tener éxito; Ai=Invertir en amigos íntimos; Po=Fijarse en lo positivo; Dr=Buscar diversiones relajantes; Fi=Distracción física; As=Buscar apoyo social; So=Acción social; Ae=Buscar apoyo espiritual; Ap=Buscar apoyo profesional; Pr=Preocuparse; Pe=Buscar pertenencia; Hi=Hacerse ilusiones; Na=Falta de afrontamiento; Ip=Ignorar el problema; Rt=Reducción de la tensión; Re=Reservarlo para sí; Cu=Autoinculparse.

En la tabla 3, se aprecia que existen relaciones estadísticamente significativas y directas entre el bienestar psicológico con las estrategias del estilo Resolución del problema ($p < 0.01$); indicando que, a medida que los adolescentes con exposición a violencia presenten niveles elevados de bienestar psicológico, realizarían con mayor

frecuencia acciones dirigidas a la solución de conflictos y/o problemas; además, se observa que el bienestar psicológico se relaciona de forma significativa y directa con las estrategias del estilo Referencia a otros ($p \leq 0.01$); implicando que, a mayor bienestar que experimenten los adolescentes, emplearían estrategias que van dirigidas a otras personas como buscar apoyo profesional, social o espiritual. Por último, se aprecia que el bienestar psicológico se relaciona de forma significativa e inversa con las estrategias Hi, Na, Ip, Rt, Re y Cu ($p < 0.01$), por lo cual podríamos inferir que un nivel alto de bienestar psicológico disminuiría el uso de estrategias negativas que incluyen aspectos como el aislamiento social, el sentimiento de culpa o conductas que no están focalizadas en la resolución del problema. No obstante, se observan que no existirían relaciones estadísticamente significativas entre el bienestar psicológico y las estrategias de preocuparse y buscar pertinencia, lo cual refiere que el bienestar psicológico en adolescentes con antecedentes de violencia no tiene influencia en la utilización de estas dos estrategias.

Tabla 4.

Relación entre las dimensiones de bienestar psicológico y las estrategias de afrontamiento

Bienestar psicológico	Estrategias de afrontamiento																		
	Rp	Es	Ai	Po	Dr	Fi	As	So	Ae	Ap	Pr	Pe	Hi	Na	Ip	Rt	Re	Cu	
Control de la situación	Rho	,424*	,330*	,280**	,284**	,273**	,266**	,342**	,201**	,218**	,386**	0.061	-0.08	-0.10	-,354*	-,245*	-,281*	-,221*	-,227*
	Sig.	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.35	0.19	0.12	0.00	0.00	0.00	0.00
Aceptación de sí mismo	Rho	,292*	,134*	,224**	,255**	,296**	,322**	,222**	0.084	,252**	,230**	-0.01	-,167*	-,286*	-,420*	-,322*	-,357*	-,343*	-,399*
	Sig.	0.00	0.04	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.20	0.00	0.00	0.88	0.01	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
Vínculos sociales	Rho	,241*	,193**	,404**	,186**	,219**	0.079	,313**	0.120	,132*	,302**	0.017	-0.01	-,153*	-,255*	-,301*	-,247*	-,218*	-,201*
	Sig.	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.23	0.00	0.07	0.04	0.00	0.79	0.99	0.02	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
Proyectos	Rho	0.09	0.070	0.128	0.075	0.079	0.099	0.034	,147*	0.124	0.016	0.107	0.061	-0.02	-,167*	-0.01	-,149*	-,141*	-0.10
	Sig.	0.13	0.287	0.052	0.255	0.230	0.131	0.608	0.025	0.060	0.808	0.103	0.354	0.693	0.011	0.825	0.023	0.032	0.124

Nota: Rp=Concentrarse en resolver el problema; Es=Esforzarse y tener éxito; Ai=Invertir en amigos íntimos; Po=Fijarse en lo positivo; Dr=Buscar diversiones relajantes; Fi=Distracción física; As=Buscar apoyo social; So=Acción social; Ae= Buscar apoyo espiritual; Ap=Buscar apoyo profesional; Pr=Preocuparse; Pe=Buscar pertenencia; Hi=Hacerse ilusiones; Na=Falta de afrontamiento; Ip=Ignorar el problema; Rt=Reducción de la tensión; Re=Reservarlo para sí; Cu=Autoinculparse.

En la tabla 4, se presenta en primer lugar, en la dimensión de control de la situación, que existen correlaciones significativas y directas con las estrategias del estilo resolver el problema ($p < 0.05$) y con las estrategias del estilo de referencia a otros; lo que implicaría que a medida que los adolescentes presentan una mayor habilidad para manejar de manera efectiva tanto el entorno como su propia vida, utilizarían con mayor frecuencias dichas estrategias. Así también, se aprecian relaciones inversas con las estrategias del estilo no productivo ($p < 0.05$); lo que indicaría que un adecuado control de la situación por parte de los adolescentes reduciría la utilización de dichas estrategias, excepto por las estrategias preocuparse, buscar pertenencia y hacerse ilusiones ($p > 0.05$), dado que no presentaron correlaciones estadísticamente significativas con dicha dimensión del bienestar psicológico.

Por otro lado, se determinaron relaciones significativas y directas entre la dimensión aceptación de sí mismo con las estrategias del estilo resolver el problema ($p < 0.05$) y las estrategias del estilo de referencia a otros ($p < 0.05$), lo que evidenciaría que a medida que los adolescentes desarrollen una apreciación positiva sobre sí mismos, emplearían con mayor frecuencia dichas estrategias, excepto por la estrategia acción social (So) con la que no presenta relación estadísticamente significativa ($p > 0.05$). Así también, se observaron relaciones inversas entre dicha dimensión y las estrategias del estilo no productivo, lo que implicaría que los adolescentes que presenten una adecuada aceptación sobre sí mismos, no emplearían dichas estrategias; excepto por la estrategia de preocuparse (Pr), con quien no se ha reportado relación significativa ($p > 0.05$).

En cuanto a la dimensión vínculos sociales, se reportaron relaciones significativas y directas entre las estrategias de los estilos resolver el problema ($p < 0.05$) y de referencia a otros ($p < 0.05$), lo que implicaría que mientras los adolescentes desarrollen una mayor habilidad para generar relaciones interpersonales afectivas y de confianza, emplearían con mayor habitualidad dichas estrategias, excepto la de distracción física (Fi) y acción social (So), dado que no reportaron relaciones significativas con dicha dimensión ($p > 0.05$). Del mismo modo, se determinaron relaciones inversas con las estrategias no productivas, por lo que evidenciaría que mientras se establezcan adecuados vínculos sociales se disminuirían la utilización de dichas estrategias,

excepto con las estrategias de preocuparse (Pr) y buscar pertenencia (Pe) con quienes no se identificaron relaciones significativas ($p > 0.05$).

Por último, en la dimensión proyectos, solo se reportó relación directa y significativa con la estrategia de So ($Rho = 0.147$, $p < 0.05$) que pertenece al estilo de referencia a otros, lo que implicaría que los adolescentes que se proponen metas de forma constante y perseverante, suelen realizar acciones dirigidas a encontrar la solución de los problemas mediante las demás personas por medio de actividades grupales. Por otro lado, se reportaron correlaciones inversas con las estrategias de falta de afrontamiento ($Rho = -0.167$; $p < 0.05$) y reservarlo para sí ($Rho = -0.141$, $p < 0.05$), lo que evidenciaría que a medida que los adolescentes logren trazarse un proyecto de vida, no utilizaran aquellas estrategias que se caracterizan por desarrollar síntomas psicossomáticos, debido a la habilidad que no tiene la persona para poder resolver algún problema que se le presente, o de presentar una tendencia a ensimismarse evitando que los demás conozcan sus problemas.

Tabla 5.

Niveles de bienestar psicológico

Bienestar psicológico	f	%
Alto	57	24%
Medio	34	15%
Bajo	142	61%
Total	233	100%

En la tabla 5, se observa que el 61% de los evaluados presentan un nivel bajo de bienestar psicológico, el 24% un nivel alto y el 15% un nivel medio.

