



UNIVERSIDAD NACIONAL DE CHIMBORAZO

**FACULTAD DE CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN, HUMANAS Y
TECNOLOGÍAS.**

CARRERA DE PSICOLOGÍA EDUCATIVA

TÍTULO DE LA TESIS

**“ESTRATEGIAS DE AFRONTAMIENTO DE PROBLEMAS EN LOS
ESTUDIANTES DE LA UNIDAD EDUCATIVA “RIOBAMBA”.
RIOBAMBA 2015 – 2016”.**

**Trabajo presentado como requisito para obtener el título de Licenciado en
Psicología Educativa, Orientación Vocacional y Familiar**

Autores:

Denise Carolina Hernández Páiz

Juan Abdón Herrera Ostaiza

TUTOR:

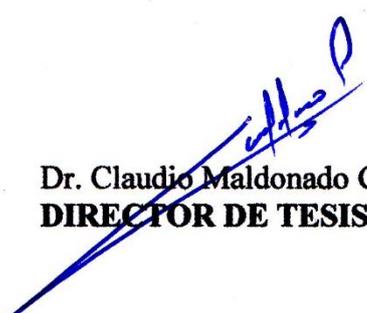
Dr. Claudio Eduardo Maldonado Gavilánez

Riobamba: 2017

CERTIFICACIÓN

Certifico que el presente trabajo de investigación previo a la obtención del Grado de Licenciatura en Psicología Educativa, Orientación Vocacional y familiar: “ESTRATEGIAS DE AFRONTAMIENTO DE PROBLEMAS EN LOS ESTUDIANTES DE LA UNIDAD EDUCATIVA “RIOBAMBA”. Riobamba 2015 – 2016”, elaborado por Denise Carolina Hernández Páliz y Juan Abdón Herrera Ostaiza, ha sido revisado y analizado en un cien por ciento con el asesoramiento permanente de mi persona en calidad de tutor, por lo cual, se encuentra apto para su presentación y defensa respectiva.

Es todo cuanto puedo informar en honor a la verdad


Dr. Claudio Maldonado G.
DIRECTOR DE TESIS

FIRMA

MIEMBROS DEL TRIBUNAL

Los Miembros del Tribunal de Graduación, del proyecto de investigación **“ESTRATEGIAS DE AFRONTAMIENTO DE PROBLEMAS EN LOS ESTUDIANTES DE LA UNIDAD EDUCATIVA “RIOBAMBA”. RIOBAMBA 2015-2016”**, presentado por Denise Carolina Hernández Páliz y Juan Abdón Herrera Ostaiza y dirigida por el Doctor Claudio Eduardo Maldonado; una vez escuchada la defensa oral y revisado el informe del proyecto de investigación con fines de graduación escrito, se ha constatado el cumplimiento de las observaciones realizadas y remite la presente para uso y custodia en la biblioteca de la Facultad de Ciencias de la Educación, Humanas y Tecnologías de la Universidad Nacional de Chimborazo.

Para constancia de lo expuesto firman:

Ms.C. Juan Carlos Marcillo
PRESIDENTE DEL TRIBUNAL



FIRMA

Dr. Patricio Guzmán Yucta
MIEMBRO DEL TRIBUNAL



FIRMA

Dr. Marco Vinicio Paredes
MIEMBRO DEL TRIBUNAL



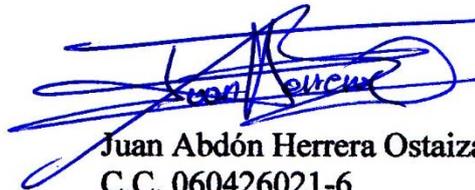
FIRMA

AUTORÍA DE LA INVESTIGACIÓN

La responsabilidad del contenido de este Proyecto de Graduación, nos corresponde exclusivamente a: Denise Carolina Hernández Páliz, con Cédula de Identidad N° 020196486-3 y Juan Abdón Herrera Ostaiza, con Cédula de Identidad N° 060426021-6 y el Director del Proyecto, Dr. Claudio Eduardo Maldonado; y el patrimonio intelectual del mismo a la Universidad Nacional de Chimborazo.



Denise Carolina Hernández Páliz
C.C. 020196486-3



Juan Abdón Herrera Ostaiza
C.C. 060426021-6

DEDICATORIA

El presente trabajo se lo dedico a mi Dios quien en cada paso supo llenarme de fortaleza y de salud para alcanzar el logro de mi objetivo.

A mi familia, a mi padre Germán, quien desde niña me enseñó a plantearme metas, su sueño siempre fue verme culminando una profesión y ahora desde el cielo sé que está mirando mi logro y guiando mis pasos y sobre todo con mucho cariño le dedico a mi madre, Ruth, quien ha sido la luz que ha iluminado mi sendero, gracias a su confianza, a su apoyo incondicional, a sus palabras de aliento en las adversidades y a su ejemplo de lucha; hoy estoy cumpliendo con uno de mis grandes sueños.

DENISE HERNÁNDEZ

DEDICATORIA

Dedico este proyecto principalmente a mis padres quienes supieron apoyarme incondicionalmente en todo momento y sobre todo creyeron en mí para que pudiera culminar mi carrera.

También va dedicado a todas las personas quienes fueron parte importante durante mi preparación y que en cierta manera me ayudaron, ya sea moral o económicamente, puesto que, sin ellas no hubiera podido llegar a este punto en mi vida.

JUAN HERRERA

AGRADECIMIENTO

Ante todo agradezco a Dios, por cada minuto que me ha permitido gozar de vida y de salud y gracias a ello poder culminar con pie con el presente trabajo.

Quiero extender mi agradecimiento muy especial a la Universidad Nacional de Chimborazo, a la Facultad de Ciencias de la Educación, Humanas y Tecnologías, por abrirme sus puertas y permitirme cumplir con mis metas planteadas

A la Carrera de Psicología Educativa, quiero expresarle mi sincero agradecimiento por haberme acogido en sus aulas; a los docentes que día a día se esmeran en su labor de orientar y ayudar a fortalecer los conocimientos, es un grato honor formar parte de la hermosa familia que es “Psicología Educativa”.

Mi gratitud al Doctor Claudio Eduardo Maldonado Gavilánez, quien gracias a su apoyo, paciencia y profesionalismo ha sabido orientar de la manera más adecuada este proceso de investigación y culminar con satisfacción el mismo.

DENISE HERNÁNDEZ

AGRADECIMIENTO

Agradezco a la Universidad Nacional de Chimborazo por haberme acogido en su seno dándome la oportunidad de conseguir una meta anhelada.

A la Facultad de Ciencias de la Educación, Humanas y Tecnologías, aportó con los recursos necesarios para realizar las investigaciones necesarias.

A la Carrera de Psicología Educativa, ya que, supo darme cabida en sus aulas semestre tras semestre y así ir acercándome a la obtención de un título académico y sobre todo a formarme como persona.

A los docentes de la carrera, puesto que, fueron quienes me brindaron los conocimientos y las herramientas necesarias que me van a servir para toda la vida, y además, supieron tenerme paciencia y depositaron su confianza en mí.

A mi tutor del proyecto que por medio de su experiencia supo guiarme en la realización del mismo.

JUAN HERRERA

ÍNDICE GENERAL

CERTIFICACIÓN	II
MIEMBROS DEL TRIBUNAL	III
AUTORÍA DE LA INVESTIGACIÓN	IV
DEDICATORIA	V
AGRADECIMIENTO	VII
RESUMEN	XIII
INTRODUCCIÓN	1
CAPÍTULO I	3
1. MARCO REFERENCIAL	3
1.1. Planteamiento del problema	3
1.2. Formulación del problema	5
1.3. Objetivos	5
1.4. Justificación e importancia	5
CAPÍTULO II	7
2. MARCO TEÓRICO	7
2.1. Antecedentes de la investigación	7
2.2. Fundamentación teórica	7
2.3. Definiciones de términos	22
2.4. Variables de la investigación	23
2.5. Operacionalización de las variables	24
CAPÍTULO III	25
3. MARCO METODOLÓGICO	25
3.1. Método científico	25
3.2. Diseño de la investigación	25

3.3. Tipo de investigación.....	25
3.4. Tipo de estudio.....	26
3.5. Nivel de la investigación.....	26
3.6. Población y muestra.....	26
3.7. Técnicas e instrumentos de recolección de datos	27
3.8. Técnicas de procesamiento y análisis de datos	27
3.9. Análisis e interpretación de resultados	28
3.10. Preguntas directrices	46
CAPÍTULO IV	52
CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES	52
BIBLIOGRAFÍA	54
WEBGRAFÍA.....	55
ANEXOS	58
PROPUESTA.....	62
TALLER N° 1	65
TALLER N° 2.....	71
TALLER N° 3.....	76

ÍNDICE DE CUADROS

Cuadro N° 1	Concentrarse en Resolver el Problema (Rp)	28
Cuadro N° 2	Esforzarse y tener éxito (Es)	29
Cuadro N° 3	Invertir en Amigos Íntimos (Ai)	30
Cuadro N° 4	Buscar Pertenencia (Pe)	31
Cuadro N° 5	Reservarlo para sí (Re)	32
Cuadro N° 6	Fijarse en lo Positivo (Po)	33
Cuadro N° 7	Buscar Diversiones relajantes (Dr)	34
Cuadro N° 8	Distracción Física (Fi)	35
Cuadro N° 9	Buscar Apoyo Social (As)	36
Cuadro N° 10	Acción Social (So)	37
Cuadro N° 11	Buscar Apoyo Espiritual (Ae)	38
Cuadro N° 12	Buscar Ayuda Profesional (Ap)	39
Cuadro N° 13	Preocuparse (Pr)	40
Cuadro N° 14	Hacerse Ilusiones (Hi)	41
Cuadro N° 15	Falta de Afrontamiento (Na)	42
Cuadro N° 16	Reducción de la Tensión (Rt)	43
Cuadro N° 17	Ignorar el Problema (Ip)	44
Cuadro N° 18	Autoinculparse (Cu)	45
Cuadro N° 19	Problemas en los estudiantes de Segundo Año de Bachillerato General Unificado	46
Cuadro N° 20	Problemas cognitivos	47
Cuadro N° 21	Problemas emocionales	48
Cuadro N° 22	Estrategias de afrontamiento que aplican con mayor frecuencia los estudiantes	50

ÍNDICE DE GRÁFICOS

Gráfico N° 1 Concentrarse en Resolver el Problema (Rp)	28
Gráfico N° 2 Esforzarse y tener éxito (Es).....	29
Gráfico N° 3 Invertir en Amigos Íntimos (Ai).....	30
Gráfico N° 4 Buscar Pertenencia (Pe).....	31
Gráfico N° 5 Reservarlo para sí (Re)	32
Gráfico N° 6 Fijarse en lo Positivo (Po)	33
Gráfico N° 7 Buscar Diversiones relajantes (Dr).....	34
Gráfico N° 8 Distracción Física (Fi)	35
Gráfico N° 9 Buscar Apoyo Social (As).....	36
Gráfico N° 10 Acción Social (So).....	37
Gráfico N° 11 Buscar Apoyo Espiritual (Ae)	38
Gráfico N° 12 Buscar Ayuda Profesional (Ap).....	39
Gráfico N° 13 Preocuparse (Pr)	40
Gráfico N° 14 Hacerse Ilusiones (Hi)	41
Gráfico N° 15 Falta de Afrontamiento (Na)	42
Gráfico N° 16 Reducción de la Tensión (Rt)	43
Gráfico N° 17 Ignorar el Problema (Ip)	44
Gráfico N° 18 Autoinculparse (Cu)	45
Gráfico N° 19 Problemas en los estudiantes de Segundo Año de Bachillerato General Unificado	46
Gráfico N° 20 Problemas cognitivos.....	47
Gráfico N° 21 Problemas emocionales	49
Gráfico N° 22 Estrategias de afrontamiento que aplican con mayor frecuencia los estudiantes	50

RESUMEN

La presente investigación abordó el tema “Estrategias de Afrontamiento de problemas en los estudiantes de la Unidad Educativa “Riobamba””; es un tema que cobra gran importancia considerando que los múltiples cambios sociales actualmente alteran el equilibrio bio-psico-social de los individuos y principalmente en la población de estudio, que se encuentra en la etapa de la adolescencia, una etapa de vulnerabilidad que debe ser atendida y asesorada; en base a lo expuesto, se planteó realizar este estudio para analizar cómo los adolescentes se enfrentaban a los diversos problemas. Se consideró de gran relevancia la ejecución de la propuesta, ya que, resolver un problema no es una tarea fácil y en muchos casos no se tienen orientaciones adecuadas para su resolución y como resultado se puede tener la presencia de fracaso, baja autoestima, frustración, etc. Las estrategias de afrontamiento surgen como una manera de atender a las demandas internas y externas que se le presentan a un individuo, de acuerdo a la teoría en la que se fundamenta la investigación, las estrategias de afrontamiento se clasifican en tres grupos; productivas, poco productivas y no productivas. El método considerado para el estudio fue inductivo- deductivo, analítico- sintético; el diseño fue de corte cualitativo no experimental; el tipo de investigación fue exploratorio- descriptivo y de campo-bibliográfico; el tipo de estudio fue transversal y el nivel de investigación fue exploratorio descriptivo. La técnica utilizada fue el test psicológico denominado Escala de Afrontamiento para Adolescentes, aplicado a 160 estudiantes. Luego de realizar el análisis e interpretación de datos se concluye que, no todos los adolescentes presentan problemas y de quienes los presentan predominan los de tipo cognitivo ante los emocionales, además los adolescentes aplican las estrategias de afrontamiento en base a la teoría, pero no tienen bases que orienten su correcta aplicación páralo cual es recomendable la ejecución de actividades en las cuales los adolescentes comprendan cómo y en qué situaciones aplicar estrategias de afrontamiento.

Abstract

This research addressed the theme "Strategies to face problems in students of an educational institution called "Riobamba". It is an issue of great importance considering the many social changes currently altering the bio-psycho-social equilibrium of individuals and mainly in the study population, which is in the stage of adolescence, a stage of vulnerability that must be treated and counseled; based on the above, it is proposed this study to analyze how adolescents were facing various problems. It was considered of great importance the implementation of the proposal because, solving a problem is not an easy task and in many cases do not have adequate guidelines for a resolution and as a result may have the presence of failure, low self-esteem, frustration, etc. These strategies emerge as a way to address the internal and external demands that are presented to an individual, according to the theory in which the research is based, coping strategies are classified into three groups; productive, less productive and non-productive. The methods considered for the study were the inductive-deductive, analytic-synthetic; it was a qualitative and non-experimental design; the type of study was exploratory, descriptive and bibliographic. The technique used was the psychological test called Adolescent Coping Scale, applied to 160 students. After performing the analysis and interpretation of data, it is concluded that not all teenagers have problems and those who have predominantly of cognitive to the emotional, as well adolescents apply coping strategies based on the theory, but have basis to guide its proper application which is recommended for the implementation of activities in which adolescents understand how and in which situations apply coping strategies.



Reviewed by: Barriga, Luis
Language Center Teacher



INTRODUCCIÓN

La presente investigación “Estrategias de afrontamiento de problemas en los estudiantes de Segundo Año de Bachillerato General Unificado, jornada matutina de la Unidad Educativa “Riobamba”, en la ciudad de Riobamba, durante el período febrero- agosto 2016”, se realizó considerando que los cambios sociales afectan de una u otra forma en el desarrollo de los adolescentes, principalmente en el hecho de que ellos se encuentran sometidos a una serie de presiones y exigencias de la sociedad actual, así como el ingreso a la Universidad, la elección de una carrera profesional, dificultades familiares, responsabilidades en el hogar, enamoramiento, embarazos precoces, tecnología, redes sociales, etc.

Ante la diversidad de conflictos los adolescentes consciente o inconscientemente aplican estrategias de afrontamiento, las mismas que facilitan la resolución o reducción de la tensión frente a las situaciones que rompen su equilibrio bio-psico-social.

Con el fin de determinar las estrategias de afrontamiento y plantear posteriormente una orientación adecuada para que los problemas sean afrontados de manera asertiva, se ha dividido el trabajo en cuatro capítulos.

En el **Capítulo I**, se encuentra el Marco Referencial, en el cual se plasma la formulación del problema, planteamiento del problema, objetivos general y específicos y la justificación.

En el **Capítulo II**, se encuentran los antecedentes de la investigación; el marco teórico, en el cual se detalla la fundamentación de la variable estrategias de afrontamiento; constan las definiciones de términos básicos y la operacionalización de las variables.

El **Capítulo III**, está conformado por el Marco Metodológico, el mismo que demuestra en forma sistemática el método científico, diseño y tipo de investigación, tipo de estudio, nivel de la investigación y posteriormente se detalla la población, las técnicas e instrumentos de recolección de datos y técnicas de procesamiento y análisis de datos, incluye también el análisis e interpretación de resultados obtenidos en la

investigación, mediante la aplicación de la Escala de Afrontamiento para Adolescentes y las preguntas directrices.

En el **Capítulo IV**, se describen las conclusiones y recomendaciones del trabajo investigativo.

Finalmente consta la bibliografía, webgrafía y anexos, en los cuales se incluye la propuesta de talleres para los Estudiantes de Segundo Año de Bachillerato de la Unidad Educativa “Riobamba”.

CAPÍTULO I

1. MARCO REFERENCIAL

1.1. PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

El estudio de las estrategias de afrontamiento cada vez va cobrando más importancia en el campo de la Psicología. En cualquier lugar del mundo es innegable la existencia de problemas y una serie de dificultades que los adolescentes tienen que afrontar, por tal razón, se ha dado gran interés al estudio de las estrategias de afrontamiento de los adolescentes, es así tal importancia, que se puede evidenciar que universidades a nivel mundial, incluyendo ecuatorianas, también han llevado a cabo trabajos sobre del tema planteado.

En la Unidad Educativa “Riobamba”, que se encuentra ubicada en la Av. Lizarzaburu s/n y Av. La Prensa, junto al Barrio “La Georgina”, en la parroquia Lizarzaburu en la ciudad de Riobamba, se puede evidenciar que los estudiantes de Segundo Año de Bachillerato General Unificado, jornada matutina, se enfrentan a una diversidad de situaciones, responsabilidades y presiones, las mismas que generan preocupación e inestabilidad en los adolescentes, para lo cual se requiere realizar un estudio con el propósito de obtener información sobre cuáles son los sentimientos, emociones y conductas de los estudiantes ante los problemas.

El diario vivir, las constantes presiones sociales, laborales, entre otras; hacen que el ser humano se enfrente a diversas circunstancias problemáticas que necesitan ser resueltas de la manera más asertiva posible para mantener un adecuado equilibrio emocional y una buena calidad de vida.

La existencia del ser humano se conforma de varias etapas, siendo cada una de ellas tan importantes en su desarrollo; pero la transición de niño a adulto, es decir, la adolescencia, etapa en la que se empiezan a experimentar cambios tanto a nivel físico como psicológico, es una etapa que debe considerársela con responsabilidad y no dejarla pasar por desapercibida y es aquí donde cumple un papel fundamental el Psicólogo Educativo en su misión de orientar el desarrollo adecuado de los adolescentes.