Tabla 6.*Uso de estrategias de afrontamiento*

Uso	Estrategias de afrontamiento																	
	Rp	Es	Ai	Po	Dr	Fi	As	So	Ae	Ap	Pr	Pe	Hi	Na	Ip	Rt	Re	Cu
Estrategia no utilizada	3%	0%	7%	7%	2%	10%	11%	7%	9%	35%	0%	2%	3%	8%	10%	27%	2%	7%
Se utiliza raras veces	23%	4%	32%	12%	9%	16%	42%	50%	22%	36%	6%	23%	29%	46%	37%	43%	24%	29%
Se utiliza algunas veces	35%	26%	31%	36%	15%	12%	31%	30%	32%	21%	34%	42%	46%	35%	33%	20%	30%	0%
Se utiliza a menudo	28%	54%	25%	32%	43%	24%	12%	9%	26%	8%	43%	27%	19%	9%	16%	7%	31%	23%
Se utiliza con mucha frecuencia	10%	16%	5%	17%	32%	38%	3%	3%	11%	0%	16%	6%	3%	2%	3%	2%	13%	12%

Nota: Rp=Concentrarse en resolver el problema; Es=Esforzarse y tener éxito; Ai=Invertir en amigos íntimos; Po=Fijarse en lo positivo; Dr=Buscar diversiones relajantes; Fi=Distracción física; As=Buscar apoyo social; So=Acción social; Ae= Buscar apoyo espiritual; Ap=Buscar apoyo profesional; Pr=Preocuparse; Pe=Buscar pertenencia; Hi=Hacerse ilusiones; Na=Falta de afrontamiento; Ip=Ignorar el problema; Rt=Reducción de la tensión; Re=Reservarlo para sí; Cu=Autoinculparse.

En la tabla 6, se aprecia la frecuencia con la que los adolescentes utilizan las estrategias de afrontamiento, siendo que el 38% utiliza con mucha frecuencia la estrategia distracción física y el 35% no utiliza la estrategia buscar apoyo profesional.

Tabla 7.

Niveles de bienestar psicológico y estilos de afrontamiento predominantes según variables socio-demográficas

Variables sociodemográficas	Nivel de bienestar psicológico							Estilos de afrontamiento				
	Alto		Medio		Bajo		P. Valor	Estilo no productivo		Estilo resolver el problema		P-Valor
	f	%	f	%	f	%		f	%	f	%	
Sexo												
Masculino	26	22%	19	16%	74	62%	0.59	61	54%	53	46%	0.001
Femenino	31	27%	15	13%	68	60%		39	33%	80	67%	
Edad												
13 - 14	25	23%	11	10%	73	67%	0.341	46	42%	64	58%	0.337
15 -16	26	24%	22	20%	61	56%		50	46%	58	54%	
17- 18	6	40%	1	7%	8	53%		4	27%	11	73%	
Grado educativo												
2do	15	25%	5	8%	41	67%	0.106	22	36%	39	64%	0.498
3ro	14	19%	14	19%	45	62%		34	47%	39	53%	
4to	13	21%	10	16%	40	63%		30	48%	33	52%	
5to	15	42%	5	14%	16	44%		14	39%	22	61%	
Testigo de violencia												
NO	2	14.5%	2	14.5%	10	71%	0.638	8	57%	6	43%	0.267
SI	55	25%	32	15%	132	60%		92	42%	127	58%	
Víctima de violencia												
NO	50	41%	24	18%	63	46%	0.001	34	25%	103	75%	0.001
SI	7	7%	10	10%	79	83%		66	69%	30	31%	

En la tabla 7, se observa que el 62% de los varones y el 60% de las mujeres presentaron un nivel bajo de bienestar psicológico, demostrándose que no existen asociaciones significativas entre dicha variable y el sexo de los adolescentes ($p < 0.59$). Del mismo modo, se evidenció que el 56% de los adolescentes entre 15 y 16, así como el 67% que se sitúan entre 13 y 14 años presentaron un nivel bajo de bienestar psicológico, y solo el 53% de los participantes entre 17 a 18 años presentaron también un nivel bajo, reportaron que la edad de los adolescentes no estaría asociada al desarrollo del bienestar psicológico ($p < 0.341$). Por otro lado, el 62% de los estudiantes del 3° año, el 63% de 4° año, el 44% de 5° año y el 67% de los estudiantes de 2° año presentaron un nivel bajo de bienestar psicológico, apreciándose que el grado académico no estaría asociado al bienestar psicológico de los adolescentes ($p = 0.106$). En cuanto a los antecedentes de exposición a violencia, se identificó que el 71% de los adolescentes que fueron testigos de violencia presentaron un nivel bajo de bienestar psicológico, evidenciándose una asociación no significativa entre ambas variables ($p = 0.638$). Así también, el 83% de los adolescentes que sufrieron violencia presentaron un nivel bajo de bienestar psicológico, demostrándose que la condición de víctima de violencia estaría asociada con el desarrollo de bienestar ($p = 0.001$). Por otro lado, respecto a los estilos de afrontamiento, se aprecian que el sexo ($p = 0.001$) y la condición de víctima de violencia ($p = 0.001$) de los adolescentes se asocia significativamente con los estilos de afrontamiento, demostrándose que el 54% de las mujeres utilizan un estilo no productivo y el 67% de los varones el estilo de resolver el problema y el 69% de los adolescentes víctimas de violencia utilizan el estilo no productivo y el 75% de los adolescentes que no sufrieron de violencia de forma directa utilizaron con frecuencia el estilo resolver el problema.

V. DISCUSIÓN

La adolescencia es una etapa con cambios significativos que involucran factores biológicos y psicosociales específicos que promueven el desarrollo cognitivo y las habilidades para la vida de los adolescentes, como la interacción entre pares y las actividades al aire libre (Organización Mundial de la Salud, 2018). En ese marco, diversos estudios han alertado sobre un aumento de la exposición a la violencia durante la adolescencia en los últimos años y sus repercusiones en la salud mental y el bienestar de los adolescentes (Pereda & Díaz, 2020). A partir de ello, en esta investigación se propuso determinar la correlación entre el bienestar psicológico y las estrategias de afrontamiento en estudiantes con exposición a violencia de una IE. de San Juan de Lurigancho, reportándose como resultado que existen correlaciones significativas y directas ($p < 0.001$) entre el bienestar psicológico y las estrategias de afrontamiento del estilo resolver el problema: Rp, Es, Ai, Po, Dr, Fi, así como también con las estrategias del estilo referencia a otros: As, So, Ae, Ap; por otro lado se reportaron relaciones inversas entre el bienestar psicológico y las estrategias no productivas: Hi, Na, Ip, Rt, Re y Cu, sin embargo, se observan una relación no significativa entre el bienestar psicológico y las estrategias Pr y Pe ($p > 0.005$).

Estos resultados han permitido inferir que el estilo de afrontamiento resolver el problema y de referencia a otros permiten a las personas adaptarse mejor a las situaciones conflictivas, mitigando las consecuencias negativas de la exposición a la violencia, y en su bienestar psicológico. Respecto a ello, Naseem y Khalid (2010) señalan que la evaluación cognitiva permite a la persona evaluar si un encuentro en particular es relevante para su bienestar, por lo que desde el principio de evaluación por Lazarus y Folkman (1984), se ha reconocido el beneficio del pensamiento positivo cuando se enfrenta a una situación estresante, por lo que el pensamiento positivo podría permitir que los adolescentes interpreten situaciones estresantes de manera que conduzcan al crecimiento y el éxito y, por lo tanto, evitaría que los adolescentes participen o se involucren en situaciones de violencia, ya sea bloqueando al atacante o siendo asertivo con el perpetrador. Además, es bien sabido que las estrategias

productivas de afrontamiento permiten a las personas adaptarse mejor a las situaciones estresantes (Hampel et al., 2009).

Así también, las estrategias del estilo referencia a otros es una de las respuestas más valoradas; por lo que los adolescentes que tienen un fuerte apoyo social pueden tener menos probabilidades de convertirse en víctimas que sus compañeros más aislados o aquellos que tienen dificultades con las interacciones sociales porque las interacciones positivas con los compañeros y la familia protegen contra la victimización (Buelga et al., 2012).

Por otro lado, el afrontamiento no productivo son estilos de afrontamiento particularmente preocupantes, ya que estrategias como la impotencia, la autculpabilidad o la venganza se relacionaron con un mayor nivel de problemas mentales (Downey et al., 2010). Además, mientras que las represalias pueden prolongar un círculo vicioso de violencia e implicar aún más al individuo con un rol dual (es decir, víctima y perpetrador), la impotencia (es decir, rumiación y autculpabilidad) podría conducir a esquemas desadaptativos y la cronificación de la victimización (Gámez et al., 2018). Por tanto, se puede suponer que el afrontamiento no productivo se asocia positivamente con ser víctimas de violencia, afectando su funcionamiento psicológico.

Estos resultados guardan similitudes con lo reportado por De la Cruz y Solórzano (2023) quienes, en su investigación sobre estrategia de afrontamiento, bienestar subjetivo y psicológico durante la pandemia por COVID – 19 demostraron que las estrategias de afrontamiento se correlacionan significativamente y es directamente proporcional con el bienestar psicológico, asimismo qué el estilo de afrontamiento no productivo se correlaciona negativamente con el bienestar psicológico.

En relación a la correlación del bienestar psicológico con las estrategias de afrontamiento, se infiere que existe significancia con las estrategias Rp, Es, Ai, Po, Dr, Fi, As, So y Ap ($P < .001$) es decir que ha mayor uso de estas estrategias, mayor bienestar psicológico, sin embargo, presenta una correlación negativa con las estrategias Hi ($r = -.224$), Na ($r = -.421$), Ip ($r = -.333$), Rt ($r = -.375$), Re ($r = -.303$) y Au ($r = -.331$), es decir, mientras los estudiantes utilizan más estas estrategias, menor su bienestar

psicológico, así como la autora Neira (2018) teniendo como población al mismo grupo de edades en el distrito de Lima, indica que las estrategias invertir en amigos íntimos, concentrarse en resolver el problema y esforzarse para tener éxito tiene correlación significativa y positiva con el bienestar psicológico ($p < .001$), pero una correlación significativa negativa con las estrategias Na ($r = .264$) y Rt ($r = -.236$).

Asimismo, Suárez y Shuguli (2023). en su estudio, en base a las correlaciones entre dimensiones de las variables, el Control de la situación tiene correlación positiva con las estrategias Ap y Dr ($p < .05$), en tanto, por nuestra parte tienen mejores números, ya que obtienen ($p < .001$), asimismo, estos autores en sus resultados indican que la estrategia Cu, solo tiene correlación muy significativa con la dimensión proyectos personales ($p < .01$), sin embargo en nuestra muestra ($n = 233$), la estrategia no indica una correlación con la misma dimensión ($p < .124$), en cambio si tiene correlación pero negativa con las otras dimensiones de la variable principal.

La presencia predominante de niveles bajos de bienestar psicológico en la muestra evaluada presenta discrepancias con lo reportado por Guato (2022) quien identificó en una muestra similar la presencia de un alto nivel de bienestar psicológico (51.4%), teniendo como población a adolescentes de una institución educativa en el país de Ecuador, esta diferencia se ve ya que la zona y vulnerabilidad que se da son contextos diferentes. Por otro lado, Neira (2018) indicó que el mayor porcentaje de estudiantes se ubican en un nivel medio con un 57.1%, teniendo a una muestra menor ($n = 168$) a la del presente estudio ($n = 233$), en donde se evidenció un 15% que tienen el mismo nivel mencionado con anterioridad.

Asimismo, con respecto al uso de estrategias, se considera la estrategia que se aplica con mucha frecuencia es la de distracción física (Fi) con un total de 88 estudiantes (38%), lo que difiere con los hallazgos obtenidos por Suarez y Shuguli (2023) quienes indican que la estrategia que más utilizaron fue el de esforzarse y tener éxito, y una de las que menos utilizaron fue Fi ($n = 62$) donde esta estrategia, es la que más se utiliza en la población de estudio, teniendo características parecidas en base al nivel de vulnerabilidad.

Los hallazgos en este estudio sugieren que la disponibilidad de recursos de afrontamiento puede mitigar el impacto de la violencia en el bienestar psicológicos de

los adolescentes, por lo que las estrategias de afrontamiento en esta investigación se limitaron a las habilidades de afrontamiento centradas en el problema que los adolescentes con antecedentes a la exposición a la violencia utilizaron, lo que sugieren que la flexibilidad de afrontamiento o el uso de múltiples estrategias de afrontamiento pueden ser particularmente útiles para mejorar la salud mental y bienestar, dado que la forma en que los individuos lidian con el estrés puede reducir los efectos sobre la salud mental o amplificar la angustia emocional y los comportamientos de internalización y externalización asociados (Skinner et al., 2003).

Los límites que se presentaron en la investigación, se dan en primer lugar, por el acceso con poca seguridad en los alrededores del colegio, y el aplicar uno de los instrumentos con muchos ítems. Sin embargo, no hubo falta de disposición de los estudiantes para acabar con ambas evaluaciones. Se recomienda para próximas investigaciones, buscar o adaptar un instrumento con menor número de ítems, para que no sea cansado para algunos adolescentes y sea mucho mejor su aplicación.

VI. CONCLUSIONES

PRIMERA: Existen relaciones significativas y directa entre el bienestar psicológico y las estrategias de los estilos resolver el problema y de referencia a otros ($p < 0.01$), y relaciones inversas con las estrategias del estilo no productivo ($p > 0.01$), excepto con las estrategias preocuparse, buscar pertenencia e ignorar el problema, con quienes no se existen relaciones significativas.

SEGUNDA: Las dimensiones de control de la situación, aceptación de sí mismo y vínculos sociales se relacionan de forma directa con las estrategias del estilo resolver el problema y de referencia a otros y de forma inversa con el estilo no productivo. Sin embargo, la dimensión de proyecto solo se relaciona de forma directa con la estrategia de acción social, y de manera inversa con la falta de afrontamiento y reservarlo para sí.

TERCERA: La mayoría de adolescentes expuestos a la violencia presentaron un nivel bajo de bienestar psicológico (61%).

CUARTA: El 38% de los adolescentes utilizan con mucha frecuencia la estrategia distracción física y el 35% no utiliza la estrategia buscar apoyo profesional.

QUINTA: El bienestar psicológico no se asocia con el sexo, edad, grado educativo y el ser testigo de violencia; sin embargo, se evidenció una asociación significativa con la victimización.

VII. RECOMENDACIONES

PRIMERA: Implementar medidas preventivas mediante la difusión de información y promoción del uso de estrategias de afrontamiento más productivas basadas en la resolución de problemas y de referencia a otros, a través de charlas psicoeducativas y talleres, con la finalidad de que los escolares con antecedentes de exposición a situaciones violentas puedan desarrollar un adecuado bienestar psicológico.

SEGUNDA: Se recomienda promover la continuidad de estudios orientados al análisis del bienestar psicológico y las estrategias de afrontamiento en poblaciones en condiciones de vulnerabilidad, tales como víctimas directas de la violencia intrafamiliar y escolar, debido a la problemática a la que está expuesta las poblaciones con dichas características.

TERCERA: Al departamento de Psicología de la Institución Educativa, se recomienda identificar a los estudiantes que presenten indicadores de antecedentes de exposición a violencia, a través de reuniones con los padres de familia para evaluar las posibilidades de riesgo de que esta situación incremente, con la finalidad de derivarlos hacia profesionales especialistas en la materia.