Las estrategias de afrontamiento de problemas en los adolescentes hacen referencia a la capacidad que cada uno de ellos tiene para mostrarse ante la diversidad de situaciones desafiantes y al ser seres únicos e irrepetibles su manera de solucionar los conflictos no está determinada sistemáticamente, de tal manera que señale cómo actuar ante dichas situaciones, que de igual forma en ningún caso serán las mismas.

En el desarrollo de las prácticas pre profesionales de ejecución en la Unidad Educativa “Riobamba”, se observa que los cambios y las situaciones planteadas en los párrafos anteriores están presentes en los adolescentes, mostrando como consecuencia un desequilibrio emocional ante escenarios que se tornan complejos, como son de aspectos psicológicos, económicos, académicos, familiares, sentimentales y sociales.

Todo esto se debe a que no existe una orientación adecuada sobre cómo se puede dar solución de manera asertiva a los problemas que enfrentan los adolescentes; asimismo influye la falta de comunicación efectiva con los padres, los adolescentes en ocasiones actúan ante un problema por impulso, porque sus rasgos de personalidad les motivan a actuar de la manera menos eficaz, son influenciados por otras personas, su manera de socialización es diferente, etc.

Se considera esencial tener presente que el aspecto emocional equilibrado es trascendental para que el ser humano se desarrolle de una manera efectiva en su sociedad, además que permitirá que los estudiantes adolescentes se orienten de manera positiva en el transcurso de su vida especialmente escolar y posteriormente en la toma de decisiones a nivel profesional, familiar, emocional, entre otros.

La propuesta de estudiar las estrategias de afrontamiento que los estudiantes adolescentes de Segundo Año de Bachillerato General Unificado de la Unidad Educativa “Riobamba”, ponen en práctica, permitirá que a futuro se puedan establecer metodologías, técnicas, estrategias, tácticas, para orientar en el adecuado manejo de las estrategias de afrontamiento, actividades que serán de gran aporte al desarrollo personal de los adolescentes y de igual manera un aporte significativo en la sociedad.

1.2. FORMULACIÓN DEL PROBLEMA

¿Cuáles son las estrategias de afrontamiento de problemas que aplican los estudiantes de Segundo Año de Bachillerato General Unificado, jornada matutina de la Unidad Educativa “Riobamba”, en la ciudad de Riobamba, durante el período febrero- agosto 2016?

1.3. OBJETIVOS

1.3.1. GENERAL

- Determinar las estrategias de afrontamiento de problemas que aplican los estudiantes de Segundo Año de Bachillerato General Unificado, jornada matutina de la Unidad Educativa “Riobamba”, en la ciudad de Riobamba, durante el período febrero- agosto 2016.

1.3.2. ESPECÍFICOS

- Identificar los problemas en los estudiantes de Segundo Año de Bachillerato General Unificado, jornada matutina de la Unidad Educativa “Riobamba”, en la ciudad de Riobamba, durante el período febrero- agosto 2016.
- Analizar las estrategias de afrontamiento de problemas que aplican los estudiantes de Segundo Año de Bachillerato General Unificado, jornada matutina de la Unidad Educativa “Riobamba”, en la ciudad de Riobamba, durante el período febrero- agosto 2016.
- Proponer talleres sobre las estrategias de afrontamiento para la solución de problemas en los estudiantes de Segundo Año de Bachillerato General Unificado, jornada matutina de la Unidad Educativa “Riobamba”, en la ciudad de Riobamba, durante el período febrero- agosto 2016.

1.4. JUSTIFICACIÓN E IMPORTANCIA

En la actualidad los jóvenes cada vez se ven más influenciados por presiones en distintos aspectos, entre los cuales se tienen; una exigencia mayor en las instituciones educativas, el mayor grado de adaptabilidad a las nuevas tecnologías que forman parte de sus vidas, las relaciones que mantienen con otras personas y también la inmersión de los jóvenes en la situación actual del país.

La forma en la que los adolescentes afrontan estas situaciones problemáticas es de suma importancia, ya que, la aplicación adecuada de las estrategias de afrontamiento es la base esencial para la resolución de las dificultades y a su vez permite que el ser humano mantenga su equilibrio, caso contrario pueden presentarse afectaciones directamente en su salud tanto psicológica como física.

Cada persona tiene su forma de actuar ante cualquier situación determinada, es así que consciente o inconscientemente la persona utiliza estrategias que le permiten enfrentarse a conflictos cotidianos, por lo tanto, se pretende por medio de la aplicación de test psicológicos, identificar cuáles son las estrategias de afrontamiento que los estudiantes de Segundo Año de Bachillerato General Unificado, de la jornada matutina de la Unidad Educativa “Riobamba” aplican y analizar sus características positivas y negativas que de una u otra forma afectan o responden a la solución de problemas.

Al tener información sobre las estrategias de afrontamiento y de cuáles son los principales componentes que presenta cada estrategia, posteriormente se podrá realizar un plan adecuado para intervenir y orientar a los adolescentes sobre el manejo adecuado de las estrategias de afrontamiento, obteniendo así resultados positivos al momento de enfrentarse a problemas y la toma de decisiones.

Asimismo, con los resultados arrojados de esta investigación, se podrá evidenciar la situación en la que se encuentran los adolescentes en la actualidad respecto al afrontamiento de problemas y apoyar a futuras investigaciones.

Para esta investigación, se cuenta con el apoyo y la colaboración de la Institución Educativa, debido a que en la institución se ejecutan las prácticas pre-profesionales y a su vez, se cuenta con los instrumentos necesarios para la identificación de las estrategias de afrontamiento y con el aporte de profesionales capaces de guiar el proyecto con el fin de obtener los resultados planteados; además, se considera importante trabajar con los estudiantes de Segundo Año de Bachillerato General Unificado, considerando que se encuentran próximos a salir de la Unidad Educativa y se verán abocados en una vida completamente diferente llena de nuevos retos, exigencias y de circunstancias que pondrán a prueba la forma en que afrontan sus problemas.

CAPÍTULO II

2. MARCO TEÓRICO

2.1. ANTECEDENTES DE LA INVESTIGACIÓN

Luego de realizar una revisión de trabajos de investigación anteriores referentes al problema planteado, se puede mencionar que en la Facultad de Ciencias de la Educación, Humanas y Tecnologías de la Universidad Nacional de Chimborazo, no existen investigaciones realizadas con el tema de la presente investigación.

2.2. FUNDAMENTACIÓN TEÓRICA

2.2.1. Estrategias de afrontamiento de problemas

“Conjunto de acciones cognitivas y afectivas que surgen en respuesta a una preocupación en particular” (Frydenberg, 1993, citado por Canessa 2002).

Parafraseando a Frydenberg (1993^a, 255) citado por Canessa (2002); las estrategias de afrontamiento constituyen una manera que permiten restaurar el equilibrio del individuo, en los aspectos fisiológicos, psicológicos y sociales y además facilitan para que se reduzca el nivel de perturbación desencadenada por cualquier tipo de problema, estos dos aspectos: el equilibrio y la reducción de la perturbación, se dan cuando el individuo, busca alternativas de solución del problema o simplemente se adapta al mismo y no necesariamente da una solución adecuada.

Según Forsythe y Compas (1987), citado por Vázquez, C., Crespo, M., y Ring, J. (s.f.) el individuo puede manejar una variedad de estrategias de afrontamiento, pero su aplicación se determina por la naturaleza de la dificultad o problema y por las circunstancias en las que éste se produce, en base a lo mencionado se tiene que, existen situaciones en las que se puede hacer algo constructivo, para esto es importante aplicar estrategias direccionadas a solucionar el problema, pero en ocasiones se presentan situaciones que se enfocan únicamente en la aceptación, para lo cual conviene aplicar estrategias focalizadas en las emociones.

Cuando los jóvenes son incapaces de hacer frente eficazmente a las preocupaciones, su comportamiento puede tener un efecto negativo, no sólo en su propia vida, sino también en las de su familia y en la comunidad en general. El bajo rendimiento de los adolescentes, la desesperación por su futuro, trastornos de la alimentación, el alcoholismo, la drogadicción, la intimidación, vandalismo y otras formas de comportamiento antisocial están en aumento en muchas comunidades y es por esta razón que la comunidad tiene la necesidad de averiguar lo que concierne a los jóvenes y cómo manejan sus preocupaciones con el fin de facilitar el desarrollo de las estrategias de afrontamiento para que los adolescentes las apliquen adecuadamente cuando se trate de sus preocupaciones o dificultades (Frydenberg, 1997).

Según (Frydenberg, 2002 citado por Alcocer, A., 2012) el afrontamiento se considera como un procedimiento que comprende varios aspectos, es decir, una serie de situaciones que se extienden durante toda la vida como resultado del inter juego entre diversos determinantes; es una interacción dinámica entre las personas y el ambiente en el cual se desarrollan.

2.2.2. Bases históricas de las estrategias de afrontamiento en los adolescentes.

Las primeras raíces principales de afrontamiento en la psicología se pueden remontar al modelo psicodinámico promulgado por Freud y sus seguidores, en este modelo, el afrontamiento es un mecanismo de defensa que permite hacer frente a los conflictos (Oxford University , 1999).

Por otra parte, el psicoanálisis del ego en 1937 define al afrontamiento como el conjunto de pensamientos y actos realistas y reflexivos que buscan solucionar los problemas y, por lo tanto, reducen el estrés (Park y Folkman, 1997; Pearling y Schooler, 1978; citado por Amarís, M., Madariaga, C., Valle, M., Zambrano, J, 2013). En esta línea se definen categorías de estrategias que van desde mecanismos primitivos, los cuales producen una alteración de la realidad, hasta mecanismos más avanzados, ambos asociados en lo que se conoce como mecanismos de defensa. A partir del afrontamiento el individuo conduce su relación con el entorno y es considerado como el proceso más organizado y maduro del yo; ya que, se ubica en una escala jerárquica con otros recursos reguladores.

Considerando el aspecto fisiológico, diversas investigaciones médicas sobre el afrontamiento, desarrolladas en los años treinta y cuarenta del siglo XX, plantearon que la supervivencia mucho dependía de la habilidad de las personas para darse cuenta de que su medio ambiente es predecible y controlable y esto tenía el fin de impedir, escapar o dominar a los agentes nocivos que pudieran alterar su bienestar.

Los inicios del afrontamiento en la adolescencia se dieron alrededor de los años setenta sobre la base de la literatura teórica y empírica presente sobre estrés y afrontamiento en la edad adulta. El trabajo realizado con adultos facilitó los modelos conceptuales y diferentes herramientas metodológicas para ejecutar la investigación con adolescentes; sin embargo, luego de varios años, los investigadores se habían preguntado en qué medida los modelos y resultados encontrados con adultos podían generalizarse con poblaciones más jóvenes, por tal razón los estudios se centraron en el afrontamiento propio de la adolescencia (Hoffman et al., 1992, citado en Canessa 2002).

Las investigaciones en este campo se han basado, no sólo en describir las estrategias de afrontamiento, sino también, en conocer los eventos estresores más comunes en ésta etapa de la vida; la adolescencia, una etapa tan importante como todas las del desarrollo de un individuo y que juega un papel fundamental en la formación de la personalidad, intentándose así tener una visión más clara y profunda sobre el tema del estrés y el afrontamiento en la adolescencia.

2.2.3. Principios del Afrontamiento

El afrontamiento es un proceso que implica algunos principios como:

- El afrontamiento varía de acuerdo al contexto, es decir, puede cambiar dependiendo de una situación determinada.
- Los pensamientos y acciones que involucran el afrontamiento, se definen por el esfuerzo y no por el éxito.
- El afrontamiento considerado como un proceso, pone énfasis en que, existen al menos dos funciones principales: la una está orientada al problema y la otra

hacia la emoción, por lo tanto, su función dependerá del grado de control que se tenga sobre la situación.

- Algunas estrategias de afrontamiento son más estables o consistentes en unas situaciones estresantes que otras.
- El afrontamiento es capaz de apaciguar el resultado emocional, modificando dicho estado emocional desde el inicio hasta el fin ante una situación de estrés (Canesa, 2002).

2.2.4. Teoría del afrontamiento de Erica Frydenberg y Roman Lewis.

Frydenberg y Lewis realizaron investigaciones con el objetivo de construir una escala, Adolescent Coping Scale (ACS) para medir las formas y cómo actuaban los adolescentes ante cualquier problema que se les pudiera presentar.

En base a su teoría, se exponen las 18 estrategias de afrontamiento:

2.2.4.1. Buscar Apoyo Social (As): Esta estrategia consiste en inclinarse a compartir el problema con otras personas, buscando así, apoyo para resolverlo.

Se plantean varios indicadores que se asocian a esta estrategia, así tenemos: Hablar con otros para saber lo que ellos harían si tuviesen el mismo problema, hablar con otros para apoyarse mutuamente, buscar ánimo en otros, hablar con otros sobre el problema para que me ayuden a salir de él, conseguir apoyo de otros como mis padres o amigos.

2.2.4.2. Concentrarse en Resolver el Problema (Rp): Es una estrategia dirigida a resolver el problema, lo estudia sistemáticamente y analiza los diferentes puntos de vista u opciones.

Indicadores asociados a la estrategia de acuerdo a la escala de afrontamiento de los autores considerados: Dedicarme a resolver lo que está provocando el problema, dedicarme a resolver el problema poniendo en juego todas mis capacidades, considerar otros puntos de vista y tratar de tenerlos en cuenta, pensar en lo que estoy haciendo y por qué, pensar en distintas formas de afrontar el problema.

2.2.4.3. Esforzarse y Tener Éxito (Es): Esta estrategia describe el compromiso, ambición y dedicación ante una situación estresante que requiere ser resuelta.

Indicadores asociados a la estrategia: Seguir con mis tareas como es debido, asistir a clase con regularidad, trabajar intensamente, triunfar en lo que estoy haciendo, dedicarme a mis tareas en vez de salir.

2.2.4.4. Preocuparse (Pr): Esta estrategia se caracteriza por comprender elementos que indican temor por el futuro, en términos generales se refiere a la preocupación por la felicidad futura.

Indicadores asociados a la estrategia: Preocuparme por mi futuro, preocuparme por mi felicidad, preocuparme por lo que está pasando, inquietarme por lo que me puede ocurrir, inquietarme por el futuro del mundo.

2.2.4.5. Invertir en Amigos Íntimos (Ai): Comprende la búsqueda de relaciones personales más cercanas.

Indicadores asociados a la estrategia: Reunirme con amigos, llamar a un amigo íntimo, empezar una relación personal estable, tratar de hacerme amigo íntimo de un chico o una chica, pasar más tiempo con el chico o chica con quien suelo salir.

2.2.4.6. Buscar Pertenencia (Pe): Indica la preocupación e interés del sujeto por las relaciones con los demás en general, y concretamente la preocupación por lo que los demás piensen.

Indicadores asociados: Producir una buena impresión en las personas que me importan, preocuparme por mis relaciones con los demás, tratar de adaptarme a mis amigos, mejorar mi relación personal con los demás, hacer lo que quieren mis amigos.

2.2.4.7. Hacerse Ilusiones (Hi): Dicha estrategia se pone de manifiesto por medio de elementos que tienen su base en la esperanza y anticipación de una salida positiva.

Indicadores asociados a la estrategia: Esperar que ocurra algo mejor, desear que suceda un milagro, esperar que el problema se resuelva por sí solo, soñar despierto que las cosas irán mejorando, imaginar que las cosas van a ir mejor.

2.2.4.8. Falta de Afrontamiento (Na): Consiste en elementos que reflejan la incapacidad personal para tratar el problema e incluye el desarrollo de síntomas psicossomáticos.

Indicadores asociados: No puedo hacer nada para resolver el problema, así que no hago nada, simplemente me doy por vencido; me pongo malo (mal, triste), no tengo forma de afrontar la situación, sufro dolores de cabeza o de estómago.

2.2.4.9. Reducción de la Tensión (Rt): Se caracteriza por comprender elementos que reflejan un intento para sentirse mejor y nivelar de tensión que son generados por el problema.

Indicadores asociados: Llorar o gritar, intentar sentirme mejor bebiendo alcohol, fumando o tomando drogas (no incluye medicamentos), trasladar mis frustraciones a otros, cambiar las cantidades de lo que como, bebo o duermo, encontrar una forma de aliviar la tensión, por ejemplo: llorar, gritar, beber, tomar o ingerir drogas.

2.2.4.10. Acción Social (So): Se refiere al hecho de permitir que otros conozcan el problema, esta estrategia de afrontamiento, permite al adolescente dar a conocer su problema a las personas del medio que lo rodean, de esta manera, busca conseguir ayuda; puede ser mediante peticiones directas o implicándose en la organización de actividades en grupo, como reuniones, fiestas, etc.

Indicadores asociados a la estrategia: Organizar una acción o petición en relación con mi problema, organizar un grupo que se ocupe del problema, ir a reuniones en las que se estudia el problema, unirme a gente que tiene el mismo problema.

2.2.4.11. Ignorar el Problema (Ip): Es la estrategia de rechazar conscientemente la existencia del problema.

Indicadores asociados a la estrategia: Ignorar el problema, ignorar conscientemente el problema, borrar el problema de mi mente, aislarme del problema para poder evitarlo.

2.2.4.12. Autoinculparse (Cu): Indica que ciertos sujetos se ven como responsables de los problemas o preocupaciones que tienen.

Indicadores asociados a la estrategia: Criticarme a mí mismo, darme cuenta de que yo mismo me hago difíciles las cosas, sentirme culpable, considerarme culpable.

2.2.4.13. Reservarlo Para Sí (Re): Es la estrategia que se expresa mediante elementos que reflejan que la persona huye de los demás y no quiere que conozcan sus problemas.

Indicadores asociados a la estrategia: Guardar mis sentimientos para mí solo, evitar estar con la gente, evitar que otros se enteren de lo que me preocupa, no dejar que otros sepan cómo me siento.

2.2.4.14. Buscar Apoyo Espiritual (Ae): Se trata de mecanismos que reflejan el empleo de la oración y de la creencia en la ayuda de un líder o de Dios.

Indicadores asociados a la estrategia: Dejar que Dios se ocupe de mis problemas, pedir ayuda o consejos para que todo se resuelva, leer un libro sagrado o de religión, pedir a Dios que cuide de mí.

2.2.4.15. Fijarse en lo Positivo (Po): Ésta estrategia trata de explorar con atención los aspectos positivos del problema. Incluye ver el lado bueno de las cosas y considerarse afortunado.

Indicadores asociados a la estrategia: Acordarme de los que tienen problemas peores, de forma que los míos no parezcan tan graves; fijarme en el aspecto positivo de las cosas y pensar en las cosas buenas; tratar de tener una visión alegre de la vida, estar contento de cómo van las cosas.

2.2.4.16. Buscar Ayuda Profesional (Ap): Ésta estrategia comprende buscar permanentemente la opinión de un profesional, puede ser de maestros, consejeros, entre otros.

Indicadores asociados a la estrategia: Pedir consejo de una persona competente, conseguir ayuda o consejo de un profesional, pedir ayuda a un profesional, hablar del tema con personas competentes.

2.2.4.17. Buscar Diversiones Relajantes (Dr): Se caracteriza por comprender mecanismos en los que intervienen actividades de ocio, entre ellas, leer, pintar, dibujar, etc.

Indicadores asociados a la estrategia: Encontrar una forma de relajarse; por ejemplo: escuchar música, ver televisión, salir y divertirme para olvidar mis dificultades, buscar tiempo para actividades de ocio.

2.2.4.18. Distracción Física (Fi): Comprende mecanismos que se enfocan en hacer deporte, mantenerse en forma, etc.

Indicadores asociados: Hacer deporte, mantenerse en forma y con buena salud, ir al gimnasio a hacer ejercicios (Frydenberg y Lewis, 2000, págs. 10-11).

2.2.5. Acciones cognitivas

Son todas las acciones en las que el problema está correctamente definido, se plantean las estrategias de solución y las acciones para enfrentar los problemas son llevadas a cabo, de acuerdo a lo planteado en la teoría de Frydenberg y Lewis a estas acciones cognitivas se las puede denominar también adaptativas o funcionales.

Resolver el problema (Solve the problem), está caracterizado por los esfuerzos encaminados a solucionar un problema, manteniendo una actitud positiva y optimista y enlazada socialmente.

Comprende las estrategias: concentrarse en resolver el problema, esforzarse y tener éxito, invertir en amigos íntimos, buscar pertenencia, reservarlo para sí, fijarse en lo positivo, buscar diversiones relajantes y distracción física.

2.2.6. Acciones afectivas

Son todas las acciones que implican el manejo de emociones y sentimientos al momento de enfrentarse a una situación problemática, a estas acciones, se les puede denominar como disfuncionales.

Constituye un intento para enfrentar el problema, recurriendo al apoyo, a los recursos de otras personas, como amigos (pares), profesionales o deidades. Las estrategias que implican acciones afectivas son: buscar apoyo social, acción social, buscar apoyo espiritual y buscar ayuda profesional.

De acuerdo Frydenberg (1997a), citado en Canessa (2002) la puesta en marcha o aplicación de las acciones cognitivas y afectivas, depende de la percepción de cada persona al momento de enfrentarse a un problema y de la cantidad de maneras u opciones de solución que se tengan para dicho problema.

2.2.7. Acciones no productivas

El afrontamiento no productivo (Non-productive coping), se asocia a la incapacidad de afrontar los problemas e incluye estrategias de evitación. Dicho estilo no conlleva a la solución de un problema, pero al menos genera alivio.

Pertencen a estas acciones las estrategias: preocuparse, hacerse ilusiones, no afrontamiento, falta de afrontamiento, ignorar el problema, reducción de la tensión, reservarlo para sí y Autoinculparse (Frydenberg y Lewis, 1993; Frydenberg, 1997; citado en Canessa, 2002).

2.2.8. Adolescencia

La Organización Mundial de la Salud (OMS) entiende a la adolescencia como un período en el cual las personas que lo experimentan inician con el desarrollo de la capacidad de reproducción y continúan con los diferentes cambios psicológicos dando paso de la niñez a la adultez y afianzando su independencia en diferentes aspectos que demanda la sociedad.

El término “adolescencia” designa comúnmente el período de la vida de una persona en el que aún no posee un cuerpo y una mente bien delimitados y no es autónomo en la organización de su existencia (Nardone, Giannotti, & Rocchi, 2003).

De esta manera al referirse a la adolescencia es profundizar en un tema muy importante para el desarrollo de una persona, puesto que, en este período se moldean las bases del actuar, comportarse y ser de una persona, que le serán de gran trascendencia para el adecuado convivir con las demás personas en la sociedad, siendo de este modo agentes participativos y activos para el desarrollo de la vida en comunidad.

Hoy se hace referencia a una larga adolescencia, hasta los 35 años y es una realidad cotidiana encontrar jóvenes adultos con problemáticas de adolescente. Tanto la medicina oficial como la psiquiatría y las diferentes escuelas de psicología más acreditadas están de acuerdo en considerar que la adolescencia es una edad difícil y atormentada por los siguientes factores internos de la persona:

- Los cambios corporales ligados a la maduración sexual.
- Los huracanes emocionales derivados del aumento de secreciones hormonales que orientan la afectividad hacia el grupo de semejantes y del sexo contrario.
- Los progresos cognitivos que permiten las primeras formas de razonamiento abstracto y por lo tanto, la posibilidad de representar una realidad distinta de la vivida, de emprender críticas y desacuerdos, discusiones a la experiencia cotidiana. (Nardone et al., 2003).

2.2.9. Características de la adolescencia

En el aspecto emocional, la llegada de la adolescencia significa la eclosión de la capacidad afectiva para sentir y desarrollar emociones que se identifican o tiene relación con el amor.

Referente a la familia considerada un grupo natural que en el curso del tiempo ha elaborado pautas de interacción. Estas constituyen la estructura familiar, que a su vez rige el funcionamiento de los miembros de la familia, define su gama de conductas y facilita su interacción recíproca. La familia necesita de una estructura viable para

desempeñar sus tareas esenciales, a saber, apoyar la individuación al tiempo que proporciona un sentimiento de pertenencia (Minuchin, 2004).

En esta etapa las tareas parentales son difíciles, los padres deben aceptar el crecimiento y desarrollo de su hijo y darle progresivamente las condiciones para que se desarrolle y pueda llegar a decidir personalmente su futuro laboral, sexual y familiar. Las opciones que el adolescente toma en algunos momentos pueden coincidir o no con las expectativas de los padres, representando para muchas familias un problema difícil de manejar y aceptar.

En el ámbito social de los adolescentes a menudo siguen el ejemplo del comportamiento de sus compañeros, ya que, pueden juzgar a cualquiera que no siga las reglas entre pares como alguien que es socialmente incompetente, es decir, su deseo de pertenecer y ser aceptados en un grupo, conlleva a que se acoplen y adopten “modelos” que incluyen formas de vestir, formas de pensar, comunicación, acciones, etc. (Healthychildren, 2015).

Los modos de afrontamiento de la vida cotidiana adquieren particular relevancia en la adolescencia, por ser una etapa en la que se producen sustanciales transformaciones en la personalidad: la definición de la identidad, la elección de pareja, de profesión o de trabajo, cambios que exigen a los jóvenes la puesta en marcha de variados recursos. (Della, s.f.)

2.2.10. Problemas de los adolescentes

2.2.10.1. Los factores biológicos

Desde el enfoque biológico, los diferentes problemas y conflictos en los adolescentes se presentan debido a que su cuerpo no se encuentra en un funcionamiento adecuado, debido a los cambios hormonales que se encuentran en proceso. Actualmente los científicos que se acogen a este enfoque biológico se centran en el cerebro y en los diferentes elementos relacionados con la genética teniéndolos en cuenta como los cimientos de los problemas en los adolescentes. En este enfoque se procede a la

farmacología como tratamiento que ayuda a la solución de los problemas (Santrock, 2003).

Muchos adolescentes se ven afectados por este tipo de factor ya que no todas las personas se van a desarrollar de la misma manera y en el caso cuando se presenta este tipo de problema el adolescente no puede hacer nada, ya que, se trata de un problema orgánico, un ejemplo claro sería, que en su desarrollo físico cierta parte de su cuerpo no se ha desarrollado completamente por lo que presenta un estado de depresión y un especialista le va a recetar un antidepresivo.

2.2.10.2. Los factores psicológicos

Existen diferentes factores psicológicos que pueden originar los problemas en adolescentes, entre ellos se encuentran los pensamientos distorsionados, confusión emocional, aprendizaje inadecuado y dificultades en las relaciones sociales. Los teóricos de psicoanálisis atribuyen los problemas a las experiencias tempranas estresantes que tienen los niños con las figuras paternas. Los teóricos de la conducta y los socio-cognitivos creen que los problemas de los adolescentes son una consecuencia de las experiencias sociales que tienen los adolescentes con otras personas. Se considera que la familia y los pares influyen de manera significativa en la aparición de los problemas en los adolescentes. (Santrock, 2003).

2.2.10.3. Problemas relacionados con la salud de los adolescentes

2.2.10.3.1. Trastornos alimenticios

La relación del adolescente con su cuerpo cobra una dimensión enfermiza en los llamados trastornos de alimentación, entre ellos, la anorexia nerviosa y la bulimia. El primero principalmente se presenta quince veces más en chicas que chicos. Desde el inicio de la adolescencia y debido a las necesidades de energía que requiere el organismo para desafiar los cambios puberales, el adolescente come más, por ejemplo, las mujeres de modo especial entre los 11 y 14 años. Una vez dado el estirón, esas necesidades energéticas en una adolescente se reducen, pero si el modo de comer, continúa siendo el mismo, no se desgastará la energía que sobra y ésta se convertirá en

grasa, dando como resultado “engordar”. Una de las causas de ésta dificultad podría ser el querer adaptarse a las normas culturales y sociales del medio, característica importante de la adolescencia, pero que generan modelos de “querer ser como” para no ser rechazado, en el caso expuesto las adolescentes se enfocan en su apariencia física; otra de las causas se enfoca en el “estrés” un generador de ansiedad y como una forma de descarga ansiógena se involucra el hecho de comer como una manera de sentirse “emocionalmente mejor”, lo que puede desarrollar conductas como dietas demasiado estrictas o descontroladas, que hacen vulnerables a las adolescentes, por un lado, a la anorexia o a la bulimia nerviosa y, por el otro, a la obesidad. En el caso de las primeras, la cultura de la delgadez, el cuerpo estilizado como equivalente de la belleza, sobre todo en la mujer, desde los años veinte, con brotes sucesivos en la década de los cuarenta y de los sesenta, hasta imponerse en el momento actual, ha influido en la negación del cuerpo en la que involucra un buen número de adolescentes, principalmente las chicas (Sandoval, 2012, págs. 27-28).

Otro de los problemas que afecta a los adolescentes es la obesidad y ésta se cree que es habitualmente el resultado de comer más de lo necesario y se estima en gran parte que los adultos y adolescentes obesos sufren alguna forma de debilitamiento de la “voluntad”, sin embargo, hay factores de riesgo, que parecen hacer a alguna gente más proclive a la obesidad que otra. Estos factores pueden ser regulación genética del metabolismo del cuerpo, historia del desarrollo, inactividad física, estrés emocional y lesión cerebral (Sandoval, 2012, pág. 29).

2.2.10.3.2. Uso y abuso de las drogas

El tema de las drogas, es un tema muy complejo y complicado, ya que, incluye una gran extensión en cuanto a los problemas de los adolescentes que buscan una forma de escape o aceptación del medio en donde se desarrollan. Existen diferentes factores que generan influencia en los adolescentes para sumergirse en el mundo de las drogas, entre los cuales se tienen factores personales y del entorno, como: la permisividad social, la manera tan fácil de adquirir las sustancias, curiosidad, falta de información sobre los efectos reales a largo plazo, deseo de experimentar nuevas aventuras, la moda (las modas son más contagiosas que las infecciones), la presión del grupo de amigos,

necesidad de ser aceptado, rituales de grupo, reacción a un vacío espiritual, fracaso escolar o social, sustitución de la familia por un grupo de amigos con una subcultura que le cobija, mito de la ambrosía: la felicidad sin esfuerzo.

La adolescencia actual ha generalizado los patrones de descanso juvenil, concentrándose los jóvenes los viernes y sábados principalmente, en determinadas zonas, en diferentes horarios y principalmente por la noche; se crean diversas culturas juveniles relacionadas con la diversión: músicas, estilos, vestimenta y hábitos colectivos o rituales determinados.

Existe una gran presión comercial hacia el consumo. Al joven sólo le habla la publicidad consumista, como sinónimo de libertad y “paraíso” la inmensa mayoría de las veces.

Entre los factores familiares que ejercen influencia se tienen: el alcoholismo de los padres o adicción a otras drogas, psicopatología de los padres, abuso familiar de analgésicos y tranquilizantes, carencia de relaciones afectivas, autoritarismo sistemático, permisividad de consumo.

Otros factores que alteran la estabilidad familiar son:

- Divorcios o la falta de una estructura familiar
- Permisividad o ausencia de control.
- Maltrato físico, psíquico o sexual
- Dinámica familiar alterada.
- Madre: sobreprotectora, ansiosa, dominante.
- Padre: pasivo, desinformado, periférico.
- Falta de apoyo para el desarrollo de la autoestima.
- Estrés familiar.

La familia no es consciente de estas características, que pueden contrastar con un rol social brillante (Sandoval, 2012, págs. 30-32).

2.2.10.4. El futuro laboral

La duda y un sinnúmero de inquietudes sobre un futuro laboral y vocacional pueden tener repercusiones en el equilibrio personal, emocional y familiar. En la actual realidad socioeconómica se presenta la dificultad de incorporarse al mundo laboral y los proyectos a futuro están condicionados por diversos factores como: la habilidad individual y personalidad, bases educativas, situación socioeconómica, valores sociales y experiencias particulares de la vida.

En las decisiones laborales futuras que buscan satisfacer tanto intereses como rendimiento académico, el ambiente familiar y la ayuda económica de los padres son muy importantes, difícilmente realiza estudios superiores un joven que no es animado por su familia. (García, 1994).

2.2.10.5. Ideología y valores en la sociedad actual

Actualmente se confirma que los valores en los adolescentes son bastante diferentes en relación a los de los adolescentes de épocas anteriores, puesto que, se evidencia la diferencia en el propio actuar personal, si bien es cierto se han dado varios cambios entre ellos en el ámbito personal, pero también a nivel social y de entorno, como un ejemplo se puede resaltar la realidad del comportamiento de hijos y padres; anteriormente se solía decir: «Sí, padre». Ahora, ante cualquier demanda de un hijo adolescente, se suele decir: «Sí hijo, como tú quieras», todo esto evidencia cómo los adolescentes anteriormente consideraban a la familia como el escenario fundamental de su identificación y como la base articuladora de su integración sociocultural, mientras que hoy, la autoridad paterna ha decaído, los nuevos roles sociales alcanzados por la madre, la disminución del tamaño de la familia, la enorme influencia de los medios de comunicación de la mano con el crecimiento de organizaciones, la burocratización de los contactos humanos han cambiado el papel y los valores sociales reinantes de los adolescentes. Ajuria Guerra manifiesta que los conflictos de la adolescencia en épocas anteriores se resolvían por medio de procesos de interiorización y sublimación, reprimiendo los impulsos; la sexualidad era culpabilizadora y los ideales y valores eran los de la familia. Se castigaba la transgresión de la norma, y ello incluso tranquilizaba al adolescente, se daban el pudor y la vergüenza, la monotonía y la melancolía, pero

también la seguridad y la tranquilidad, lograda mediante diferentes mecanismos compensatorios (Castro, 1994).

2.3. DEFINICIONES DE TÉRMINOS

Adolescencia: “período de transición entre la niñez y le edad adulta”. (Castejón, J y Navas, L, 2009)

Afrontamiento: “es cualquier actividad que el individuo puede poner en marcha, tanto de tipo cognitivo como de tipo conductual, con el fin de enfrentarse a una determinada situación. Por lo tanto, los recursos de afrontamiento del individuo están formados por todos aquellos pensamientos, reinterpretaciones, conductas, etc., que el individuo puede desarrollar para tratar de conseguir los mejores resultados posibles en una determinada situación” (SEAS, s.f.).

Cambios físicos: “Todas las modificaciones del ser humano a nivel corporal, ejemplo: ensanchamiento de caderas, crecimiento de vello, etc. referentes a la adolescencia” (SEAS, s.f.).

Cambios psicológicos: Modificaciones que sufre el ser humano a nivel de la psique, ejemplo: cambio de gustos, carácter, intereses, pensamientos, etc.

Estrategia: “Plan de acciones coordinadas para dirigir un asunto o conseguir un fin” (RAE, Diccionario práctico del estudiante. Ministerio de Educacion del Ecuador, 2010).

Estrés: “Reacción fisiológica y psicológica del organismo frente a las demandas del medio” (Consuegra, 2010).

Habilidades de afrontamiento: “Formas características para manejar las dificultades, tienen influencia en la manera en que identificamos y tratamos de resolver problemas” (tesis.uson).

Transición: “Acción y efecto de pasar de un modo de ser o estar a otro distinto” (RAE, Diccionario de la Real Academia Española, 2014).

Vulnerabilidad: “Que puede ser herido o recibir lesión, física o moralmente” (RAE, Diccionario de la Real Academia Española, 2014).

2.4. VARIABLES DE LA INVESTIGACIÓN

2.4.1. VARIABLE INDEPENDIENTE

Estrategias de Afrontamiento de Problemas

2.5. OPERACIONALIZACIÓN DE LAS VARIABLES

VARIABLE	CONCEPTO	CATEGORIA	INDICADORES	TÉCNICAS E INSTRUMENTOS	ÍTEMS
INDEPENDIENTE Estrategias de Afrontamiento de problemas	“Conjunto de acciones cognitivas y afectivas que surgen en respuesta a una preocupación en particular”. (Frydenberg, 1993, citado en Canessa 2002).	Acciones cognitivas Acciones afectivas Acciones no productivas	<ul style="list-style-type: none"> • Concentrarse en resolver el problema • Esforzarse y tener éxito • Invertir en amigos íntimos • Buscar pertenencia • Reservarlo para sí • Fijarse en lo positivo • Buscar diversiones relajantes • Distracción física • Buscar apoyo social • Acción social • Buscar apoyo espiritual • Buscar ayuda profesional • Preocuparse • Hacerse ilusiones • Falta de afrontamiento • Reducción de la tensión • Ignorar el problema • Autoinculparse 	Técnica Test: Escala de Afrontamiento Social-ACS (Frydenberg y Lewis) Instrumento Cuestionario	Anexo A

CAPÍTULO III

3. MARCO METODOLÓGICO

3.1. MÉTODO CIENTÍFICO

3.1.1. Deductivo- Inductivo

Permitió la examinación de las características de la situación planteada y la exposición de diferentes definiciones y conceptos que dieron paso a la formulación de conclusiones.

3.1.2. Analítico- sintético

Facilitó el estudio de la situación, partiendo desde la descomposición de cada una de sus diferentes partes o etapas permitiendo un estudio individual y posteriormente un estudio global.

3.2. DISEÑO DE LA INVESTIGACIÓN

La presente investigación fue corte cualitativo, no experimental, porque permitió hacer un análisis de la realidad presente; es decir, observar la situación tal y como se manifestaba y no existió manipulación de variables.

3.3. TIPO DE INVESTIGACIÓN

3.3.1. Exploratorio- descriptivo

Proporcionó una visión general de la realidad, permitiendo hacer una descripción de las características y aspectos importantes del tema planteado.

3.3.2. De campo- bibliográfico

La investigación pretendió ejecutar el estudio en el lugar donde se presentaba la situación de manera natural, para conseguir datos reales y a su vez, se basó en la revisión de bibliografía, la misma que facilitó un análisis teórico y conceptual.

3.4. TIPO DE ESTUDIO

3.4.1. Transversal

Permitió realizar un análisis de los niveles de aplicación de las estrategias de afrontamiento en los estudiantes de Segundo Año de Bachillerato General Unificado de la Unidad Educativa “Riobamba”.

3.5. NIVEL DE LA INVESTIGACIÓN

3.5.1. Exploratorio- descriptivo

La investigación pretendió dar respuesta al planteamiento del problema, proporcionando un perfil detallado de las estrategias de afrontamiento de problemas que aplicaban los estudiantes de Segundo Año de Bachillerato General Unificado de la Unidad Educativa “Riobamba”.