CUARTA: Finalmente se recomienda a las instituciones públicas, ofertar actividades de soporte que permitan ser complementarias al impacto de la violencia o la recuperación de la salud mental de los adolescentes con exposición a situaciones violentas, tales como charlas, programas y talleres tanto a padres como hijos basados en el fortalecimiento de la aceptación de sí mismos y de los vínculos afectivos, así como en el entrenamiento en estrategias adaptativas para la autonomía en el afrontamiento de situaciones difíciles.

REFERENCIAS

- Algorani, E., Y Gupta, V. (2023). Coping Mechanisms. *National Library of Medicine*. 1(1). <https://n9.cl/bo3qe>
- Amaiquema, F. Vera, J. y Zumba, I. (2019). Enfoques para la formulación de la hipótesis en la investigación científica. *Conrado*, 15(70). <https://n9.cl/rx6gw>
- Aubert, F. (2017). *Afrontamiento y Bienestar psicológico en adolescentes con cáncer*. [Tesis de grado]. Universidad Pontificia católica del Perú. <https://n9.cl/hwtxv0>
- Bahamón, J., Alarcón, Y., Y Cudris, L. (2019). Bienestar psicológico en adolescentes colombianos. *Archivos Venezolanos de Farmacología y Terapéutica*, 38(5). <https://n9.cl/r97vt>
- Baranauskiene, I., Bohucharova, O. y Kovalenko, A. (2021). The peculiarities of academic procrastination of students-future police officers. *INTED 2021*, 1. <https://doi.org/10.21125/inted.2021.0595>
- Barrera, L., Sotelo, M., Barrera, R., Y Aceves, J. (2019). Bienestar psicológico y rendimiento académico en estudiantes universitarios. *Enseñanza e Investigación en Psicología*, 1(2). <https://revistacneip.org/index.php/cneip/article/view/42/33>
- Buelga S, Cava MJ, Musitu G. Validación de la Escala de Victimización entre Adolescentes a través del Teléfono Móvil y de Internet. *Rev Panam Salud Publica*, 32(1), 36–42. <https://n9.cl/wcf0b4>
- Cahua, K. (2021). *Inteligencia Emocional, Bienestar Psicológico y Estrategias de Afrontamiento en Adolescentes de Secundaria de Arequipa, 2021*. [Tesis de maestría]. Universidad César Vallejo. {PDF} <https://hdl.handle.net/20.500.12692/69053>

- Casullo y Castro (2000). Evaluación del bienestar psicológico en estudiantes adolescentes argentinos. *Revista de Psicología de la PUCP*. 17 (1). Universidad de Buenos Aires. [PDF] <https://doi.org/10.18800/psico.200001.002>
- Castro, J., Gómez, L. y Camargo, E. (2022). La investigación aplicada y el desarrollo experimental en el fortalecimiento de las competencias de la sociedad del siglo XXI. *Tecnura*, 27(75), 140-174. <https://n9.cl/6b1hw>
- Ccasa, C. (2022). *Estrategias de afrontamiento y sus variables sociodemográficas en adolescentes del distrito de Arequipa en contexto de la COVID 2019*. [Tesis de grado] Universidad Nacional de San Agustín de Arequipa. <https://n9.cl/budzk>
- Cresto, I. (2022). *Estilos de afrontamiento al estrés y bienestar psicológico en estudiantes universitarios de San Juan de Lurigancho*. [Tesis de grado] Universidad Autónoma del Perú. <https://n9.cl/k9t6g>
- Cortez, M. (2016). Propiedades psicométricas de la Escala de Bienestar Psicológico de Martina Casullo en adolescentes de Trujillo. *Ciencia y tecnología*. 12 (4), 101 – 112. [PDF] <https://revistas.unitru.edu.pe/index.php/PGM/article/view/1518>
- Defensoría del pueblo (4 de mayo de 2023). *Defensoría del Pueblo insta a Dirección Regional de Educación del Callao a priorizar la prevención de la violencia escolar ante el incremento de casos*. <https://n9.cl/0xw730>
- Demiris, G., Parker, D., Washington, K. y Pike, K. (2019). A problem-solving intervention for hospice family caregivers: a randomized clinical trial. *Clinical Investigation*, 67(7). <https://sci-hub.se/https://doi.org/10.1111/jgs.15894>
- De la cruz y Solórzano (2023). Estrategias de afrontamiento, bienestar subjetivo y psicológico durante la pandemia por Covid-19 en escolares limeños. *Propuestas educativas*. 5 (9), 49 – 58. [PDF]

- Dias, E. y Pais, J. (2019). O Modelo de Coping de Folkman e Lazarus: Aspectos Historicos e Conceituais. *Revista Psicologia e Saúde*, 11(2), 55-66. <https://www.redalyc.org/journal/6098/609863969005/609863969005.pdf>
- Dong, R. y Chia-chen, B. (2019). Retracted: digital communication media use and psychological well-being: a meta-analysis. *Journal of Computer –Mediated Communication*, 24(5). <https://academic.oup.com/jcmc/article/24/5/259/5583692?login=falsev>
- Downey, L., Johnston, P., Hansen, K., Birney, J. y Stough, C. (2010). Investigating the mediating effects of emotional intelligence and coping on problem behaviours in adolescents. *Australian Journal of Psychology*, 62, 20---29. <http://dx.doi.org/10.1080/00049530903312873>
- Estrada, E., Y Mamani, H. (2020). Bienestar psicológico y resiliencia en estudiantes de educación superior pedagógica. *Apuntes Universitarios*, 10(4). <https://apuntesuniversitarios.upeu.edu.pe/index.php/revapuntes/article/view/491/568>
- Flores, S. (2021). *Afrontamiento al estrés y bienestar psicológico en jóvenes del distrito de San Juan de Lurigancho, Lima, 2021*. [Tesis de grado]. Universidad Norbert Wiener. <https://n9.cl/ubcvr>
- Folkman, S. (2010). Stress, coping, and hope. *Psycho-Oncology*. 19, 901-908 [PDF] <https://doi.org/10.1002/pon.1836>
- Fritiana, N. y Fatimah, M. (2023). Coping strategies in improving happiness among higher education students in Indonesia. *Advances in Social Science, Education and Humanities Research*, 737, pp 31- 38. https://doi.org/10.2991/978-2-38476-080-0_5
- Gámez M., Calvete E. y Borrajo, E. (2018). Abuso, control y violencia en la pareja a través de internet y los smartphones. *Psychologist Papers*. 39(3), pp. 218-227 <https://doi.org/10.23923/pap.psicol2018.2874>

- García, D., Hernández, J., Espinosa, J., Y José, M. (2020). Salud mental en la adolescencia montevideana: una mirada desde el bienestar psicológico. *Archivos venezolanos de farmacología y terapéutica*, 39(2).
<https://biblat.unam.mx/hevila/Archivosvenezolanosdefarmacologiayterapeutica/2020/vol39/no2/7.pdf>
- García, F., Alfaro, A., Hernández, A. y Molina, M. (2006). Diseño de Cuestionarios para la recogida de información: metodología y limitaciones. *Revista Clínica de Medicina de Familia*, 1 (5), pp. 232-236 <https://n9.cl/gioh>
- García J. (2015). *Estrategias de afrontamiento y bienestar psicológico en estudiantes universitarios de primer y segundo semestre académico*. [Tesis de grado] Universidad de Antioquía <https://n9.cl/ej9uhs>
- García, M., Aguilar, J., Y García, M. (2022). Bienestar psicológico y burnout en personal de salud durante la pandemia de COVID-19. *Escritos de Psicología*, 14(2). <https://n9.cl/vsoq1>
- García Viniegras, C., y González Benitez, I. (2000). La categoría bienestar psicológico. Su relación con otras categorías sociales. *Revista Cubana de Medicina General Integral*, 16(6). http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0864-21252000000600010
- Guamán, K. Hernández, E. y Lloay, S. (2021). El proyecto de investigación: la metodología de la investigación científica o jurídica. *Conrado*, 17 (81). <https://n9.cl/c7gsk2>
- Guato, A. (2022). *Bienestar psicológico y su relación con las estrategias de afrontamiento de los adolescentes* [Tesis de grado]. Pontificia Universidad Católica del Ecuador.
<https://repositorio.pucesa.edu.ec/bitstream/123456789/3558/1/77854.pdf>