3.6. POBLACIÓN Y MUESTRA

La población investigada fue de 160 estudiantes

SEXO	HOMBRES	MUJERES	TOTAL
2 BGU PARALELOS			
A	5	29	34
B	3	30	33
C	4	26	30
D	4	31	35
E	2	26	28
TOTAL	18	142	160

3.6.2. MUESTRA

En la investigación no se tomó muestra, puesto que, se trabajó con toda la población.

3.7. TÉCNICAS E INSTRUMENTOS DE RECOLECCIÓN DE DATOS

3.7.1. TÉCNICA

Test Psicológico

3.7.2. INSTRUMENTO

Cuestionario ACS Escala de Afrontamiento Social (Frydenberg y Lewis).

La Escala de Afrontamiento Social es un conjunto de 80 ítems, 79 de carácter cerrado y uno de carácter abierto, los mismos que permiten evaluar las estrategias de afrontamiento que aplican los adolescentes entre 12 y 18 años de edad ante las diversas situaciones del diario vivir.

Su aplicación estimula la reflexión sobre las estrategias de afrontamiento que emplean los adolescentes y sus conductas, por lo que puede ser empleada, tanto como una técnica de evaluación, como de intervención individual o grupal en el área clínica u orientación. Por su diseño, puede ser el propio evaluado quien se aplique, corrija e interprete sus resultados como herramienta de análisis y reflexión. (teadediciones, s.f.)

3.8. TÉCNICAS DE PROCESAMIENTO Y ANÁLISIS DE DATOS

3.8.1. Aplicación de reactivos psicológicos

3.8.2. Recolección de datos

3.8.3. Tabulación de datos

3.8.4. Mediante hoja de cálculo de Excel se tabula y se elaboran cuadros

3.8.5. Graficar cuadros

3.8.6. Análisis de datos

3.8.7. Interpretación

3.9. ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN DE RESULTADOS

Escala de Afrontamiento para Adolescentes (ACS) aplicada a los estudiantes de Segundo Año de Bachillerato de la Unidad Educativa “Riobamba”.

3.9.1. Estrategias de afrontamiento productivas- acciones cognitivas.

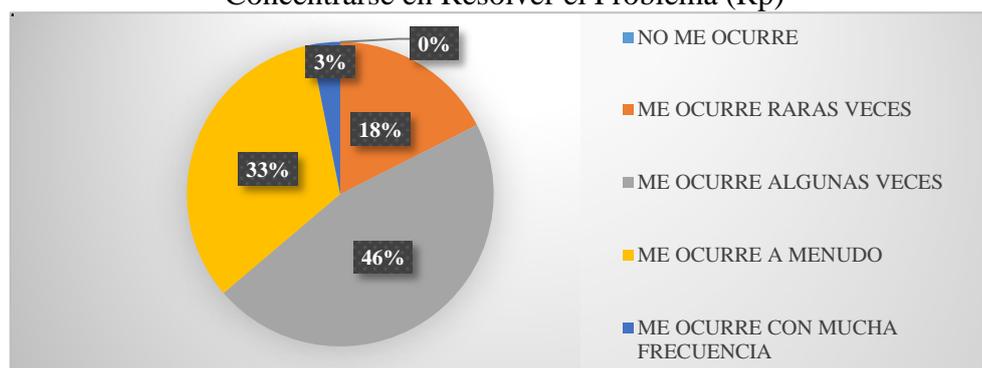
3.9.1.1. Concentrarse en Resolver el Problema (Rp)

Cuadro N° 1
Concentrarse en Resolver el Problema (Rp)

RANGOS	INDICADORES	FRECUENCIA	PORCENTAJE
20-29	No me ocurre	0	0%
30-49	Me ocurre raras veces	28	18%
50-69	Me ocurre algunas veces	74	46%
70-89	Me ocurre a menudo	53	33%
90-100	Me ocurre con mucha frecuencia	5	3%
TOTAL		160	100%

Fuente: Escala de Afrontamiento para Adolescentes (ACS)
Autoría: Denise Hernández, Juan Herrera

Gráfico N° 1
Concentrarse en Resolver el Problema (Rp)



Fuente: Cuadro N° 1
Autoría: Denise Hernández, Juan Herrera

a) Análisis

De los 160 estudiantes que constituyen el 100% de la población investigada, se determina que: al 0% no le ocurre; al 18% le ocurre raras veces; al 46% le ocurre algunas veces; al 33% le ocurre a menudo y al 3% le ocurre con mucha frecuencia.

b) Interpretación

La estrategia “concentrarse en resolver el problema”, sí es aplicada en menor o mayor frecuencia por la población, esta estrategia promueve el análisis de opciones ante un problema facilitando su resolución, corresponde a las acciones cognitivas, por lo tanto, es importante mantener y orientar en su aplicación.

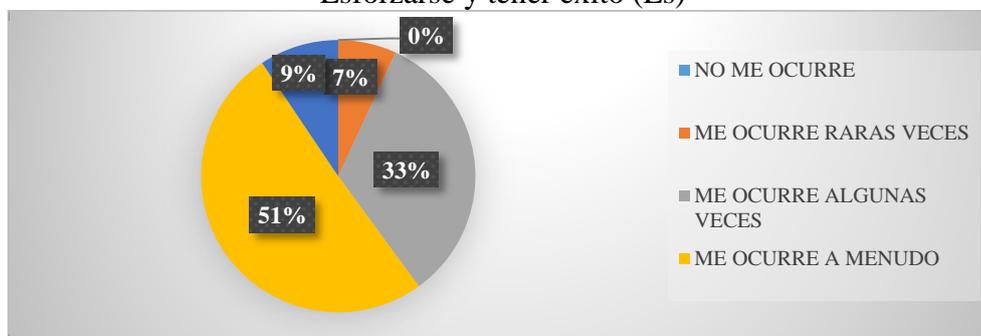
3.9.1.2. Esforzarse y tener éxito

Cuadro N° 2
Esforzarse y tener éxito (Es)

RANGOS	INDICADORES	FRECUENCIA	PORCENTAJE
20-29	No me ocurre	0	0%
30-49	Me ocurre raras veces	11	7%
50-69	Me ocurre algunas veces	53	33%
70-89	Me ocurre a menudo	81	51%
90-100	Me ocurre con mucha frecuencia	15	9%
TOTAL		160	100%

Fuente: Escala de Afrontamiento para Adolescentes (ACS)
Autoría: Denise Hernández, Juan Herrera

Gráfico N° 2
Esforzarse y tener éxito (Es)



Fuente: Cuadro N° 2
Autoría: Denise Hernández, Juan Herrera

a) Análisis

De la población investigada de 160 estudiantes, se tienen los siguientes resultados: el 0% no le ocurre; el 7% le ocurre raras veces; al 33% le ocurre algunas veces; al 51% le ocurre a menudo y al 9% le ocurre con mucha frecuencia.

b) Interpretación

La totalidad de la población investigada hace uso de la estrategia de afrontamiento “esforzarse y tener éxito”, la cual describe el compromiso, ambición y dedicación poniendo en juego todas las capacidades para resolver un problema, por lo tanto, requiere mantener y elevar su aplicación, considerando que pertenece al conjunto de las estrategias de afrontamiento productivas y su aplicación facilita el desarrollo de habilidades de solución asertivas ante un problema.

3.9.1.3. Invertir en amigos íntimos

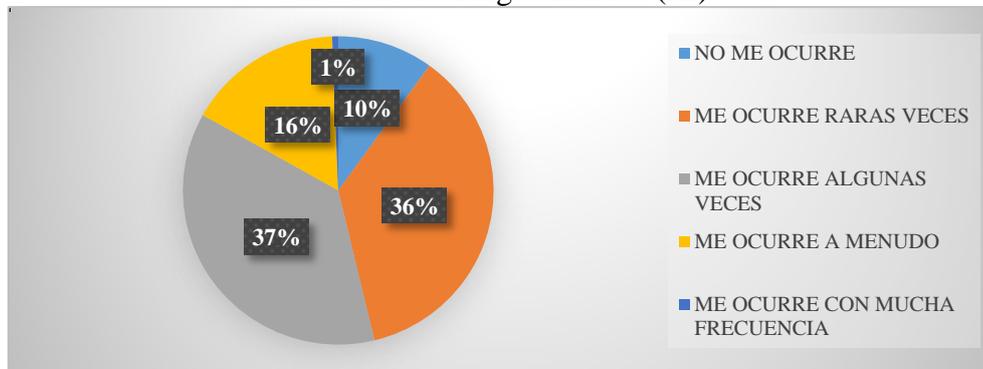
Cuadro N° 3
Invertir en Amigos Íntimos (Ai)

RANGOS	INDICADORES	FRECUENCIA	PORCENTAJE
20-29	No me ocurre	16	10%
30-49	Me ocurre raras veces	58	36%
50-69	Me ocurre algunas veces	59	37%
70-89	Me ocurre a menudo	26	16%
90-100	Me ocurre con mucha frecuencia	1	1%
TOTAL		160	100%

Fuente: Escala de Afrontamiento para Adolescentes (ACS)

Autoría: Denise Hernández, Juan Herrera

Gráfico N° 3
Invertir en Amigos Íntimos (Ai)



Fuente: Cuadro N° 3

Autoría: Denise Hernández, Juan Herrera

a) Análisis

De la población investigada de 160 estudiantes, se tienen los siguientes resultados: al 10% no le ocurre; al 36% le ocurre raras veces; al 37% le ocurre algunas veces; al 16% le ocurre a menudo y al 1% le ocurre con mucha frecuencia.

b) Interpretación

De los resultados obtenidos por la estrategia “invertir en amigos íntimos”, se tiene un porcentaje elevado en su aplicación, ésta implica la búsqueda de relaciones personales íntimas o estables, integra el grupo de las estrategias productivas, por lo que requiere una orientación adecuada, para que se prolongue y eleve su uso.

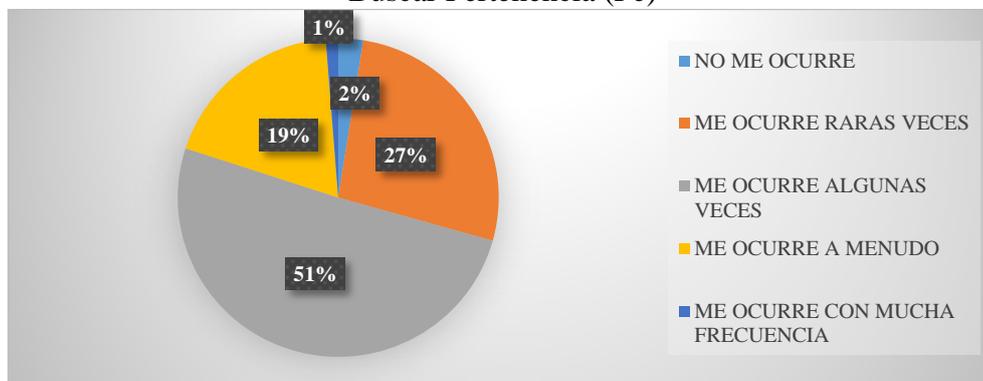
3.9.1.4. Buscar Pertenencia

Cuadro N° 4
Buscar Pertenencia (Pe)

RANGOS	INDICADORES	FRECUENCIA	PORCENTAJE
20-29	No me ocurre	4	2%
30-49	Me ocurre raras veces	43	27%
50-69	Me ocurre algunas veces	81	51%
70-89	Me ocurre a menudo	30	19%
90-100	Me ocurre con mucha frecuencia	2	1%
TOTAL		160	100%

Fuente: Escala de Afrontamiento para Adolescentes (ASC)
Autoría: Denise Hernández, Juan Herrera

Gráfico N° 4
Buscar Pertenencia (Pe)



Fuente: Cuadro N° 4
Autoría: Denise Hernández, Juan Herrera

a) Análisis

De la población investigada de 160 estudiantes, se tienen los siguientes resultados: al 2% no le ocurre; al 27% le ocurre raras veces; al 51% le ocurre algunas veces; al 19% le ocurre a menudo y al 1% le ocurre con mucha frecuencia.

b) Interpretación

La mayoría de la población investigada aplica la estrategia “buscar pertenencia” con mayor o menor frecuencia, la estrategia comprende el interés que los adolescentes manifiestan en sus relaciones y cómo los demás piensan al respecto, por lo tanto, es importante reforzar la aplicación de la estrategia mencionada, puesto que, pertenece al grupo de las estrategias de afrontamiento productivas.

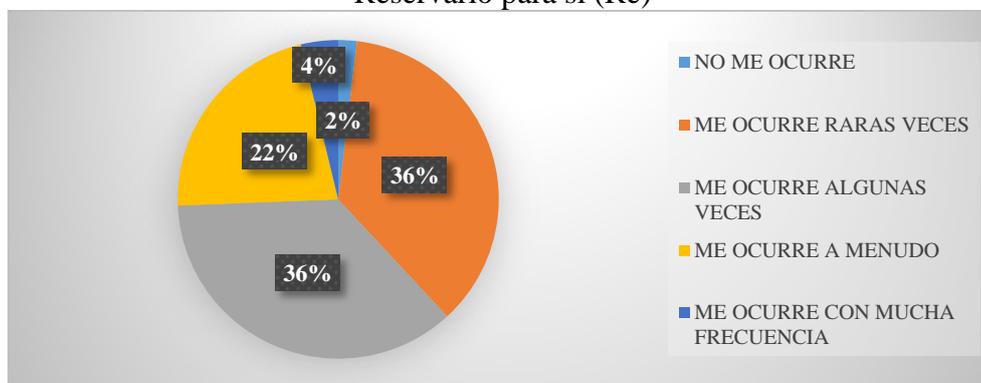
3.9.1.5. Reservarlo para sí

Cuadro N° 5
Reservarlo para sí (Re)

RANGOS	INDICADORES	FRECUENCIA	PORCENTAJE
20-29	No me ocurre	3	2%
30-49	Me ocurre raras veces	58	36%
50-69	Me ocurre algunas veces	58	36%
70-89	Me ocurre a menudo	35	22%
90-100	Me ocurre con mucha frecuencia	6	4%
TOTAL		160	100%

Fuente: Escala de Afrontamiento para Adolescentes (ACS)
Autoría: Denise Hernández, Juan Herrera

Gráfico N° 5
Reservarlo para sí (Re)



Fuente: Cuadro N° 5
Autoría: Denise Hernández, Juan Herrera

a) Análisis

De la población investigada de 160 estudiantes se obtuvieron los siguientes resultados: al 2% no le ocurre; al 36% le ocurre raras veces; al 36% le ocurre algunas veces; al 22% le ocurre a menudo y al 4% le ocurre con mucha frecuencia.

b) Interpretación

De los resultados obtenidos se evidencia que cerca de la totalidad de la población investigada aplica la estrategia “reservarlo para sí”, lo que implica guardar los sentimientos y evitar que los demás se enteren del problema, la mencionada estrategia es productiva, por lo tanto, es recomendable una orientación que permita que su aplicación se mantenga y sea correcta.

3.9.1.6. Fijarse en el Positivo

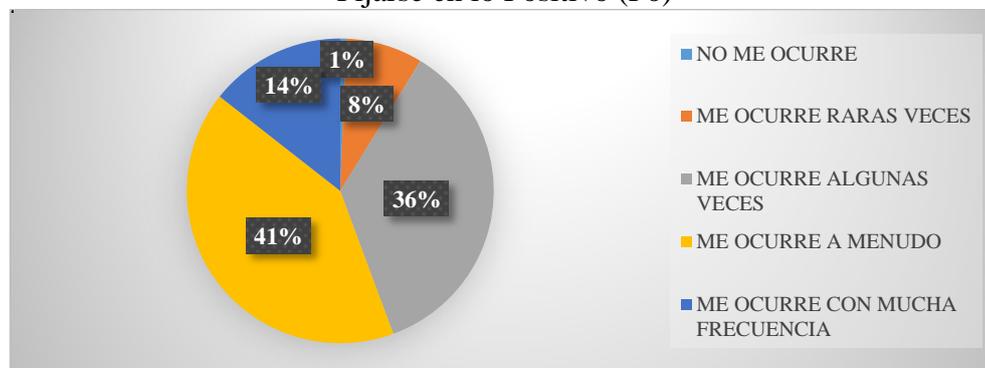
Cuadro N° 6
Fijarse en lo Positivo (Po)

RANGOS	INDICADORES	FRECUENCIA	PORCENTAJE
20-29	No me ocurre	1	1%
30-49	Me ocurre raras veces	13	8%
50-69	Me ocurre algunas veces	57	36%
70-89	Me ocurre a menudo	66	41%
90-100	Me ocurre con mucha frecuencia	23	14%
TOTAL		160	100%

Fuente: Escala de Afrontamiento para Adolescentes (ACS)

Autoría: Denise Hernández, Juan Herrera

Gráfico N° 6
Fijarse en lo Positivo (Po)



Fuente: Cuadro N° 6

Autoría: Denise Hernández, Juan Herrera

a) Análisis

De la población investigada de 160 estudiantes, se obtuvieron los siguientes resultados: al 1% no le ocurre; al 8% le ocurre raras veces; al 36% le ocurre algunas veces; al 41% le ocurre a menudo y al 14% le ocurre con mucha frecuencia.

b) Interpretación

Aproximadamente la totalidad de la población investigada aplica la estrategia de afrontamiento “fijarse en lo positivo”, es considerada una estrategia productiva e implica generar una visión positiva u optimista de las situaciones que generan malestar, buscar los aspectos positivos y considerarlos como una oportunidad de aprendizaje, por lo tanto, es importante que se mantenga y se fortalezca su aplicación.

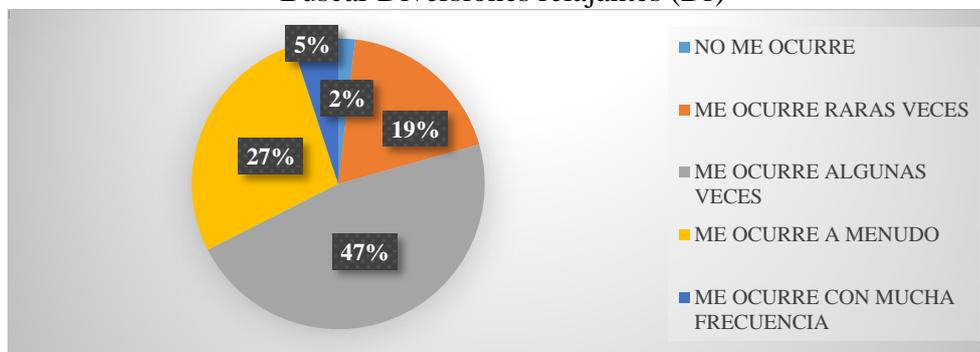
3.9.1.7. Buscar diversiones relajantes

Cuadro N° 7
Buscar Diversiones relajantes (Dr)

RANGOS	INDICADORES	FRECUENCIA	PORCENTAJE
21-30	No me ocurre	3	2%
31-51	Me ocurre raras veces	30	19%
52-72	Me ocurre algunas veces	75	47%
73-93	Me ocurre a menudo	44	27%
94-105	Me ocurre con mucha frecuencia	8	5%
TOTAL		160	100%

Fuente: Escala de Afrontamiento para Adolescentes (ACS)
Autoría: Denise Hernández, Juan Herrera

Gráfico N° 7
Buscar Diversiones relajantes (Dr)



Fuente: Cuadro N° 7
Autoría: Denise Hernández, Juan Herrera

a) Análisis

De la población investigada de 160 estudiantes, se tienen los siguientes resultados: al 2% no le ocurre; al 19% le ocurre raras veces; al 47% le ocurre algunas veces; al 27% le ocurre a menudo y al 5% le ocurre con mucha frecuencia.

b) Interpretación

La estrategia de afrontamiento "buscar diversiones relajantes", es aplicada por la mayoría de la población investigada de adolescentes, comprende la elección de actividades de ocio, como pintar, escribir, etc., al ser una estrategia productiva es importante orientar sobre la misma tanto en la población que no la aplica como en la que la aplica, con el fin de mantenerla y fortalecerla para encaminar hacia una adecuada resolución de problemas.