- Hampel, P., Graef, T., Krohn-Grimberghe, B. y Tlach, L. (2009). Efectos del género y el manejo cognitivo-conductual de los síntomas depresivos en el resultado de la rehabilitación entre pacientes ortopédicos hospitalizados con dolor lumbar crónico: A 1 Año Estudio Longitudinal. *Revista europea de la columna vertebral*, 18, 1867-1880. <http://dx.doi.org/10.1007/s00586-009-1080-z>
- Henry, M., Shorter, S., Charkoudian, L., Heemstra, J., Le, B., & Corwin, L. (2022). Coping behavior versus coping style: characterizing a measure of coping in undergraduate STEM contexts. *International Journal of STEM Education*. 9(17). <https://n9.cl/ym5s3f>
- Hernández, C., y Carpio, N. (2019, Febrero 15). Introducción a los tipos de muestreo. *Revista Alerta*, 2(1), 75-79. <https://www.lamjol.info/index.php/alerta/article/view/7538/7726>
- Hernández, C., Baptista, P. y Fernández C. (2014). *Metodología de la investigación* (P. Baptista Lucio, Ed.). McGraw-Hill Education
- Ho, C., Chua, J., Y Tay, G. (2022). The diagnostic and predictive potential of personality traits and coping styles in major depressive disorder. *BMC Psychiatry*. 22(301). <https://n9.cl/67mpz>
- Instituto nacional de estadística informática. (2018). Compendio Estadístico Provincia de Lima 2018. INEI. <https://n9.cl/b037h>
- Instituto nacional de estadística informática. (2020). Compendio Estadístico Provincia de Lima 2020. INEI. <https://n9.cl/0rtz8>
- Jensen, A. y Faedda, L. (2011). Exploración de la dimensión aceptación/control del bienestar psicológico. Los significados otorgados según grupo de edad y género. <https://www.aacademica.org/000-052/367.pdf>

- Khaled, E. (2021). Effectiveness of coping strategies program in reducing the rejection sensitivity and social anxiety with college students. *Universal Journal of Educational Research*, 9(5). <https://n9.cl/5410d>
- Liu, J., Yang, Y., Chen, J., Zhang, Y., Zeng, Y., Y Li, J. (2022). Stress and coping styles among nursing students during the initial period of the clinical practicum: A cross-section study. *International Journal of Nursing Sciences*, 9(2). <https://n9.cl/xhlf2>
- López, P. (2004). Población, muestra y muestreo. *Punto Cero*. 9 (8). <https://n9.cl/gs80>
- Maquén, R. (2021). *Relación entre el bienestar psicológico y violencia intrafamiliar en estudiantes de una Institución educativa, Lambayeque, 2021*. [Tesis de grado]. Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote. <https://n9.cl/ijumq>
- Mamani et al. (2018). Madurez psicológica y bienestar psicológico en estudiantes de una Institución Educativa Privada de Juliaca - Perú. *Revista Científica de Ciencias de la Salud*. 14 (1). Enero - Junio. [PDF] <http://hdl.handle.net/20.500.12840/4450>
- Marin, T., Holtzman, S., Y Robinson, L. (2007) Coping and the response of others. *Sage Journals*. 24(6). <https://n9.cl/4vk3l>
- Mayordomo, T. (2013). *Afrontamiento, resiliencia y bienestar a lo largo del ciclo vital*. [Tesis de doctorado]. Universidad de Valencia. <https://core.ac.uk/download/pdf/71013352.pdf>
- Narváez, J., Obando, L., Hernández, K., Y De la Cruz E. (2021) Bienestar psicológico y estrategias de afrontamiento frente a la COVID-19 en universitarios. *Univ. Salud*, 23(3). <https://n9.cl/pd9m4>
- Naseem, Z. y Khalid, R. (2010). Positive Thinking in Coping with Stress and Health outcomes: Literature Review. *Journal of Research and Reflections in Education*, 4, No.1, pp 42 -61. <https://ue.edu.pk/jrre/articles/41004.pdf>

- Neira Vargas, E. (2018). *Estrategias de afrontamiento y bienestar psicológico en adolescentes de cuarto y quinto de secundaria de la I.E. José María Eguren - Barranco, 2018*. [Tesis de grado]. Universidad Privada del Norte <https://n9.cl/9rt1y>
- Ñaupas, H., Mejía, E., Novoa E. y Villagómez, A. (2014). *Metodología de la investigación cuantitativa – cualitativo y redacción de tesis*. Ediciones de la U.
- Organización mundial de la salud. (2018). Salud del adolescente <https://www.paho.org/es/temas/salud-adolescente>
- Organización Panamericana de la Salud. (2023). Violencia juvenil. <https://www.paho.org/es/temas/violencia-juvenil>
- Park, Y., Kim, I., Y Jeong, Y. (2022). Stress, and coping strategy of university students during COVID-19 in Korea: The mediating role of ego-resiliency. *Acta Psychologica*. 227, Julio 2022. <https://n9.cl/jlkj8>
- Pereda, N., y Díaz Faes, D. A. (2020). Family violence against children in the wake of COVID-19 pandemic: A review of current perspectives and risk factors. *Child and Adolescent Psychiatry and Mental Health*, 14(40) <https://doi.org/10.1186/s13034-020-00347-1>
- Retuerto, J. (2018). *Estrategias de afrontamiento y violencia escolar en adolescentes de 3ro a 5to de secundaria de instituciones educativas públicas del distrito de Carmen de Legua – Reynoso,2018*. [Tesis de pregrado]. Universidad Cesar Vallejo. <https://n9.cl/vkp0j>
- Rodríguez Marín, J., y Blanco Abarca, A. (2007). *Intervención psicosocial*. Pearson Educación <https://n9.cl/gu4v51>
- Rocha Cuadros, Y. Y. (2022). *Autoestima, bienestar psicológico y estrategias de afrontamiento en mujeres víctimas de violencia familiar atendidas en un centro*

de salud en Lima. [Tesis de grado]. Universidad Inca Garcilaso de la Vega. [PDF] <https://repositorioslatinoamericanos.uchile.cl/handle/2250/6514018>

Rodríguez Valdivia, N. (2022). *Autoestima, Bienestar psicológico y estrategias de afrontamiento en mujeres víctimas de violencia familiar atendidas en un centro de salud de Lima*. [Tesis de maestría]. Universidad Inca Garcilaso de la Vega <https://n9.cl/z35vw>

Skinner, E. A., Edge, K., Altman, J., & Sherwood, H. (2003). Searching for the structure of coping: a review and critique of category systems for classifying ways of coping. *Psychological bulletin*, 129(2), 216. <https://psycnet.apa.org/record/2003-01977-005>

Stanibula, S. (2020). Peculiarities of coping strategies within people with various type of accentuation of carácter. *Journals OA*, (11). <https://journals.oa.edu.ua/Psychology/article/view/2972/2732>

Suarez, D. y Shuguli, C. (2023). Estrategias de afrontamiento y bienestar psicológico en adolescentes institucionalizados. *Revista psicológica UNEMI*. 7(12), pp. 65 - 76. [PDF] <https://doi.org/10.29076/issn.2602-8379vol7iss12.2023pp65-76p>

Tacca, D. y Tacca A. (2019). Estilos de afrontamiento y bienestar psicológico en estudiantes de postgrado. *Revista de Investigación Psicológica*, (21), 37-56. <https://n9.cl/kt89a2>

Thompson, M., Draper, B., Y Kreitler, C. (2022). The Relationship Between Stress, Coping Strategies, and Problem-Solving Skills Among College Students. *Inquiries Journal*. 14(3). <https://n9.cl/qoirb>

Uribe, A., Ramos, I., Villamil, I. y Palacio, J. (2018). La importancia de las estrategias de afrontamiento en el bienestar psicológico en una muestra escolarizada de adolescentes. *Psicogente*, 21 (40). <https://n9.cl/42k16>

- Vásquez, C., Hervás, G., Rahona, J. J., & Gómez, D. (2009). Bienestar psicológico y salud: Aportaciones desde la Psicología Positiva. *Anuario de Psicología Clínica y de la Salud*, 5 (2009), 15 - 28. <https://n9.cl/2ar55>
- Wang, H., Lee, S., Y Hall, N. (2022). Coping profiles among teachers: Implications for emotions, job satisfaction, burnout, and quitting intentions. *Contemporary Educational Psychology*. 68. Enero 2022. <https://n9.cl/fobxa>
- Wu, B., Zhang, M., Niu, N., Zhi, X., Zhu, P., Meng, A. y Zhao, Y. (2021). Nurses' psychological changes and coping strategies during home isolation for the 2019 novel coronavirus in China: A qualitative study. *Journal of Advanced Nursing*, 77 (1), 308-317. <https://doi.org/10.1111/jan.14572>
- Yang, Y., Lu, X., Ban, Y., Y Sun, J. (2022). Social Support and Job Satisfaction in Kindergarten Teachers: The Mediating Role of Coping Styles. *Sec. Organizational Psychology*. 13. <https://n9.cl/0nft2>

ANEXOS

Anexo 01: Operacionalización de las variables

Variable	Definición conceptual	Definición operacional	Dimensiones	Indicadores	Ítems	Escala	Medición
Bienestar psicológico	El autor Casullo (2000) lo define como la capacidad para consolidar vínculos, tener un manejo adecuado en su desenvolvimiento, adaptándose, con una evaluación como persona desde un enfoque tanto en lo positivo como en lo negativo y dando la relevancia a las satisfacciones como persona adquiere	La escala BIEPS-J tiene como autora principal a Casullo (2002), adaptado al Perú por Cortez (2016), compuesta por 4 dimensiones y divididas en 13 ítems, asimismo la suma total de los ítems dará como resultado a la PD al cual se le asignará un puntaje en percentil.	Control de la situación	Desenvolvimiento efectivo en el ambiente	1, 5, 10, 13	Escala Likert/ ordinal 1 = En desacuerdo 2 = Ni de acuerdo, ni desacuerdo 3 = De acuerdo	Nivel bajo: 28 - 32 Nivel medio: 33 - 38 Nivel alto: 39
			Aceptación de sí mismo	Evaluaciones positivas, presentes y pasadas	4, 7, 9		
			Vínculos sociales	Desarrollo de las relaciones interpersonales	2, 8, 11		
			Proyectos	Significancia de la vida	3, 6, 12		

Variable	Definición conceptual	Definición operacional	Dimensiones	Indicadores	Ítems	Escala
Estrategias de afrontamiento	Según Frydenberg (1997) define al afrontamiento como acciones frente al estrés y los recursos que tenemos para manejarlo determinan en gran parte el proceso de aprendizaje y de desarrollo del individuo.	La variable se medirá basándose en tres dimensiones, divididas en 80 ítems. Para la corrección se tendrá en cuenta que cada respuesta A, B, C, D o E se corresponde respectivamente con una puntuación de 1, 2, 3, 4 o 5 puntos, para cada escala se obtendrá la puntuación al sumar los puntos obtenidos en cada uno de los 5, 4 ó 3 elementos de la escala y se anotará los resultados es "Puntuación Total", Esta puntuación se multiplicará por 4, 5	Afrontamiento dirigido a la resolución de problemas	Análisis de las distintas formas como se resuelve un problema	2, 21, 39, 57, 73	Escala de Likert Nominal 1=Nunca lo hago 2=Lo hago raras veces 3=Lo hago algunas veces 4= Lo hago a menudo 5= Lo hago con mucha frecuencia
				Compromisos, dedicaciones y motivaciones	3, 22, 40, 58, 74	
				Preocupación por los demás.	6, 25, 43, 61, 77	
				Ver el lado positivo de las cosas.	16, 34, 52, 70	
				Actividades de relajación	18, 36, 54	
			Afrontamiento con relación a los demás.	Actividades físicas	19, 37, 55	
				Buscar apoyo en los demás.	1, 20, 38, 56, 72	
				Dejar que las personas sepan	10, 11, 29, 47, 65	
				Ayuda en la religión	15, 33, 51, 69	
				Ayuda en los especialistas	17, 35, 53, 71	
Afrontamiento improductivo	Preocupaciones futuras	4, 23, 41, 59, 75				

ó 7 en función de los números de elementos, para hallar la puntuación ajustada.	Relaciones interpersonales	5, 24, 42, 60, 76
	Esperanzas positivas	7, 26, 44, 62, 78
	Incapacidad para resolver el problema	8, 27, 45, 63, 79
	Disminuir las tensiones	9, 28, 46, 64, 80
	Ignorar los problemas	12, 30, 48, 66
	Culpabilizarse a sí mismo	13, 31, 49, 67
	Ser reservado para sí	14, 32, 50, 68

Anexo 2: Operacionalización de la variable Factores asociados

VARIABLE	Dimensiones	Indicador	Escala	Valores	
Factores sociodemográficos	Edad	Años cumplidos	Intervalo		
			13 – 14	1	
			15 – 16	2	
				17 – 18	3
	Sexo	Identidad sexual, distinción entre femenino y Masculino	Nominal		
			Femenino	1	
				Masculino	2
	Grado	Nivel de escolaridad	Nominal		
			2do	1	
			3ro	2	
4to			3		
			5to	4	
Tipos de Familia	Tipo de familia que pertenece	Nominal			
		Nuclear	1		
		Monoparental	2		
			Extensa	3	
Testigo de violencia	Si fue testigo de violencia, física, verbal o psicológica	Nominal			
		Si	1		
			No	2	
Víctima de Violencia	Si fue víctima de violencia, física, verbal o psicológica	Nominal			
		Si	1		
			No	2	

Anexo 3: Matriz de consistencia

PROBLEMA CENTRAL	FORMULACIÓN DEL PROBLEMA	TÍTULO	OBJETIVOS	HIPÓTESIS
<p>La investigación se centra en el riesgo que tienen los adolescentes al contar con pocas estrategias para enfrentar ciertas situaciones que amenazan su bienestar psicológico.</p>	<p>¿Existe correlación entre bienestar psicológico y estrategias de afrontamiento en estudiantes con exposición a violencia de una Institución Educativa de San Juan de Lurigancho?</p>	<p>Bienestar psicológico y estrategias de afrontamiento en estudiantes con exposición a violencia de una I.E. de San Juan de Lurigancho</p>	<p>General: Determinar la relación entre el bienestar psicológico y las estrategias de afrontamiento en estudiantes con exposición a violencia de una IE. De San Juan de Lurigancho</p> <p>Específicos: Analizar la relación entre las dimensiones de bienestar psicológico y estrategias de afrontamiento. Identificar los niveles de bienestar psicológico</p> <p>Determinar el uso de estrategias de afrontamiento predominantes en los estudiantes</p>	<p>General: H1: Existe relación entre el bienestar psicológico y las estrategias de afrontamiento en estudiantes de una I.E. de San Juan de Lurigancho</p> <p>H0: No existe relación entre el bienestar psicológico y las estrategias de afrontamiento en estudiantes de una I.E. de San Juan de Lurigancho</p> <p>Específicos: H2: Existe relación entre las dimensiones del bienestar psicológico y de las estrategias de afrontamiento</p> <p>H0: No existe relación entre las dimensiones del bienestar psicológico y de las estrategias de afrontamiento</p>

H3: Los estudiantes de una I.E. de San Juan de Lurigancho tienen un nivel de bienestar psicológico bajo

H0: Los estudiantes de una I.E. de San Juan de Lurigancho no tienen un nivel de bienestar bajo

H4: La estrategia “esforzarse y tener éxito,” es la más utilizada por los estudiantes de una I.E. de San Juan de Lurigancho

H0: La estrategia “esforzarse y tener éxito,” no es la más utilizada por los estudiantes de una I.E. de San Juan de Lurigancho

Anexo 4: Autorización de escala de bienestar psicológico

← 📅 ⓘ 🗑️ 📧 ⌚ ↻ 📁 ▶️ ⋮ 3 de 307 < >

Autorización para uso de la Escala de Bienestar Psicológico en nuestra investigación Externo Recibidos x

MISHELL ALLISON PEREZ VASQUEZ jue, 1 dic, 18:48 (hace 4 días) ☆
Buenos tardes Licenciada Marilia Cortez Vidal, le escriben Perez Vasquez Mishell Allison y Galarza Valladares Karla alumnas de la Universidad César Vallejo...