3.9.1.8. Distracción Física

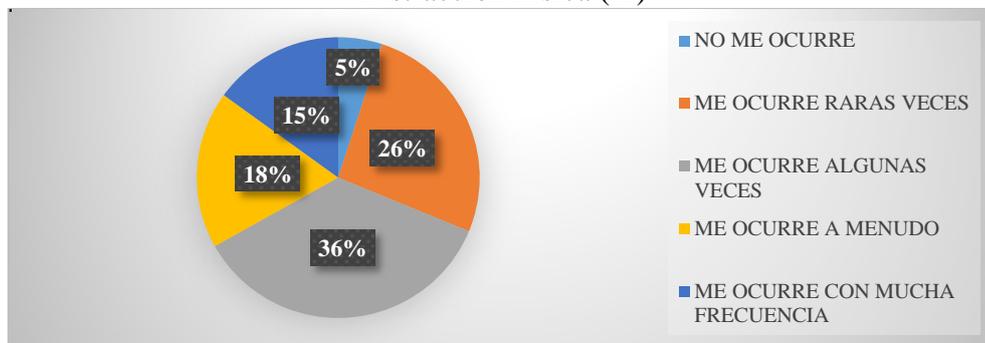
Cuadro N° 8
Distracción Física (Fi)

RANGOS	INDICADORES	FRECUENCIA	PORCENTAJE
21-30	No me ocurre	8	5%
31-51	Me ocurre raras veces	42	26%
52-72	Me ocurre algunas veces	57	36%
73-93	Me ocurre a menudo	29	18%
94-105	Me ocurre con mucha frecuencia	24	15%
TOTAL		160	100%

Fuente: Escala de Afrontamiento para Adolescentes (ACS)

Autoría: Denise Hernández, Juan Herrera

Gráfico N° 8
Distracción Física (Fi)



Fuente: Cuadro N° 8

Autoría: Denise Hernández, Juan Herrera

a) Análisis

De la población investigada de 160 estudiantes, se obtuvieron los siguientes resultados: al 5% no le ocurre; al 26% le ocurre raras veces; al 36 % le ocurre algunas veces; al 18% le ocurre a menudo y al 15% le ocurre con mucha frecuencia.

b) Interpretación

La estrategia “distracción física”, es aplicada por un alto porcentaje de la población investigada en mayor o menor frecuencia, la estrategia incluye actividades que implican actividad física y cuidar la salud, pertenece a las acciones cognitivas o estrategias productivas, considerando que al aplicarla no sólo permita un equilibrio físico, sino también mental, por lo tanto, es necesario que se motive y oriente a su aplicación, principalmente para contribuir a que los adolescentes descubran sus habilidades.

3.9.2. Estrategias de afrontamiento poco productivas- acciones afectivas.

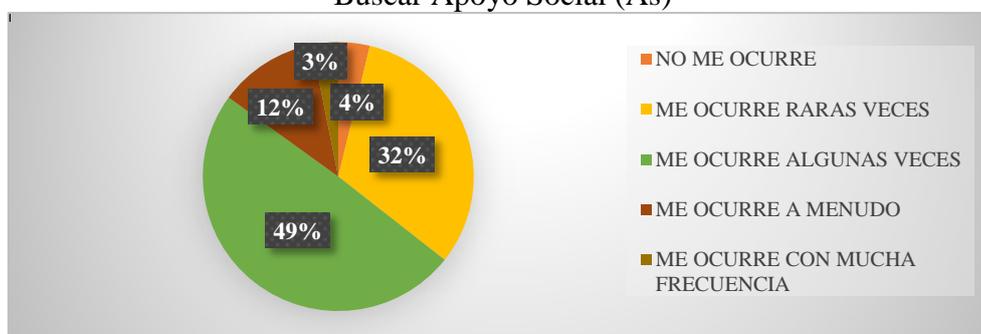
3.9.2.1. Buscar Apoyo Social

Cuadro N° 9
Buscar Apoyo Social (As)

RANGOS	INDICADORES	FRECUENCIA	PORCENTAJE
20-29	No me ocurre	6	4%
30-49	Me ocurre raras veces	51	32%
50-69	Me ocurre algunas veces	79	49%
70-89	Me ocurre a menudo	19	12%
90-100	Me ocurre con mucha frecuencia	5	3%
TOTAL		160	100%

Fuente: Escala de Afrontamiento para Adolescentes (ACS)
Autoría: Denise Hernández, Juan Herrera

Gráfico N° 9
Buscar Apoyo Social (As)



Fuente: Cuadro N° 9
Autoría: Denise Hernández, Juan Herrera

a) Análisis

De la población investigada de 160 estudiantes, que representa el 100%, se tienen los siguientes resultados: al 4% no le ocurre; al 32% le ocurre raras veces; el 49% le ocurre algunas veces; al 12% le ocurre a menudo y al 3% le ocurre con mucha frecuencia.

b) Interpretación

La estrategia “buscar apoyo social”, es empleada por un alto porcentaje de la población investigada en mayor o menor frecuencia, ésta implica compartir el problema con otras personas y buscar apoyo o soporte para solucionarlo; es necesario desarrollar orientaciones adecuadas para regular su aplicación, considerando que dicha estrategia pertenece a las acciones poco productivas.

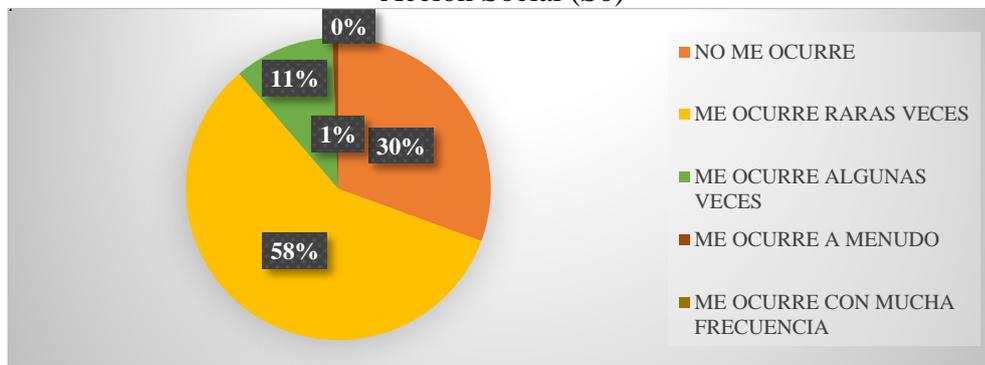
3.9.2.2. Acción Social

Cuadro N° 10
Acción Social (So)

RANGOS	INDICADORES	FRECUENCIA	PORCENTAJE
20-29	No me ocurre	49	30%
30-49	Me ocurre raras veces	93	58%
50-69	Me ocurre algunas veces	17	11%
70-89	Me ocurre a menudo	1	1%
90-100	Me ocurre con mucha frecuencia	0	0%
TOTAL		160	100%

Fuente: Escala de Afrontamiento para Adolescentes (ACS)
Autoría: Denise Hernández, Juan Herrera

Gráfico N° 10
Acción Social (So)



Fuente: Cuadro N° 10
Autoría: Denise Hernández, Juan Herrera

a) Análisis

De los 160 estudiantes que constituyen el 100% de la población investigada, se tienen los siguientes resultados: al 30% no le ocurre; al 58% le ocurre raras veces; al 11% le ocurre algunas veces; al 1% le ocurre a menudo y al 0% le ocurre con mucha frecuencia.

b) Interpretación

La estrategia “acción social”, es empleada por un porcentaje bajo de la población investigada, la estrategia se refiere a dar a conocer el problema a los demás y realizar peticiones de ayuda para resolverlo; en base a los resultados obtenidos es primordial mantener la baja frecuencia de aplicación, considerando que la estrategia pertenece al conjunto de acciones poco productivas.

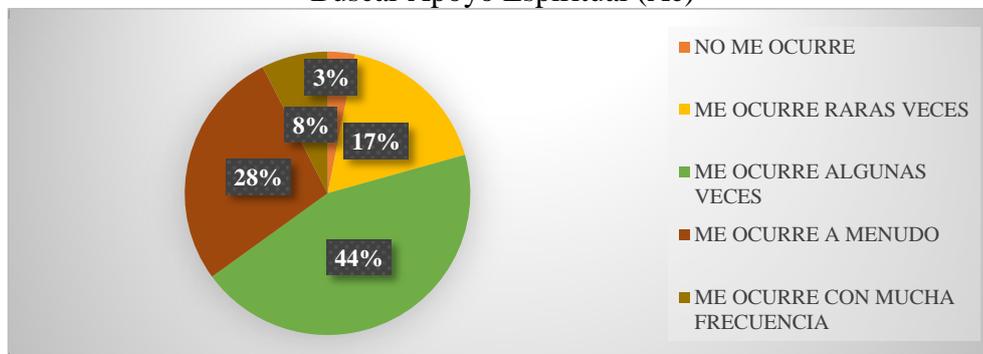
3.9.2.3. Buscar Apoyo Espiritual (Ae)

Cuadro N° 11
Buscar Apoyo Espiritual (Ae)

RANGOS	INDICADORES	FRECUENCIA	PORCENTAJE
20-29	No me ocurre	5	3%
30-49	Me ocurre raras veces	28	17%
50-69	Me ocurre algunas veces	71	44%
70-89	Me ocurre a menudo	44	28%
90-100	Me ocurre con mucha frecuencia	12	8%
TOTAL		160	100%

Fuente: Escala de Afrontamiento para Adolescentes (ACS)
Autoría: Denise Hernández, Juan Herrera

Gráfico N° 11
Buscar Apoyo Espiritual (Ae)



Fuente: Cuadro N° 11
Autoría: Denise Hernández, Juan Herrera

a) Análisis

De 160 estudiantes que representan el 100% de la población investigada, se tienen los siguientes resultados: al 3% no le ocurre; al 17% le ocurre raras veces; al 44% le ocurre algunas veces; al 28% le ocurre a menudo y al 8% le ocurre con mucha frecuencia.

b) Interpretación

La estrategia “buscar apoyo espiritual”, es aplicada por un alto porcentaje de la población investigada, en esta estrategia interviene la fe, la oración en Dios o un líder para que intervenga en su problema; en base a los resultados obtenidos, es importante orientar adecuadamente a los adolescentes sobre el manejo de dicha estrategia,

considerando que pertenece al grupo de acciones poco productivas o acciones emocionales.

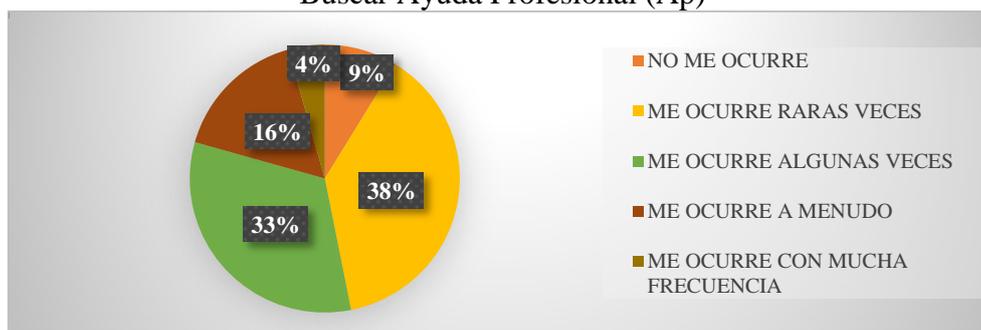
3.9.2.4. Buscar Ayuda Profesional

Cuadro N° 12
Buscar Ayuda Profesional (Ap)

RANGOS	INDICADORES	FRECUENCIA	PORCENTAJE
20-29	No me ocurre	14	9%
30-49	Me ocurre raras veces	61	38%
50-69	Me ocurre algunas veces	52	33%
70-89	Me ocurre a menudo	26	16%
90-100	Me ocurre con mucha frecuencia	7	4%
TOTAL		160	100%

Fuente: Escala de Afrontamiento para Adolescentes (ACS)
Autoría: Denise Hernández, Juan Herrera

Gráfico N° 12
Buscar Ayuda Profesional (Ap)



Fuente: Cuadro N° 12
Autoría: Denise Hernández, Juan Herrera

a) Análisis

De la población investigada de 160 estudiantes, se tienen los siguientes resultados: al 9% no le ocurre; al 38% le ocurre raras veces; al 33% le ocurre algunas veces; al 16% le ocurre a menudo y al 4% le ocurre con mucha frecuencia.

b) Interpretación

La estrategia “buscar ayuda profesional”, sí es aplicada en mayor o menor frecuencia por un alto porcentaje de la población investigada; la estrategia se refiere a buscar ayuda u opiniones por parte de un profesional, pueden ser maestros, psicólogos, etc., considerando que pertenece al grupo de acciones poco productivas o acciones

emocionales, es importante desarrollar una orientación adecuada en el manejo y aplicación de la misma.

3.9.3. Estrategias de afrontamiento no productivas

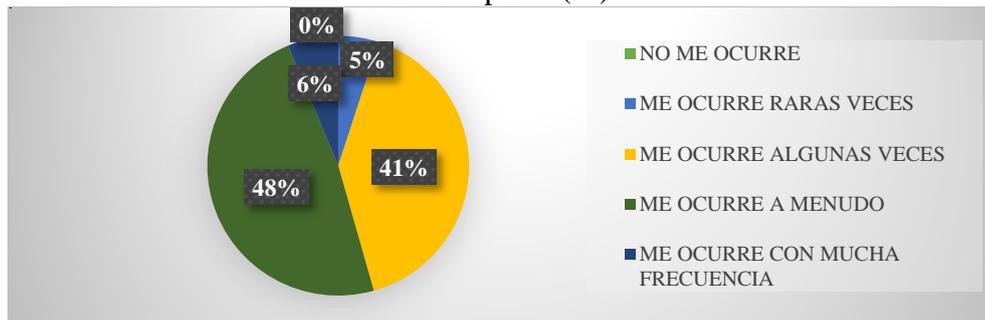
3.9.3.1. Preocuparse

Cuadro N° 13
Preocuparse (Pr)

RANGOS	INDICADORES	FRECUENCIA	PORCENTAJE
20-29	No me ocurre	0	0%
30-49	Me ocurre raras veces	8	5%
50-69	Me ocurre algunas veces	65	41%
70-89	Me ocurre a menudo	77	48%
90-100	Me ocurre con mucha frecuencia	10	6%
TOTAL		160	100%

Fuente: Escala de Afrontamiento para Adolescentes (ACS)
Autoría: Denise Hernández, Juan Herrera

Gráfico N° 13
Preocuparse (Pr)



Fuente: Cuadro N° 13
Autoría: Denise Hernández, Juan Herrera

a) Análisis

De la población investigada de 160 estudiantes, se tienen los siguientes resultados: al 0% no le ocurre; al 5% le ocurre raras veces; al 41% le ocurre algunas veces; al 48% le ocurre a menudo y al 6% le ocurre con mucha frecuencia.

b) Interpretación

La estrategia “preocuparse”, es aplicada en mayor o menor frecuencia por un alto porcentaje de la población investigada; la estrategia comprende en inquietarse por situaciones futuras, como por ejemplo la felicidad; en base a los resultados obtenidos es importante aportar con una orientación adecuada a los adolescentes sobre el

manejo de dicha estrategia, considerando que pertenece al grupo de acciones no productivas y tiene una influencia negativa en la resolución de los problemas que se presentan en la población de estudio.

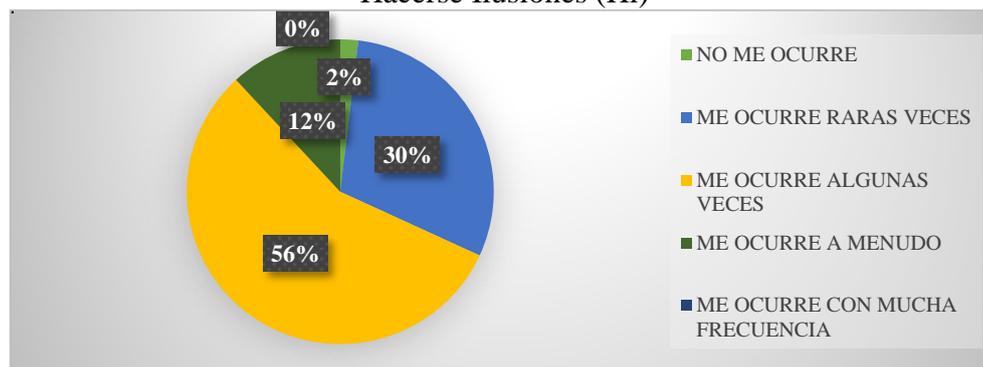
3.9.3.2. Hacerse Ilusiones

Cuadro N° 14
Hacerse Ilusiones (Hi)

RANGOS	INDICADORES	FRECUENCIA	PORCENTAJE
20-29	No me ocurre	3	2%
30-49	Me ocurre raras veces	48	30%
50-69	Me ocurre algunas veces	90	56%
70-89	Me ocurre a menudo	19	12%
90-100	Me ocurre con mucha frecuencia	0	0%
	TOTAL	160	100%

Fuente: Escala de Afrontamiento para Adolescentes (ACS)
Autoría: Denise Hernández, Juan Herrera

Gráfico N° 14
Hacerse Ilusiones (Hi)



Fuente: Cuadro N° 14
Autoría: Denise Hernández, Juan Herrera

a) Análisis

De la población investigada de 160 estudiantes, se obtuvieron los siguientes resultados: al 2% no le ocurre; al 30% le ocurre raras veces; al 56% le ocurre algunas veces; al 12% le ocurre a menudo y al 0% le ocurre con mucha frecuencia.

b) Interpretación

De la población investigada un porcentaje elevado aplica en mayor o menor frecuencia la estrategia de afrontamiento “hacerse ilusiones”, según los autores Frydenberg y Lewis (2000) implica la esperanza y anticipación de una salida positiva; representa un indicador negativo en la resolución de problemas,

considerando que es una estrategia no productiva y debe ser trabajada para lograr que los adolescentes en lo posible eviten su aplicación.

3.9.3.3. Falta de Afrontamiento

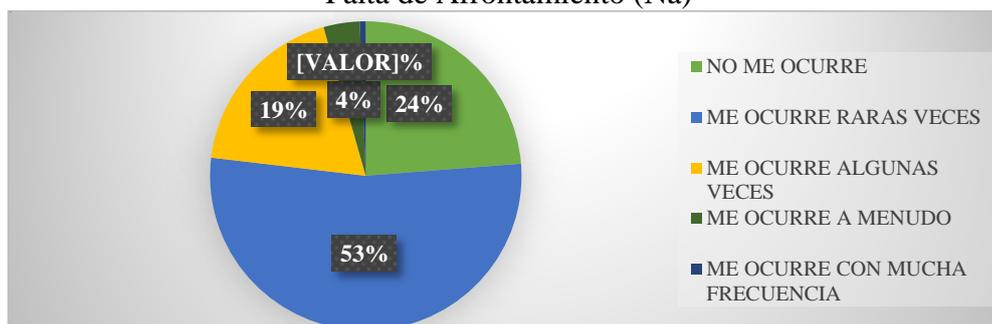
Cuadro N° 15
Falta de Afrontamiento (Na)

RANGOS	INDICADORES	FRECUENCIA	PORCENTAJE
20-29	No me ocurre	38	24%
30-49	Me ocurre raras veces	85	53%
50-69	Me ocurre algunas veces	30	19%
70-89	Me ocurre a menudo	6	4%
90-100	Me ocurre con mucha frecuencia	1	1%
TOTAL		160	100%

Fuente: Escala de Afrontamiento para Adolescentes (ACS)

Autoría: Denise Hernández, Juan Herrera

Gráfico N° 15
Falta de Afrontamiento (Na)



Fuente: Cuadro N° 15

Autoría: Denise Hernández, Juan Herrera

a) Análisis

De la población investigada de 160 estudiantes, se tienen los siguientes resultados: al 24% no le ocurre; al 53% le ocurre raras veces; al 19% le ocurre algunas veces; al 4% le ocurre a menudo y al 1% le ocurre con mucha frecuencia.

b) Interpretación

De la población investigada un porcentaje mayor a la mitad aplica en mayor o menor frecuencia la estrategia de afrontamiento “falta de afrontamiento”: la estrategia se refiere a la incapacidad de enfrentarse a un problema; se encuentra en el grupo de las

estrategias no productivas, lo que representa que los adolescentes no tienen una adecuada orientación en cuanto a resolución de problemas, por lo tanto, es fundamental desarrollar una intervención que encamine a suprimir su aplicación, ya que, a futuro puede desencadenar en problemas de mayor complejidad.

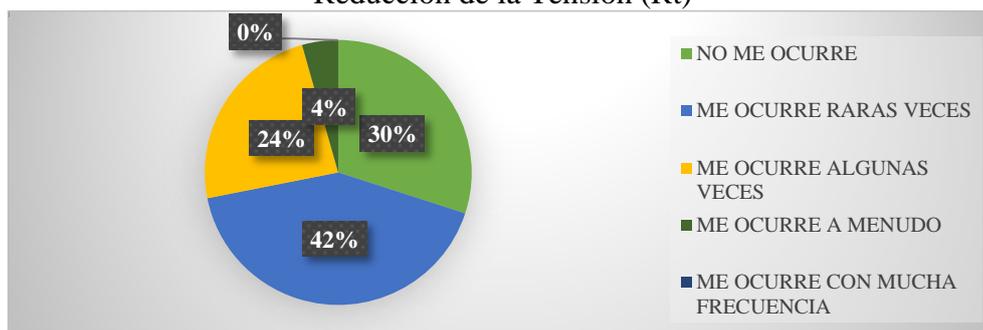
3.9.3.4. Reducción de la Tensión

Cuadro N° 16
Reducción de la Tensión (Rt)

RANGOS	INDICADORES	FRECUENCIA	PORCENTAJE
20-29	No me ocurre	48	30%
30-49	Me ocurre raras veces	67	42%
50-69	Me ocurre algunas veces	38	24%
70-89	Me ocurre a menudo	7	4%
90-100	Me ocurre con mucha frecuencia	0	0%
TOTAL		160	100%

Fuente: Escala de Afrontamiento para Adolescentes (ACS)
Autoría: Denise Hernández, Juan Herrera

Gráfico N° 16
Reducción de la Tensión (Rt)



Fuente: Cuadro N° 16
Autoría: Denise Hernández, Juan Herrera

a) Análisis

De la población investigada de 160 estudiantes, se tienen los siguientes resultados: al 30% no le ocurre; al 42% le ocurre raras veces; al 24% le ocurre algunas veces; al 4% le ocurre a menudo y al 0% le ocurre con mucha frecuencia.

b) Interpretación

Los resultados indican que la mayor parte de la población investigada aplica con mayor o menor frecuencia la estrategia “reducción de la tensión”, la misma que implica intentos para sentirse mejor, representa ingerir bebidas alcohólicas, llorar, cambiar horarios del sueño entre otras actividades que pueden desencadenar en

problemas más complejos; considerando que pertenece a las estrategias no productivas, es importante orientar en la aplicación de la mencionada estrategia con el fin de prevenir problemas más graves y encaminar a los adolescentes hacia un adecuado afrontamiento de problemas.

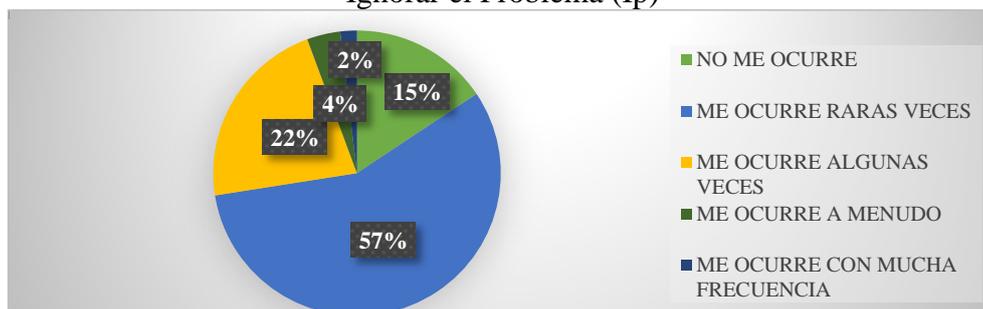
3.9.3.5. Ignorar el Problema

Cuadro N° 17
Ignorar el Problema (Ip)

RANGOS	INDICADORES	FRECUENCIA	PORCENTAJE
20-29	No me ocurre	25	15%
30-49	Me ocurre raras veces	91	57%
50-69	Me ocurre algunas veces	35	22%
70-89	Me ocurre a menudo	6	4%
90-100	Me ocurre con mucha frecuencia	3	2%
TOTAL		160	100%

Fuente: Escala de Afrontamiento para Adolescentes (ACS)
Autoría: Denise Hernández, Juan Herrera

Gráfico N° 17
Ignorar el Problema (Ip)



Fuente: Cuadro N° 17
Autoría: Denise Hernández, Juan Herrera

a) Análisis

De 160 estudiantes que representan el 100% de la población investigada, se tienen los siguientes resultados: al 15% no le ocurre; al 57% le ocurre raras veces; al 22% le ocurre algunas veces; al 4% le ocurre a menudo y al 2% le ocurre con mucha frecuencia.

b) Interpretación

Los resultados indican que de la población investigada un porcentaje mayor a la mitad aplican con mayor o menor frecuencia la estrategia de afrontamiento “ignorar

el problema”, señalando que ante cualquier situación problemática los adolescentes tienden a negarla, por lo cual es importante orientar en cuanto a la aplicación de la estrategia considerando que pertenece a al grupo de las estrategias no productivas y su aplicación su convierte en negativa al momento de resolver un problema.

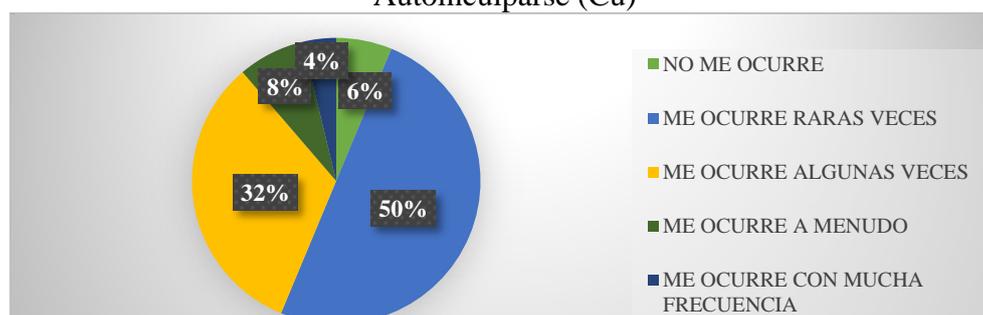
3.9.3.6. Autoinculparse

Cuadro N° 18
Autoinculparse (Cu)

RANGOS	INDICADORES	FRECUENCIA	PORCENTAJE
20-29	No me ocurre	10	6%
30-49	Me ocurre raras veces	80	50%
50-69	Me ocurre algunas veces	52	32%
70-89	Me ocurre a menudo	12	8%
90-100	Me ocurre con mucha frecuencia	6	4%
TOTAL		160	100%

Fuente: Escala de Afrontamiento para Adolescentes (ACS)
Autoría: Denise Hernández, Juan Herrera

Gráfico N° 18
Autoinculparse (Cu)



Fuente: Cuadro N° 18
Autoría: Denise Hernández, Juan Herrera

a) Análisis

De la población investigada de 160 estudiantes, se tienen los siguientes resultados: al 6% no le ocurre; al 50% le ocurre raras veces; al 32% le ocurre algunas veces; al 8% le ocurre a menudo y al 4% le ocurre con mucha frecuencia.

b) Interpretación

De acuerdo a los resultados obtenidos un porcentaje que se aproxima a la totalidad de la población aplica en mayor o menor frecuencia la estrategia de afrontamiento “auto inculparse”, dicha estrategia pertenece al grupo de estrategias no productivas e

implica que los adolescentes se ven como los responsables de sus problemas; por lo tanto, es de gran importancia aportar con orientaciones adecuadas sobre el manejo de la estrategia, considerando que no es óptima frente a la presencia de un problema y su aplicación inadecuada podría generar problemas de autoestima en los adolescentes.

3.10. PREGUNTAS DIRECTRICES

3.10.1. ¿Cuáles son los problemas cognitivos y afectivos más frecuentes que presentan los estudiantes de Segundo Año de Bachillerato General Unificado, jornada matutina de la Unidad Educativa “Riobamba”?

La escala de Afrontamiento para Adolescentes, a más de facilitar las pautas de estrategias de afrontamiento, permitió recabar información de utilidad, como indicadores de los problemas que se presentan en los adolescentes.

Es así que, en la Escala se solicita a los estudiantes responder a la pregunta: MI PREOCUPACIÓN PRINCIPAL ES y se obtuvieron respuestas como:

- “Pasar el año sin quedarme a supletorios”.
- “No poder tener una profesión”.
- “Ingresar a la Universidad”
- “Mi familia”.
- “Mi hija, cuando le faltan las cosas”.
- “Mi futuro”.

Cuadro N° 19

Problemas en los estudiantes de Segundo Año de Bachillerato General Unificado

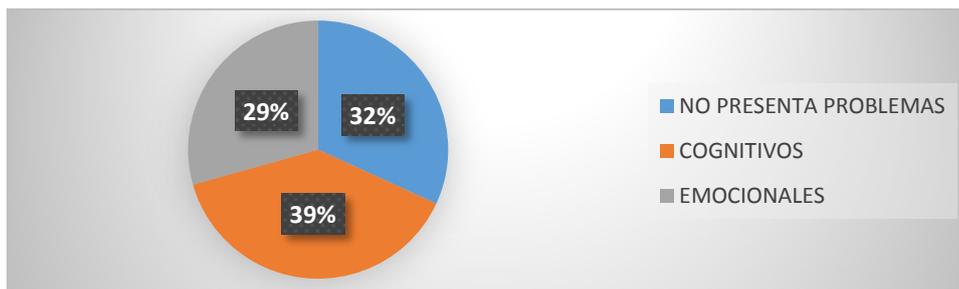
INDICADOR	FRECUENCIA	PORCENTAJE
No presenta problemas	51	32%
Cognitivos	62	39%
Emocionales	47	29%

Fuente: Escala de Afrontamiento para Adolescentes (ACS)

Autoría: Denise Hernández, Juan Herrera

Gráfico N° 19

Problemas en los estudiantes de Segundo Año de Bachillerato General Unificado



Fuente: Cuadro N° 19
 Autoría: Denise Hernández, Juan Herrera

a) Análisis

De la población investigada de 160 estudiantes, se tienen los siguientes resultados: el 39% presenta problemas cognitivos; el 32% no presenta problemas; 29% por problemas emocionales.

b) Interpretación

De acuerdo a los resultados obtenidos se tiene que más de la mitad de la población investigada presenta problemas y en un porcentaje mayor predominan los problemas cognitivos frente a los emocionales, destacando también que existe un porcentaje de la población que no presenta problemas.

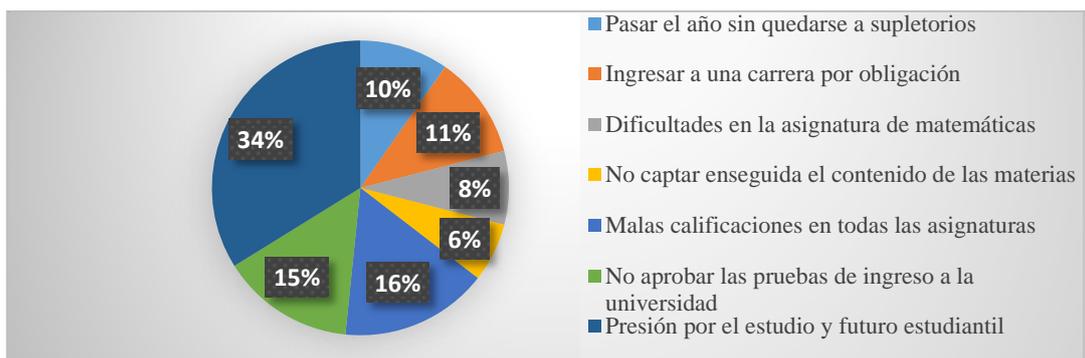
3.10.1.1. PROBLEMAS COGNITIVOS

Cuadro N° 20
 Problemas cognitivos

PROBLEMA	FRECUENCIA	PORCENTAJE
Pasar el año sin quedarse a supletorios	6	10%
Ingresar a una carrera por obligación	7	11%
Dificultades en la asignatura de matemáticas	5	8%
No captar enseguida el contenido de las materias	4	6%
Malas calificaciones en todas las asignaturas	10	16%
No aprobar las pruebas de ingreso a la universidad	9	15%
Presión por el estudio y futuro estudiantil	21	34%
TOTAL	62	100%

Fuente: Escala de Afrontamiento para Adolescentes (ACS)
 Autoría: Denise Hernández, Juan Herrera

Gráfico N° 20
 Problemas cognitivos



Fuente: Cuadro N° 20
 Autoría: Denise Hernández, Juan Herrera

a) Análisis

De 62 estudiantes, que representan el 100% de la población que presenta problemas cognitivos, se tiene: el 10% por pasar el año sin quedarse a supletorios; el 11% por ingresar a una carrera por obligación; el 8% por dificultades en matemáticas; el 6% por no captar enseguida el contenido de las materias; el 16% por malas calificaciones en todas las asignaturas; el 15% por no aprobar las pruebas de ingreso a la universidad y el 34% por presión por el estudio y futuro estudiantil.

b) Interpretación

En base a los resultados obtenidos se puede evidenciar que los problemas cognitivos que presentan los estudiantes, en porcentajes más representativos corresponden a presión por el estudio y futuro estudiantil, malas calificaciones en todas las asignaturas y no aprobar las pruebas para el ingreso a la Universidad, los mismos que están enfocados principalmente a rendimiento académico.

3.10.1.2. PROBLEMAS EMOCIONALES

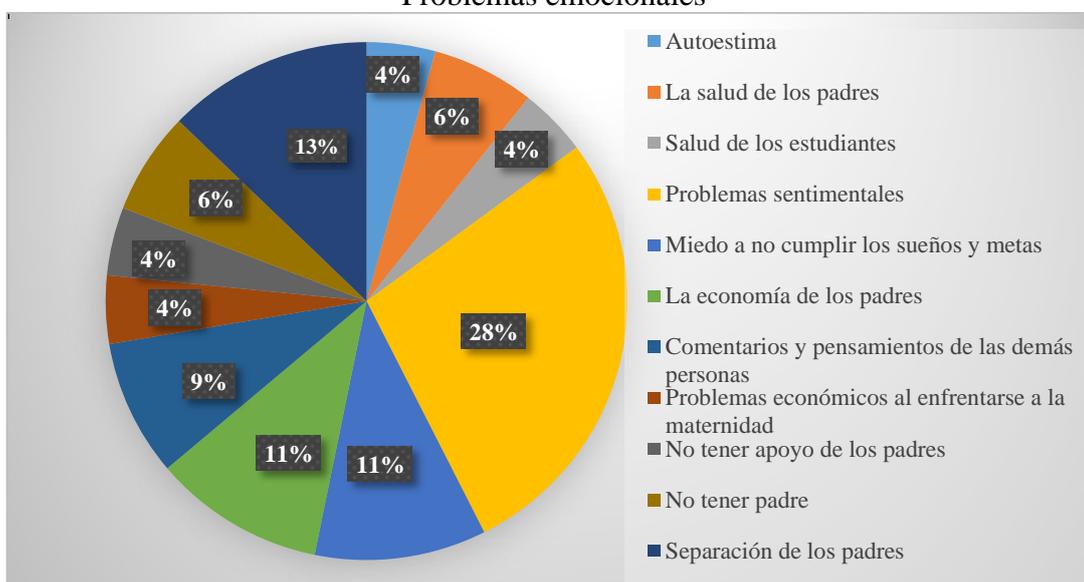
Cuadro N° 21
 Problemas emocionales

PROBLEMA	FRECUENCIA	PORCENTAJE
Autoestima	2	4%
La salud de los padres	3	6%
Salud de los estudiantes	2	4%
Problemas sentimentales	13	28%

Miedo a no cumplir los sueños y metas	5	11%
La economía de los padres	5	11%
Comentarios y pensamientos de las demás personas	4	9%
Problemas económicos al enfrentarse a la maternidad	2	4%
No tener apoyo de los padres	2	4%
No tener padre	3	6%
Separación de los padres	6	13%
TOTAL	47	100%

Fuente: Escala de Afrontamiento para Adolescentes (ACS)
 Autoría: Denise Hernández, Juan Herrera

Gráfico N° 21
 Problemas emocionales



Fuente: Cuadro N° 21
 Autoría: Denise Hernández, Juan Herrera

a) Análisis

De 47 estudiantes, que representan el 100% de la población que presenta problemas emocionales, se tiene: el 4% por autoestima; el 6% por salud de los padres; el 4% por salud de los estudiantes; el 28% por problemas sentimentales; el 11% por miedo a no cumplir con sueños y la economía de los padres; el 9% por comentarios y pensamientos de las demás personas; el 4% por problemas económicos al enfrentarse a la maternidad y no tener apoyo de los padres; el 6% por no tener padre y el 13% por separación de los padres.

b) Interpretación

De acuerdo a los resultados obtenidos referentes a los problemas emocionales que presentan los estudiantes, se puede evidenciar que los porcentajes más elevados responden a problemas sentimentales, que incluyen principalmente el enamoramiento; separación de los padres, economía de los padres y miedo a no cumplir los sueños y metas, ejerciendo éstos influencia en su desarrollo bio-psico-social integral.