Marilia Sibebe Cortez Vidal para mí ▾ 12:59 (hace 6 horas) ☆ ↶ ⋮
Buenas tardes srtas. Perez Vasquez Mishell Allison y Galarza Valladares Karla

A su consulta, doy la autorización para el uso de la escala.

Desde ya les deseo éxitos en el desarrollo de trabajo.

Atte.
Marilia Sibebe Cortez Vidal
Psicoterapeuta

Anexo 5: Instrumentos

Escala de Bienestar Psicológico BIEPS-J Martina Casullo

Adaptación peruana por Marilia Cortez

Por favor lee con atención las siguientes oraciones y marca tu respuesta según lo que pienses y sientas durante este último mes. No hay respuestas buenas o malas, así que no dejes oraciones sin responder. Marca tu respuesta con una equis (X) Las opciones de respuesta son: DE ACUERDO, NI DE ACUERDO NI EN DESACUERDO y EN DESACUERDO

	De acuerdo	Ni acuerdo, ni desacuerdo	En desacuerdo
1. Creo que me hago cargo de lo que digo o hago			
2. Tengo amigos/as en quienes confiar			
3. Creo que sé lo que quiero hacer con mi vida.			
4. En general estoy conforme con el cuerpo que tengo			
5. Si algo me sale mal puedo aceptarlo o admitirlo.			
6. Me importa pensar que haré en el futuro.			
7. Generalmente le caigo bien a la gente.			
8. Cuento con personas que me ayudan si lo necesito.			
9. Estoy bastante conforme con mi forma de ser.			
10.. Si estoy molesto/a por algo soy capaz de pensar en cómo cambiarlo			
11. Creo que en general me llevo bien con la gente			
12. Soy una persona capaz de pensar en un proyecto para mi vida			
13. Puedo aceptar mis equivocaciones y tratar de mejorar			

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. Organizó 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 aquellos 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 solo	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 dde el	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 evitarlos	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. Procuo 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 5: Consentimiento informado para los padres o apoderados

Título de la investigación: Bienestar psicológico y estrategias de afrontamiento en estudiantes con exposición a violencia de una I.E. de San Juan de Lurigancho.

Investigador (a) (es): Perez Vasquez Mishell Allison y Galarza Valladares Karla Lynel

Propósito del estudio

Estamos invitando a su hijo (a) a participar en la investigación titulada “Bienestar psicológico y estrategias de afrontamiento en estudiantes con exposición a violencia de una I.E. de San Juan de Lurigancho.”, cuyo objetivo es determinar la relación entre el bienestar psicológico y estrategias de afrontamiento en estudiantes con exposición a violencia de una I.E. de San Juan de Lurigancho

Esta investigación es desarrollada por estudiantes pregrado, de la carrera profesional de psicología, de la Universidad César Vallejo del campus Lima - Este, aprobado por la autoridad correspondiente de la Universidad y con el permiso de la “I.E. Francisco Bolognesi Cervantes”.

El impacto de la investigación es que al conocer las estrategias de afrontamiento que utilizan los estudiantes y como estas van a influir en su bienestar psicológico en esta zona del distrito, se tendrá en cuenta los alcances para enfocar el cuidado de la salud mental que es importante sobre todo en la edad en la población enfocada, para fortalecer y ayudar en su bienestar.

Procedimiento

Si usted acepta que su hijo participe y su hijo decide participar en esta investigación(enumerar los procedimientos del estudio):

1. Se realizará una encuesta o entrevista donde se recogerá datos personales y algunas preguntas sobre la investigación:” Bienestar psicológico y estrategias de afrontamiento en estudiantes con exposición a violencia de una I.E. de San Juan de Lurigancho”.

Esta encuesta o entrevista tendrá un tiempo aproximado de 30 minutos y se realizará en el ambiente de su respectiva aula de la i “I.E. Francisco Bolognesi Cervantes”. Las respuestas al cuestionario o guía de entrevista serán codificadas usando un número de identificación y, por lo tanto, serán anónimas.

Su hijo puede hacer todas las preguntas para aclarar sus dudas antes de decidir si desea participar o no, y su decisión será respetada. Posterior a que su hijo haya aceptado participar puede dejar de participar sin ningún problema.

La participación de su hijo en la investigación NO existirá riesgo o daño en la investigación. Sin embargo, en el caso que existan preguntas que le puedan generar incomodidad a su hijo tiene la libertad de responderlas o no.

Mencionar que los resultados de la investigación se le alcanzará a la institución al término de la investigación. No recibirá ningún beneficio económico ni de ninguna otra índole. El estudio no va a aportar a la salud individual de la persona, sin embargo, los resultados del estudio podrán convertirse en beneficio de la salud pública.

Los datos recolectados de la investigación deben ser anónimos y no tener ninguna forma de identificar al participante. Garantizamos que la información recogida en la encuesta o entrevista a su hijo es totalmente Confidencial y no será usada para ningún otro propósito fuera de la investigación. Los datos permanecerán bajo custodia del investigador principal y pasado un tiempo determinado serán eliminados convenientemente.

Problemas o preguntas:

Si tiene preguntas sobre la investigación puede contactar con el Investigador (es);
Perez Vasquez Mishell Allison – email: Mperezva1@ucvvirtual.edu.pe
Galarza Valladares Karla Lynel – email: Kgalarzav@ucvvirtual.edu.pe
y Docente asesor Víctor Chávez Medrano - email:

Después de haber leído los propósitos de la investigación autorizo que mi menor hijo participe en la investigación.

Nombre y apellidos:

Fecha y hora:

Anexo 6: Asentimiento informado para adolescentes/estudiantes

Le invitamos a participar en la investigación titulada “Bienestar psicológico y estrategias de afrontamiento en estudiantes con exposición a violencia de una I.E. de San Juan de Lurigancho.”, cuyo objetivo es determinar la relación entre el bienestar psicológico y estrategias de afrontamiento en estudiantes con exposición a violencia de una I.E. de San Juan de Lurigancho.

Esta investigación es desarrollada por estudiantes pregrado, de la carrera profesional de psicología, de la Universidad César Vallejo del campus Lima - Este, aprobado por la autoridad correspondiente de la Universidad con el permiso de la “I.E. Francisco Bolognesi Cervantes”.

El impacto de la investigación es que al conocer las estrategias de afrontamiento que utilizan los estudiantes y como estas van a influir en su bienestar psicológico en esta zona del distrito, se tendrá en cuenta los alcances para enfocar el cuidado de la salud mental que es importante sobre todo en la edad en la población enfocada, para fortalecer y ayudar en su bienestar.

Procedimiento

Si usted decide participar en la investigación se realizará lo siguiente (enumerar los procedimientos del estudio):

1. Se realizará una encuesta o entrevista donde se recogerá datos personales y algunas preguntas sobre la investigación titulada: “Bienestar psicológico y estrategias de afrontamiento en estudiantes con exposición a violencia de una I.E. de San Juan de Lurigancho”.

2. Esta encuesta o entrevista tendrá un tiempo aproximado de 30 minutos y se realizará en el ambiente de su respectiva aula de la “I.E. Francisco Bolognesi Cervantes”. Las respuestas al cuestionario o entrevista serán codificadas usando un número de identificación y, por lo tanto, serán anónimas. Puede hacer todas las preguntas para aclarar sus dudas antes de decidir si desea participar o no, y su decisión será respetada. Posterior a la aceptación no desea continuar puede hacerlo sin ningún problema.

Indicar al participante la existencia que NO existe riesgo o daño al participar en la investigación. Sin embargo, en el caso que existan preguntas que le puedan generar incomodidad. Usted tiene la libertad de responderlas o no.

Se le informará que los resultados de la investigación se le alcanzará a la institucional término de la investigación. No recibirá ningún beneficio económico ni de ninguna otra índole. El estudio no va a aportar a la salud individual de la persona, sin embargo, los resultados del estudio podrán convertirse en beneficio de la salud pública.

Los datos recolectados deben ser anónimos y no tener ninguna forma de identificar al participante. Garantizamos que la información que usted nos brinde es totalmente Confidencial y no será usada para ningún otro propósito fuera de la investigación. Los datos permanecerán bajo custodia del investigador principal y pasado un tiempo determinado serán eliminados convenientemente.

Problemas o preguntas:

Si tiene preguntas sobre la investigación puede contactar con el Investigador (es);
Perez Vasquez Mishell Allison – email: Mperezva1@ucvvirtual.edu.pe
Galarza Valladares Karla Lynel – email: Kgalarzav@ucvvirtual.edu.pe

Después de haber leído los propósitos de la investigación autorizo participar en la investigación.

Nombre y apellidos:

Fecha y hora:

Anexo 6: Ficha Sociodemográfica

Ficha sociodemográfica

Esta es una encuesta en que usted participa voluntariamente, por lo que agradecemos que sea absolutamente sincero (a) en sus respuestas, complete los datos que corresponden a su caso, marque con una (x) la opción que corresponda. Esta información es para ayudar a la investigación, se manejará de manera confidencial.

1. Información general

¿Cuál es su edad? 12() 13() 14() 15() 16() 17() 18()

¿Cuál es su sexo? Masculino () Femenino ()

Grado 2do () 3ro () 4to () 5to ()

2. Estructura y dinámica familiar

¿Con quienes vives? Ambos padres () Solo madre o Solo padre () otros familiares ()

3. Violencia

¿Has sido testigo de violencia en el hogar o el colegio? SI () NO ()

¿Has sido víctima de violencia en el hogar o el colegio? SI () NO ()

Si marcaste SI en las dos preguntas anteriores, especificar si:

() Violencia Física

Item 44	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1.00
Item 45	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1.00
Item 46	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1.00
Item 47	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1.00
Item 48	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1.00
Item 49	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1.00
Item 50	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1.00
Item 51	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1.00
Item 52	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1.00
Item 53	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1.00
Item 54	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1.00
Item 55	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1.00
Item 56	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1.00
Item 57	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1.00
Item 58	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1.00
Item 59	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1.00
Item 60	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1.00
Item 61	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1.00
Item 62	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1.00
Item 63	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1.00
Item 64	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1.00
Item 65	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1.00
Item 66	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1.00
Item 67	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1.00
Item 68	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1.00
Item 69	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1.00
Item 70	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1.00
Item 71	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1.00
Item 72	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1.00
Item 73	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1.00
Item 74	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1.00
Item 75	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1.00
Item 76	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1.00
Item 77	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1.00
Item 78	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1.00
Item 79	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1.00
Item 80	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1.00
TOTAL													1.00

El coeficiente de V de Aiken es de 1.00, lo que se da a entender es que los instrumentos tienen una alta validez. Asimismo, el coeficiente tiene un valor a 1, ya que mientras más se acerque a 1 o iguale, el instrumento tendrá una mejor validez. En este caso, ambos cuentan con ello.

Anexo 8: Tablas de confiabilidad de ambas variables y baremación del instrumento (BIEPS-J)

Confiabilidad

Evidencias de confiabilidad de los instrumentos de evaluación

Instrumentos de evaluación	Alfa de Cronbach	N de elementos
Bienestar psicológico	0.727	13
Estrategias de afrontamiento	0.902	80

Los resultados de confiabilidad de los instrumentos de evaluación aplicado a 31 adolescentes de la muestra piloto, obtuvieron una puntuación entre 0.727 para el instrumento de bienestar psicológico y 0.902 para el instrumento de estrategias de afrontamiento, demostrando que ambas pruebas tienen una buena estabilidad.

Baremación

Normas percentilares del instrumento de bienestar psicológico

PD	PC	NIVEL
39	98	ALTO
38	94	
37	84	
36	69	
35	56	MEDIO
34	44	
33	32	BAJO
32	26	
31	21	

30	18
29	15
28	10
24	5
22	2

Anexo 9: Carta de aceptación de la institución educativa para la aplicación de instrumentos



UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO

San Juan de Lurigancho, 18 de abril del 2023

CARTAN° 016 - 2023-UCV-CCP/PsJ

Señora
Reyna Estela Dávila
Directora
I.E. Francisco Bolognesi Cervantes
Presente:

De mi consideración:

Nos place extenderle un cordial saludo y presentarle en esta ocasión, a las estudiantes Mishell Allison Perez Vasquez, código: 7001192976 y DNI 70870029 y Karla Lynel Galarza Valladares, código: 7001205459 y DNI 72791609, matriculadas en la Carrera Profesional de Psicología de la Universidad César Vallejo, Campus Lima este, quienes están desarrollando su estudio denominado: *"Bienestar psicológico y estrategias de afrontamiento en estudiantes con exposición a violencia de una institución educativa de San Juan de Lurigancho"*.

En este sentido, solicitamos a usted les brinde la carta de autorización para la aplicación de los cuestionarios respectivos, en la I.E. que usted dirige.

Agradeciéndole por la atención a la presente, aprovechamos la oportunidad para reiterarle nuestra más alta consideración y estima, y nuestro apoyo al Departamento de Investigación de esta casa de estudios.

Atentamente,


Mgtr. Melisa Sevillano Gamboa

Coordinadora de la C.P. de Psicología
UCV – Campus San Juan de Lurigancho




Mg. Reynel Estrella Huanga
DIRECTOR

Somos la universidad de los que quieren salir adelante

f | t | i | c | y | u | t | u | b | e





UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO

**FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
ESCUELA PROFESIONAL DE PSICOLOGÍA**

Declaratoria de Autenticidad del Asesor

Yo, CHAVEZ MEDRANO VICTOR RICARDO, docente de la FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD de la escuela profesional de PSICOLOGÍA de la UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO SAC - LIMA ESTE, asesor de Tesis titulada: "Bienestar psicológico y estrategias de afrontamiento en estudiantes con exposición a violencia de una I.E. de San Juan de Lurigancho", cuyos autores son PEREZ VASQUEZ MISHELL ALLISON, GALARZA VALLADARES KARLA LYNEL, constato que la investigación tiene un índice de similitud de 19.00%, verificable en el reporte de originalidad del programa Turnitin, el cual ha sido realizado sin filtros, ni exclusiones.

He revisado dicho reporte y concluyo que cada una de las coincidencias detectadas no constituyen plagio. A mi leal saber y entender la Tesis cumple con todas las normas para el uso de citas y referencias establecidas por la Universidad César Vallejo.

En tal sentido, asumo la responsabilidad que corresponda ante cualquier falsedad, ocultamiento u omisión tanto de los documentos como de información aportada, por lo cual me someto a lo dispuesto en las normas académicas vigentes de la Universidad César Vallejo.

LIMA, 12 de Agosto del 2023

Apellidos y Nombres del Asesor:	Firma
CHAVEZ MEDRANO VICTOR RICARDO DNI: 09883255 ORCID: 0000-0003-0016-434X	Firmado electrónicamente por: VCHAVEZ16 el 21- 08-2023 19:50:01

Código documento Trilce: TRI - 0648225