3.10.2. ¿Qué estrategias de afrontamiento de problemas aplican con mayor frecuencia los estudiantes?

Cuadro N° 22

Estrategias de afrontamiento que aplican con mayor frecuencia los estudiantes

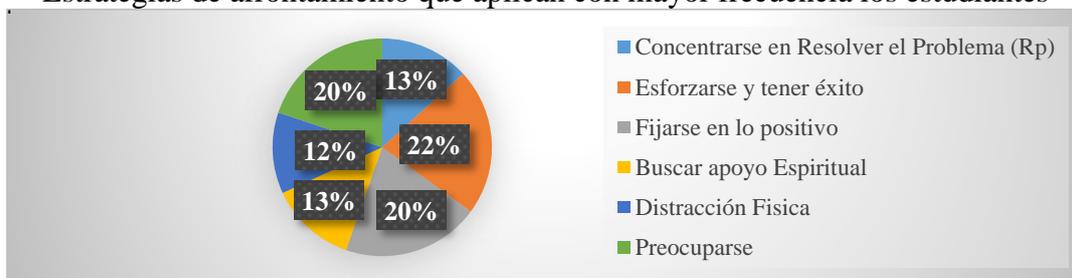
ESTRATEGIA	FRECUENCIA	PORCENTAJE
Concentrarse en Resolver el Problema	58	13%
Esforzarse y tener éxito	96	22%
Fijarse en lo positivo	89	20%
Buscar apoyo Espiritual	56	13%
Distracción Física	53	12%
Preocuparse	87	20%

Fuente: Escala de Afrontamiento para Adolescentes (ACS)

Autoría: Denise Hernández, Juan Herrera

Gráfico N° 22

Estrategias de afrontamiento que aplican con mayor frecuencia los estudiantes



Fuente: Cuadro N° 22

Autoría: Denise Hernández, Juan Herrera

a) Análisis

De acuerdo a los resultados obtenidos en la aplicación de la Escala de Afrontamiento (ACS), tomando como referencia los indicadores me ocurre a menudo y me ocurre con mucha frecuencia, los resultados son: el 13% concentrarse en resolver el problema; 22% esforzarse y tener éxito; 20% fijarse en lo positivo; 13% buscar apoyo espiritual; 12% distracción física; 20% preocuparse.

b) Interpretación

Las Estrategias de Afrontamiento de problemas más aplicadas por los adolescentes en su mayoría se enfocan al grupo de las productivas, siendo estas; concentrarse en resolver el problema, esforzarse y tener éxito, fijarse en lo positivo y distracción física; buscar apoyo espiritual que corresponde a las estrategias poco productivas y preocuparse que corresponde a las estrategias no productivas, por lo tanto es importante mantener la aplicación de las estrategias productivas como una manera adecuada de afrontar los problemas y en lo posible erradicar u ofrecer orientaciones que permitan un adecuado manejo de las estrategias poco productivas y no productivas.

3.10.3. ¿La aplicación de estrategias de afrontamiento de problemas, contribuyen a la solución de los mismos?

Los problemas se presentan en cualquier momento en la vida de un ser humano, dichos problemas requieren ser atendidos y solucionados con el propósito de interrumpir el desequilibrio que generan, para lo cual se buscan los medios, ideas y diferentes opciones para responder de manera eficaz a los mismos, es por eso que, consciente o inconscientemente se ponen en práctica las estrategias de afrontamiento de problemas que son acciones que permiten desafiar a las exigencias tanto internas como externas a las que las personas se exponen; se distinguen tres tipos de estrategias, clasificadas en productivas, poco productivas e improductivas, las mismas que con una adecuada orientación en su aplicación favorecen para la obtención de mejores resultados al momento de enfrentarse un problema, generando una visión clara de cómo solucionarlo, fortaleciendo la criticidad, creatividad, activando potencialidades y evitando el quemeimportismo y el azar, que en muchas de las ocasiones suelen ser los factores que encaminan al fracaso.

CAPÍTULO IV

CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

4.1. CONCLUSIONES

- Los estudiantes de Segundo Año de Bachillerato General Unificado, jornada matutina de la Unidad Educativa “Riobamba”, presentan problemas que alteran su homeostasis, los mismos que están relacionados con el aspecto cognitivo y afectivo; en lo cognitivo se evidencia una predominancia en cuanto se refiere a la presión por el ingreso a la Educación Superior y el bajo rendimiento en varias asignaturas; en el aspecto emocional destacan problemas como: problemas sentimentales, principalmente el enamoramiento, separación de los padres, economía familiar y miedo al fracaso; pero también es importante rescatar que un porcentaje que se aproxima a la mitad de la población investigada no presenta dichos problemas.
- Luego de la aplicación del Test ACS, se pudo evidenciar que los estudiantes aplican estrategias de afrontamiento ante un problema; en base a las estrategias planteadas según Frydenberg y Lewis las aplican en su totalidad, unas en mayor frecuencia que otras, entre ellas resaltan las estrategias: concentrarse en resolver el problema, esforzarse y tener éxito, fijarse en lo positivo, buscar apoyo espiritual, distracción física y preocuparse, de las cuales en su mayoría pertenecen al grupo de estrategias productivas, lo que representa un indicador positivo en los adolescentes al momento de enfrentarse a un problema.
- Con la propuesta de aplicación de talleres sobre las estrategias de afrontamiento para la solución de problemas, se podrá generar un cambio significativo en la educación de los estudiantes, la misma que favorecerá para encaminarlos a la resolución asertiva y consciente de problemas que se les presenten, no sólo en la institución, sino en cualquier contexto en el que los adolescentes se desenvuelvan.

4.2. RECOMENDACIONES

- Se recomienda a los estudiantes continuar con la aplicación de las estrategias de afrontamiento productivas, ya que, como su nombre lo indica, permiten enfocarse en el problema y buscar los medios para llegar a una resolución adecuada del mismo; además, es importante analizar en qué momento aplicar las estrategias poco productivas y en lo posible evitar aquellas que no favorecen adecuadamente a la resolución de cualquier dificultad que se presente.
- Se recomienda a los padres fortalecer la comunicación y confianza en el hogar, trabajar temas que permitan a sus hijos desarrollar habilidades para enfrentarse a cualquier tipo de problema de manera positiva y optimista.
- Se recomienda a la comunidad educativa ejecutar actividades vivenciales que permitan concienciar sobre la importancia de resolver un problema responsablemente y como un aporte para ello se ha planteado la propuesta de talleres sobre las estrategias de afrontamiento de problemas en la que se señalan las pautas de como encaminar el trabajo de orientación a los adolescentes.

BIBLIOGRAFÍA

- Amarís, M., Madariaga, C., Valle, M., Zambrano, J. (2013). Estrategias de afrontamiento individual y familiar frente a situaciones de estrés psicológico. *Revista del Programa de Psicología de la Universidad del Norte*.
- Alcoser, A. (2012) Tesis de Pregrado. “*Estrategias de Afrontamiento en adolescentes de 12 a 15 años con embarazos no planificados, usuarias del Centro de Atención Integral del Adolescente del Área 17 del Cantón Durán*”. Universidad de Guayaquil. Guayaquil- Ecuador
- Canessa, B. (2002). Obtenido de file:///C:/Users/Dennys/Downloads/Dialnet-AdaptacionPsicometricaDeLasEscalasDeAfrontamientoP-2881051%20(4).pdf
- Castejón, J y Navas, L. (2009). *Aprendizaje, Desarrollo y Disfunciones*. España: Club Universitario.
- Castro, F. (1994). Ideología y valores en la adolescencia. En Á. Aguirre, *Psicología de la Adolescencia* (págs. 275-276). Barcelona: BOIXAREU.
- Consuegra, N. (2010). *Diccionario de Psicología*. Bogotá: Ecoe.
- Della, M. (s.f.). Estrategias de Afrontamiento (coping), en adolescentes embarazadas escolarizadas. *Revista Iberoamericana de Educación*, 1. Obtenido de file:///C:/Users/Dennys/Downloads/1342Mora.pdf
- Frydenberg y Lewis. (2000). Escala de Afrontamiento para Adolescentes. En R. L. Erica Frydenberg, *Escala de Afrontamiento para Adolescentes* (págs. 10-11). Madrid-España: TEA.
- Frydenberg, E. (1997). *Adolescent Coping*. London and New York: Routledge.

- García, M. (1994). Desarrollo Afectivo de la adolescencia. En Á. Aguirre, *Psicología de la Adolescencia* (pág. 139). Barcelona: BOIXAREU.
- Minuchin, S. (2004). Familias. En S. Minuchin, *Técnicas de Terapia Familiar*. Buenos Aires: Paidós SAICF.
- Nardone, G., Giannotti, E., & Rocchi, R. (2003). Adolescencia . En G. Nardone, E. Giannotti, & R. Rocchi, *Modelos de Familia* (págs. 41-44). Barcelona: Herder Editorial.
- Oxford University . (1999). *Coping. The Psychology of What Works*. Oxford New York: By Snyder. C. R.
- RAE. (2010). *Diccionario práctico del estudiante. Ministerio de Educacion del Ecuador*. Quito: Santillana.
- RAE. (2014). *Diccionario de la Real Academia Española*.
- Sandoval, S. (2012). *Psicología de Desarrollo Humano II*. Culicacán.
- Santrock, J. (2003). Problemas Adolescentes. En J. W. Santrock, *ADOLESCENCIA* (pág. 376). Madrid: Mc GRAW-HILL.

WEBGRAFÍA

- Della, M. (s.f.). Estrategias de Afrontamiento (coping), en adolescentes embarazadas escolarizadas. *Revista Iberoamericana de Educación*, 1. Obtenido de <file:///C:/Users/Dennys/Downloads/1342Mora.pdf>
- Healthychildren. (21 de 11 de 2015). *healthychildren*. Obtenido de <https://www.healthychildren.org/Spanish/ages-stages/teen/Paginas/Stages-of-Adolescence.aspx>
- Macías, M., Madariaga, C., Valle, A., y Zambrano, J. (2013). Estrategias de afrontamiento individual y familiar frente a situaciones de estrés psicológico. <http://rcientificas.uninorte.edu.co/index.php/psicologia/article/view/2051/690>
6,

<http://rcientificas.uninorte.edu.co/index.php/psicologia/article/view/2051/690>
6.

msssi. (s.f.). Obtenido de

http://www.msssi.gob.es/ciudadanos/proteccionSalud/adolescencia/docs/Ado6_1.pdf

servicios.educarm. (s.f.). *servicios.educarm*. Obtenido de <http://servicios.educarm.es/>

SEAS. (s.f.). *Sociedad española para el estudio de la ansiedad y el estrés*. Obtenido de <http://pendientedemigracion.ucm.es/info/seas/faq/afrontam.htm>

tesis.uson. (s.f.). *tesis.uson*. Obtenido de

<http://tesis.uson.mx/digital/tesis/docs/11679/Capitulo4.pdf>

Vázquez, C., Crespo, M., y Ring, J. (s.f.). *pendientedemigracion*. Obtenido de

http://pendientedemigracion.ucm.es/info/psisalud/carmelo/PUBLICACIONES_pdf/2000-Estrategias%20de%20Afrontamiento.pdf

Mi sala amarilla. Imagen recuperada de:

https://salaamarilla2009.blogspot.com/2009_10_01_archive.html

Getty images. . Imagen recuperada de: <http://www.gettyimages.com/detail/photo/group-of-people-sitting-on-chairs-in-park-elevated-royalty-free-image/sb10061547br-001>

[gettyimages.com/detail/photo/group-of-people-sitting-on-chairs-in-park-elevated-royalty-free-image/sb10061547br-001](http://www.gettyimages.com/detail/photo/group-of-people-sitting-on-chairs-in-park-elevated-royalty-free-image/sb10061547br-001)

Universia. Imagen recuperada de: [http://noticias.universia.es/consejos-](http://noticias.universia.es/consejos-profesionales/noticia/2015/04/29/1124108/7-claves-mantener-motivacion-trabajo.html)

[profesionales/noticia/2015/04/29/1124108/7-claves-mantener-motivacion-trabajo.html](http://noticias.universia.es/consejos-profesionales/noticia/2015/04/29/1124108/7-claves-mantener-motivacion-trabajo.html)

Definicionabc. Imagen recuperada de:

<http://www.definicionabc.com/general/firmeza.php>

Maxgatillo.wordpress.com. Imagen recuperada de:

<https://maxgatillo.wordpress.com/page/2/>

banrepcultural.org. Imagen recuperada de:

<http://www.banrepcultural.org/evento/taller-de-dramatizaci-n>

teaediciones. (s.f.). teaediciones.com. Obtenido de <http://web.teaediciones.com/acs-escalas-de-afrontamiento-para-adolescentes.aspx>

ANEXOS

Anexo A

Banco de Preguntas ACS

1. Hablar con otros para saber lo que ellos harían si tuviesen el mismo problema.
2. Dedicarme a resolver lo que está provocando el problema.
3. Seguir con mis tareas como es debido.
4. Preocuparme por mi futuro.
5. Reunirme con mis amigos.
6. Producir una buena impresión en las personas que me importan.
7. Esperar que ocurra lo mejor.
8. No puedo hacer nada para resolver el problema, así que no hago nada.
9. Llorar o gritar.
10. Organizar una acción o petición en relación con mi problema.
11. Ignorar el problema.
12. Criticarme mí mismo.
13. Guardar mis sentimientos para mí sólo.
14. Dejar que Dios se ocupe de mis problemas.
15. Acordarme de los que tienen problemas peores, de forma que los míos no parezcan tan graves.
16. Pedir consejo de una persona competente.
17. Encontrar una forma de relajarse; por ejemplo: oír música, leer un libro, tocar un instrumento musical, ver televisión.
18. Hacer deporte.
19. Hablar con otros para apoyarnos mutuamente.
20. Dedicarme a resolver el problema poniendo en juego todas mis capacidades.
21. Asistir a clases con regularidad.
22. Preocuparme por mi felicidad.
23. Llamar a un amigo íntimo.
24. Preocuparme por mis relaciones con los demás.

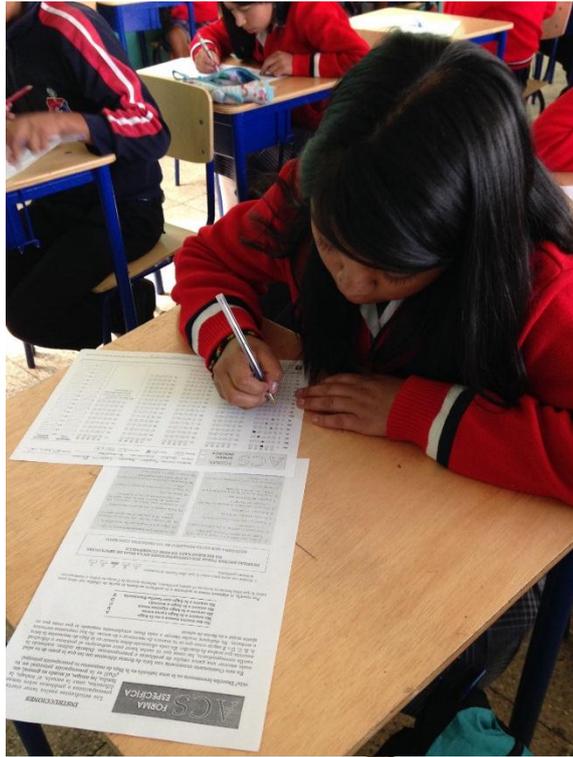
25. Desear que suceda un milagro.
26. Simplemente, me doy por vencido.
27. Intentar sentirme mejor bebiendo alcohol, fumando o tomando otras drogas (no medicamentos).
28. Organizar un grupo que se ocupe del problema.
29. Ignorar conscientemente el problema.
30. Darme cuenta de que yo mismo me hago difíciles las cosas.
31. Evitar estar con la gente.
32. Pedir ayuda y consejo para que todo se resuelva.
33. Fijarme en el aspecto positivo de las cosas y pensar en las cosas buenas.
34. Conseguir ayuda o consejo de un profesional.
35. Salir y divertirme para olvidar mis dificultades.
36. Mantenerme en forma y con buena salud.
37. Buscar ánimo en otros.
38. Considerar otros puntos de vista y tratar de tenerlos en cuenta.
39. Trabajar intensamente.
40. Preocuparme por lo que está pasando.
41. Empezar una relación personal estable.
42. Tratar de adaptarme a mis amigos.
43. Esperar que el problema se resuelva por sí solo.
44. Me pongo malo.
45. Trasladar mis frustraciones a otros.
46. Ir a reuniones en las que se estudia el problema.
47. Borrar el problema de mi mente.
48. Sentirme culpable.
49. Evitar que otros se enteren de lo que me preocupa.
50. Leer un libro sagrado o de religión.
51. Tratar de tener una visión alegre de la vida.
52. Pedir ayuda a un profesional.
53. Buscar tiempo para actividades de ocio.
54. Ir al gimnasio a hacer ejercicio.
55. Hablar con otros sobre mi problema para que me ayuden a salir de él.

56. Pensar en lo que estoy haciendo y por qué.
57. Triunfar en lo que estoy haciendo.
58. Inquietarme por lo que me puede ocurrir.
59. Tratar de hacerme amigo íntimo de un chico o una chica.
60. Mejorar mi relación personal con los demás.
61. Soñar despierto que las cosas irán mejorando.
62. No tengo forma de afrontar la situación.
63. Cambiar las cantidades de lo que como, bebo o duermo.
64. Unirme a gente que tiene el mismo problema.
65. Aislarme del problema para poder evitarlo.
66. Considerarme culpable.
67. No dejar que otros sepan cómo me siento.
68. Pedir a Dios que cuide de mí.
69. Estar contento de cómo van las cosas.
70. Hablar del tema con personas competentes.
71. Conseguir apoyo de otros, como mis padres o amigos.
72. Pensar en distintas formas de afrontar el problema.
73. Dedicarme a mis tareas en vez de salir.
74. Inquietarme por el futuro de mundo.
75. Pasar más tiempo con el chico o chica con quien suelo salir.
76. Hacer lo que quieren mis amigos.
77. Imaginar que las cosas van a ir mejor.
78. Sufro dolores de cabeza o de estómago.
79. Encontrar una forma de aliviar la tensión; por ejemplo: llorar, gritar, beber, tomar drogas.
80. Anota en la hoja de respuestas cualquier otra cosa que sueles hacer para afrontar tus problemas.

Anexo B

Fotografías de la Aplicación del Test ACS a los estudiantes de Segundo Año de Bachillerato, jornada matutina de la Unidad Educativa “Riobamba”





Anexo C



UNIVERSIDAD NACIONAL DE CHIMBORAZO

**FACULTAD DE CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN, HUMANAS Y
TECNOLOGÍAS**

CARRERA DE PSICOLOGÍA EDUCATIVA

PROPUESTA

**TALLERES DE AFRONTAMIENTO DE PROBLEMAS COGNITIVOS Y
AFECTIVOS DIRIGIDOS A LOS ESTUDIANTES DE SEGUNDO AÑO DE
BACHILLERATO JORNADA MATUTINA DE LA UNIDAD EDUCATIVA
“RIOBAMBA”. RIOBAMBA 2015 – 2016.**

Autores:

Denise Carolina Hernández Páliz

Juan Abdón Herrera Ostaiza

TUTOR:

Dr. Claudio Eduardo Maldonado Gavilánez

Riobamba: 2017

TALLERES DE AFRONTAMIENTO DE PROBLEMAS COGNITIVOS Y AFECTIVOS DIRIGIDOS A LOS ESTUDIANTES DE SEGUNDO AÑO DE BACHILLERATO JORNADA MATUTINA DE LA UNIDAD EDUCATIVA “RIOBAMBA”. RIOBAMBA 2015 – 2016.

Introducción

Actualmente los adolescentes se encuentran expuestos a una serie de cambios y presiones que son generadoras de momentos de impacto en su vida y en muchas ocasiones por su vulnerabilidad tienden a no solucionar asertivamente sus problemas, e incluso a no buscar soluciones, por lo tanto, es importante fortalecer este tipo de orientaciones, principalmente para cumplir con una educación integral que promueva a los adolescentes a enfrentarse de manera asertiva a las diversas situaciones que se presenten en su vida.

La siguiente propuesta de Talleres de Estrategias de Afrontamiento de Problemas, se presenta con el propósito de generar pautas que asesoren a los adolescentes en la resolución de las diferentes situaciones difíciles que pueden surgir en el transcurso de su vida en diferentes ámbitos, como escolar, familiar, social, entre pares, etc.

Está conformada por tres sesiones, las cuales se distribuirán en una sesión diaria durante tres días consecutivos por cada paralelo existente; son talleres vivenciales, en los cuales se tomarán en consideración las Estrategias de Afrontamiento de Problemas en base a la Escala de Afrontamiento para Adolescentes de los autores Frydenberg y Lewis, y entre ellas se encuentran las estrategias productivas, poco productivas y no productivas.

Además es fundamental tener en cuenta que cada ser humano es un mundo único, con gustos, intereses y necesidades diferentes, por lo cual, cada uno afronta sus dificultades de acuerdo a su predisposición; pero asimismo, es necesario cimentar las bases adecuadas sobre el tema expuesto, ya que, en ocasiones es necesario

proyectarse y encaminarse a la búsqueda de diferentes soluciones para un problema, evitando perspectivas lineales que no permiten un análisis crítico y reflexivo de la situación.

OBJETIVOS

OBJETIVO GENERAL

- Fortalecer el equilibrio biopsicosocial adecuado en los adolescentes de Segundo Año de Bachillerato de la Unidad Educativa “Riobamba”, a través de talleres para desarrollar la capacidad de resolución de problemas.

OBJETIVOS ESPECÍFICOS

- Lograr un adecuado desarrollo de la personalidad en los estudiantes.
- Fortalecer el desenvolvimiento adecuado ante diferentes situaciones que se presenten en el proceso de la adolescencia.

TALLER N° 1

Estrategias de Afrontamiento Productivas o Acciones Cognitivas.

1. **Objetivo:** Desarrollar habilidades para la aplicación de estrategias de afrontamiento de problemas de tipo productivas.
2. **Espacio:** Salón de clases o auditorio
3. **Duración:** 2 horas, 30 minutos
4. **Materiales:** registro de asistencia, esferos, hojas de papel, identificaciones de dos colores (azul, roja), marcadores, papelotes, cinta adhesiva, proyector, parlantes, computador, cámara fotográfica, ovillo de lana.
5. **Participantes:** Estudiantes de Segundo Año de Bachillerato Jornada Matutina de la Unidad Educativa “Riobamba” (30-35 estudiantes por cada paralelo)
6. **Facilitador/es:** Miembros del DECE.
7. **Desarrollo.**
 - 7.1. **Presentación (10 minutos)**

Presentación general del taller, entrega de identificaciones, delimitar reglas y procedimientos para el cumplimiento de las actividades.

7.2. Dinámica (15 minutos)

El nombre, que te pillo

Todo el grupo se coloca en círculo. Alguien se pone en el centro con un tubo de papel u otro objeto similar que no cause daño. Un integrante del círculo dirá un nombre y a su vez deberá decir otro, deberá hacerlo antes de que el integrante que está en el centro del círculo le dé con el tubo. Cuando alguien “es dado o señalado con el tubo”, antes de nombrar a otra, se cambiará con la del centro, y ésta, al ocupar su posición continuará el juego nombrando a alguien más (servicios.educarm., s.f.).



Fuente: [gettyimages.com](https://www.gettyimages.com)

7.3. Definición de problema y conflicto (25 minutos)

- Lluvia de ideas.
- Construir una definición de problema y conflicto.
- Establecer la diferencia entre problema y conflicto.
- Socializar sobre los aprendizajes que traen consigo los diferentes problemas, principalmente cuando se los maneja desde el punto de vista positivo y las ventajas que tiene resolverlos de manera efectiva, reflexionando que existen problemas más complejos y si tienen una solución inmediata existen diversas estrategias para regularlos.

7.4. Receso (10 minutos)

7.5. Estrategias de Afrontamiento Productivas (30 minutos)

- Definir brevemente los términos: estrategia y afrontamiento.
- Desarrollar a manera de exposición las estrategias de afrontamiento productivas; interactuando con los asistentes y solicitando el aporte con sus criterios acerca de las mismas.

Las estrategias que pertenecen a este grupo son:

Concentrarse en resolver el problema, esforzarse y tener éxito, invertir en amigos íntimos, buscar pertenencia, reservarlo para sí, fijarse en lo positivo, buscar diversiones relajantes y distracción física.

- Solicitar a los participantes de manera voluntaria su aporte, por medio de las siguientes preguntas:

¿Conocía usted sobre las estrategias de afrontamiento productivas?

¿Ha aplicada alguna vez, las estrategias de afrontamiento mencionadas?

¿Cree usted que la aplicación de las estrategias de afrontamiento productivas le ayudó en algún momento a resolver el problema que atravesaba o al menos le ayudó a mantenerse estable?

7.8. Actividad de refuerzo de estrategias de afrontamiento productivas (20)

Conformar ocho equipos de trabajo, asignar una estrategia de afrontamiento productiva a cada equipo y en un papelote realizar una representación gráfica de la estrategia indicada, finalmente deberán explicar el porqué de su gráfico y su reflexión sobre la estrategia asignada.

Nota: Para la conformación de equipos los estudiantes deberá numerarse del 1 al 8 y buscar respectivamente sus iguales.

8. Evaluación: Aplicación de cuestionario (anexo, 15 minutos)

Cuestionario de Estrategias de Afrontamiento Productivas

1. De acuerdo al tema tratado en el taller, de manera general ¿qué son las estrategias de afrontamiento de problemas?

2. Seleccione verdadero o falso según corresponda.

“Las estrategias de afrontamiento productivas son todas las acciones en las que el problema está correctamente definido y se encamina a la solución del problema”.

Verdadero () Falso ()

3. Con sus palabras indique, ¿a qué se refiere la estrategia de afrontamiento esforzarse y tener éxito?

4. Escriba tres estrategias de afrontamiento productivas.

1. _____
2. _____
3. _____

5. Escriba brevemente su comentario acerca del taller y el tema tratado.



Fuente: salaamarilla2009.blogspot.com

9. Cierre

9.1. Dinámica- La tela de araña (15 minutos)

Conformar dos equipos, el un equipo se sentará en círculo y tomará un ovillo de lana e irán construyendo una tela de araña sujetando la lana con sus manos. El otro equipo tomado de las manos deberá atravesarla sin topar en lo absoluto la telaraña.

Nota: Para la conformación de los dos equipos se tomarán en cuenta los dos colores de las identificaciones.

Finalizada la actividad el equipo compartirá las decisiones que se tomaron en el equipo, si fue fácil y qué estrategias aplicaron y cuál fue el resultado. Posteriormente se cederá el turno de atravesar la telaraña.

9.2. Reflexión final, comentarios acerca del taller y agradecimiento. (10 minutos)

TALLER N° 2

Estrategias de Afrontamiento Poco Productivas o Emocionales.

1. **Objetivo:** Identificar las estrategias de afrontamiento de problemas poco productivas y su aplicación asertiva.
2. **Espacio:** Salón de clases
3. **Duración:** 2 horas, 30 minutos.
4. **Materiales:** Identificaciones, registro de asistencia, esferos, hojas de papel, marcadores, computadora, parlantes, proyector, hojas de evaluación
5. **Participantes:** Estudiantes de Segundo Año de Bachillerato Jornada Matutina de la Unidad Educativa Riobamba. (30-35 estudiantes por cada paralelo)
6. **Facilitadores:** Miembros del DECE
7. **Desarrollo**
 - 7.1. **Presentación (10 minutos)**
 - Presentación general del taller, delimitar reglas y procedimientos para el cumplimiento de las actividades.

7.2. Dinámica (15)

Yo intentaré

Entregar a los participantes una hoja de papel, solicitarles que completen las frases que serán planteadas, las mismas que son:

Cuando sienta que tengo un problema, yo intentaré.....

Cuando me sienta enfadado/a, yo intentaré.....

Cuando sienta que ya no puedo más, yo intentaré.....

Cuando tenga un problema y ya no sepa qué hacer, yo intentaré.....

Una vez finalizada la actividad, los participantes deberán compartir con el grupo el motivo que les llevó a escribir las palabras para completarlas frases.

7.2. Definiciones de términos (25)

- Retroalimentación de las estrategias de afrontamiento productivas, solicitar a los participantes voluntariamente su participación.
- Realizar una breve definición de los términos más importantes que se trabajarán en el taller: emociones, estrategias, problema.



Fuente: noticias.universia.es

7.3. Receso (10 minutos)

7.4. Desarrollo del tema Estrategias de afrontamiento poco productivas (30 minutos)

- Compartir con los participantes el contenido que comprende este grupo y las estrategias que lo conforman, describiendo brevemente cada una de ellas.

El afrontamiento poco productivo implica un intento para enfrentar el problema acudiendo al apoyo, a los recursos de las demás personas, que pueden ser: pares, profesionales, deidades, etc. Las estrategias que implican acciones afectivas son: buscar apoyo social, buscar apoyo espiritual y buscar ayuda profesional.

7.5. Debate (20 minutos)

Conformar dos equipos de trabajo, el un equipo deberá defender y argumentar la importancia de la aplicación de Estrategias de Afrontamiento Productivas y el otro equipo trabajará en la importancia de la aplicación de Estrategias de Afrontamiento Poco Productivas.

8. Evaluación: Aplicación de cuestionario (anexo, 10 minutos)

Cuestionario de Estrategias de Afrontamiento Poco Productivas o Acciones Emocionales.

1. Complete:

Las estrategias de afrontamiento poco productivas son todas las _____ que implican el manejo de _____ y _____ al momento de enfrentarse a una situación problemática, a estas acciones se les puede denominar como disfuncionales.

2. De las estrategias de afrontamiento que se tienen a continuación, subraye las que corresponden a las estrategias de afrontamiento poco productivas.

- Buscar Apoyo Social
- Invertir en Amigos Íntimos
- Buscar Diversiones Relajantes
- Buscar Ayuda Profesional
- Falta de Afrontamiento
- Fijarse en lo Positivo

3. Escriba una estrategia de afrontamiento poco productiva que le haya llamado la atención y mencione por qué.

4. Escriba brevemente su comentario acerca del taller y el tema tratado.

9. Cierre

9.1. Dinámica (20)

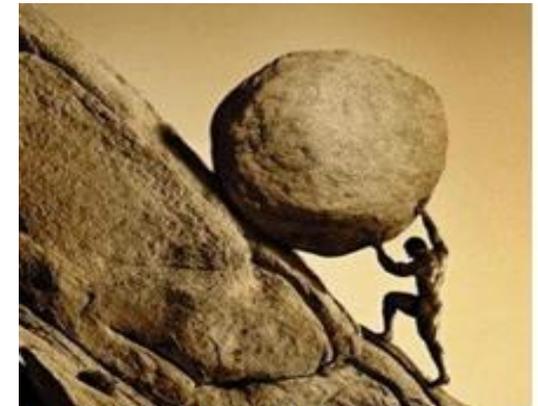
Prueba tu firmeza.

a) Resuelve el siguiente cuestionario.

b) Piensa en una situación en la que te hayas sentido presionado a hacer algo que no querías hacer.

c) Debes reflexionar sobre cómo reaccionaste y cómo podrías haberlo hecho siguiendo los siguientes pasos:

1. Describe de forma detallada qué ocurrió, cómo te sentiste y qué querías hacer tú.
2. ¿Cuál fue tu reacción? ¿Qué dijiste?
3. ¿Tu reacción fue pasiva, asertiva o agresiva?
4. ¿Cómo te sentiste? ¿Cómo imaginas que se sintió la otra persona?
5. ¿Lograste tu objetivo o sólo el del otro? ¿Llegaste a un objetivo común?
6. ¿Qué otras alternativas tenías? ¿Qué consecuencias conllevaban cada una de tus alternativas? (msssi., s.f.)



Fuente: definicionabc.com

9.2. Reflexión final del taller, comentarios, agradecimiento (10 minutos)

TALLER N° 3

Estrategias de Afrontamiento No Productivas

1. **Objetivo:** Identificar las estrategias de afrontamiento de problemas no productivas y sus desventajas en su aplicación.
2. **Espacios:** Salón de clases o auditorio
3. **Duración:** 2 horas, 30 minutos
4. **Materiales:** Registro de asistencia, esferos, identificaciones, marcadores, computadora, proyector, parlantes, papelitos para la actividad de aplicación en los cuales constan actividades que se señalan en el punto 7.5.
5. **Participantes:** Estudiantes de Segundo Año de Bachillerato Jornada Matutina de la Unidad Educativa Riobamba (30-35 estudiantes por cada paralelo)
6. **Facilitadores:** Miembros del DECE
7. **Desarrollo.**
 - 7.1. **Presentación (10 minutos)**

Entrega de identificaciones, presentación general del taller, delimitar reglas y procedimientos para el cumplimiento de las actividades.

7.2. Dinámica (20 minutos)

El naufragio

El facilitador indica al grupo que están en una situación de naufragio y que deben construir botes salvavidas con algunas de estas características:

- Que no queden del mismo grupo o ciudad.
- Que no se lleven muy bien entre sí.
- Indicar el número de integrantes en el bote, dependiendo de los participantes presentes.
- Indicar si serán mixtos o sólo hombres y/o mujeres.

Dentro del bote para sobrevivir deben cumplir algunas tareas:

- Cada uno de los participantes deberá aprenderse los nombres de todos los naufragos.
- Deberán saber dónde nacieron.
- Sabrán qué actividad realizan en el día.
- Deberán ponerle un nombre a su bote.

Al final, el facilitador solicitará a cada bote que demuestre que cumplió sus tareas y decidirá si sobrevive o naufraga.



Fuente: maxgatillo.wordpress.com/

7.3. Definiciones de términos (20 minutos)

- Retroalimentación de las estrategias de afrontamiento productivas y poco productivas, solicitar a los participantes voluntariamente su participación.
- Realizar una lluvia de ideas sobre el tema que se trabajará en el taller, luego establecer en consenso con los participantes las ideas principales del afrontamiento no productivo.

7.4. Receso (10 minutos)

7.4. Desarrollo del tema Estrategias de afrontamiento poco productivas (30 minutos)

Compartir con los participantes el contenido que comprende este grupo y las estrategias que lo conforman, describiendo brevemente cada una de ellas y ejemplificando con situaciones de la vida cotidiana, principalmente centrándose en la etapa de la adolescencia, para generar un mayor impacto en los estudiantes.

El Afrontamiento no productivo, está asociado a una incapacidad para afrontar los problemas e incluye estrategias de evitación. Tal estilo no lleva a la solución del problema, pero al menos lo alivia.

Comprende las siguientes estrategias: Preocuparse, hacerse ilusiones, falta de afrontamiento y no afrontamiento, ignorar el problema, reducción de la tensión, reservarlo para sí y auto inculparse.

7.5. Aplicación de las estrategias de afrontamiento (25 minutos)

Una vez que se ha realizado una descripción general del tema, se conformarán tres equipos de trabajo, a cada equipo se le asignará un tema de los siguientes:

- Estrategias de afrontamiento productivas
- Estrategias de afrontamiento poco productivas
- Estrategias de afrontamiento no productivas

Posteriormente, se plantea una situación que genera malestar en los estudiantes “El ingreso a la Universidad”, puede incluir problemas económicos, sociales, rendimiento académico.



Fuente: banrepcultural.org

Una vez que cada equipo tenga su grupo de estrategias y el problema, ellos deberán organizar y ejecutar una dramatización en la que se pongan en práctica mínimo tres estrategias de afrontamiento de acuerdo a las que se les asignó, el propósito de la actividad es generar un mensaje sobre la aplicación de estrategias de afrontamiento y lograr una adecuada diferenciación entre ellas.

Es importante plantear el tema y permitir a los participantes hacer pleno uso de su creatividad, pero teniendo presente las indicaciones asignadas.

Nota: La conformación de los tres equipos de trabajo se realizará de la siguiente manera: se realizarán tres tipos de papeles, en los cuales se apuntarán actividades como, guñar el ojo, arrugar la nariz, hacer con la boca un pico de pato, de tal manera que los participantes

tendrán que realizar la actividad designada e irán buscando a los integrantes de su equipo. El número de papелitos variará de acuerdo al número de participantes.

7.6. Evaluación: Aplicación de cuestionario (anexo- 20 minutos)

Cuestionario de estrategias de afrontamiento no productivas.

1. Seleccione si el enunciado es verdadero o falso.

“La falta de afrontamiento está asociado a la capacidad para afrontar los problemas e incluye estrategias de evitación. Tal estilo no lleva a la solución del problema, pero al menos lo alivia”.

Verdadero ()

Falso ()

2. ¿Cuál es la diferencia entre las estrategias de afrontamiento poco productivas y no productivas?

3. Indique una estrategia de afrontamiento no productiva que le haya llamado la atención y explique por qué.

Anexo D

Aprobación para la aplicación de la Escala de Afrontamiento ACS.



DIRECCIÓN DISTRITAL I RIOBAMBA-CHAMBO
Apoyo, Seguimiento y Regulación de la Educación

Oficio No. 0403 -DD-R CH- ASRE-2016
Riobamba, mayo 23 del 2016.

Señoritas
Denise Carolina Hernández Páiz
Juan Abdón Herrera Ostaiza.
ESTUDIANTES DE LA CARRERA DE PSICOLOGÍA EDUCATIVA
Presente.-

De mi consideración:

En respuesta al oficio 047-EPSE-FCEHT-UNACH-2016, de fecha 19 de mayo del año en curso, en el que solicita autorización para la aplicación de técnicas e instrumentos requeridos en los procesos de investigación del proyecto de tesis, cuyo título es "Estrategias de Afrontamiento de Problemas en los Adolescentes de la Unidad Educativa Riobamba", durante el año lectivo 201-2016. En tal virtud esta Dirección Distrital 06D01 Riobamba Chambo, autoriza lo solicitado, siempre y cuando esta actividad sea coordinada con la autoridad del establecimiento.

Particular que comunico para los fines pertinentes.

Atentamente

Inés Hernández Z
ANALISTA DE APOYO SEGUIMIENTO Y
REGULACIÓN DE LA EDUCACION. ASRE.

IHZ/MSS.

