



**FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
PROGRAMA ACADÉMICO DE SICOLOGÍA**

TESIS

**RELACIÓN ENTRE FAMILIA FUNCIONAL Y LOS ESTILOS DE
AFRONTAMIENTO AL ESTRÉS EN ADOLESCENTES DE LAS
COMUNIDADES DEL DISTRITO DE MAZAN. 2025.**

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

AUTORA: BACH. PSIC. JULY CARMELITA AJON PAYAHUA

ASESORA: PSIC. ELIZABETH GUILLEN GALDOS

IQUITOS - REGIÓN LORETO - PERU

2026

ACTA DE SUSTENTACIÓN DE TESIS

Con Resolución Decanal N° 1507-2024-UCP-FCS, del 12 de noviembre del 2024, se designa jurado.

Con Resolución Decanal N° 488-2026-UCP-FCS, 25 de mayo del 2026, se autorizó la sustentación.

Siendo las 12:00 m. horas, del miércoles 10 de junio del 2026, se constituyó de modo presencial el jurado para escuchar la presentación y defensa de la tesis RELACION ENTRE FAMILIA FUNCIONAL Y LOS ESTILOS DE AFRONTAMIENTO AL ESTRÉS EN ADOLESCENTES DE LAS COMUNIDADES DEL DISTRITO DE MAZAN. 2025.

Presentado por:

JULY CARMELITA AJON PAYAHUA

Para optar el título profesional de **LICENCIADA EN PSICOLOGÍA.**

Como asesora a la Psic. Elizabeth Guillen Galdós.

Luego de escuchar la sustentación y defensa ante las preguntas, el jurado pasó a la deliberación de forma reservada, llegando a la siguiente conclusión:

La sustentación es: *Aprobada Por Unanimidad*

A las *12:55* horas culminó el acto público.

En fe de lo qual los miembros del jurado firman el acta y comunican en acto público.



Psic. Juan Alfonso Méndez del Águila, Mgr.
Presidente



Psic. Valentina Rayme Zumaeta, Mgr.
Miembro



Psic. José Alberto Díaz Guerrero
Miembro



“Año de la Esperanza y el Fortalecimiento de la Democracia”

**CONSTANCIA DE ORIGINALIDAD DEL TRABAJO DE INVESTIGACIÓN
DE LA UNIVERSIDAD CIENTÍFICA DEL PERÚ – UCP**

El presidente del Comité de Ética e Integridad Científica

Hace constar que:

La Tesis titulada:

**“RELACIÓN ENTRE FAMILIA FUNCIONAL Y LOS ESTILOS DE
AFRONTAMIENTO AL ESTRÉS EN ADOLESCENTES DE LAS
COMUNIDADES DEL DISTRITO DE MAZAN. 2025”**

De la alumna: **JULY CARMELITA AJON PAYAHUA**, de la Facultad de Ciencias de la Salud, pasó satisfactoriamente la revisión por el Software Antiplagio, con un porcentaje de **12% de similitud**. Se expide la presente, a solicitud de la parte interesada para los fines que estime conveniente.

San Juan, 21 de mayo del 2026.

**Presidente del Comité de Ética e
Integridad Científica
Mgr. Arq. Jorge L. Tapullima Flores**

JLTF/C.E.I.C-A
143-2026



Informe de análisis

Compilatio Magister+ | UCP-PE (Universidad Científica del Perú)

UCP_PSICOLOGIA_2025_T_JULY_AJON_VI_

ID : 4745c0108f634355762d65d8d067480a94886c35



12%

Textos sospechosos

Nombre del fichero : UCP_PSICOLOGIA_2025_T_JULY_AJON_VI_.txt

Tamaño del archivo original : 821,89 kB

Número de palabras : 21.480

Número de caracteres : 143881

Depositante : Chris Angela Ramirez Flores

Fecha de depósito : 19 de mayo de 2026

Tipo de carga : interface

fecha de fin de análisis : 19 de mayo de 2026

Resumen (sección 1/3)

Localización de los textos sospechosos en el documento :



Incluido en el porcentaje de textos sospechosos :



Similitudes

4%

Pasajes con similitudes a fuentes encontradas en diferentes colecciones.



Detección de IA

7%

Textos estilísticamente próximos a un texto generado por una IA.

Este índice es un indicador y no una prueba. Comprueba con el autor si domina los conocimientos mencionados en el documento.



Idiomas no reconocidos

<1%

Pasajes en los que parte del vocabulario utilizado no forma parte del diccionario de la lengua.

Puede tratarse de un intento del autor de modificar el texto para evitar ser detectado.



No incluido en el porcentaje de textos sospechosos :



Textos entre comillas

1%

Pasajes entre comillas, a menudo indicativos de una cita.

HOJA DE APROBACION

TESIS, DENOMINADO: RELACION ENTRE FAMILIA FUNCIONAL Y LOS
ESTILOS DE AFRONTAMIENTO AL ESTRÉS EN ADOLESCENTES DE
LAS COMUNIDADES DEL DISTRITO DE MAZAN, 2025.

FECHA DE SUSTENTACION: 10 DE JUNIO DEL 2026.



Psic. Juan Alfonso Méndez del Águila, Mgr.
Presidente



Psic. Valentina Rayme Zumaeta, Mgr.
Miembro



Psic. José Alberto Díaz Guerrero
Miembro



Psic. Elizabeth Guillen Galdós
Asesor

DEDICATORIA

A Dios, así como hacia mis progenitores y seres allegados, por proporcionar la dirección necesaria y conferirme la energía para perseverar. A mi asesor por ser guía y mantener su compromiso inquebrantable a lo largo desarrollo de mi tesis.

July Carmelita Ajon Payahua.

AGRADECIMIENTO

Primeramente, doy gracias a Dios por permitirme tener tan buena experiencia dentro de mi universidad, gracias a mi universidad por permitirme convertirme en ser un profesional en lo que tanto me apasiona, gracias a cada maestro que hizo parte de este proceso integral de formación, y como recuerdo y prueba viviente en la historia; esta tesis, que perdurara dentro de los conocimientos y desarrollo de las demás generaciones que están por llegar.

Doy gracias a mis padres, por tanto, apoyo durante mi etapa universitaria, por demostrarme que el amor, la perseverancia y la fe lo puede todo.

A la Lic. Psic. Elizabeth Guillen Galdós asesora de la tesis por su apoyo incondicional y motivación durante el desarrollo de la tesis.

July Carmelita Ajon Payahua.

ÍNDICE DE CONTENIDOS

	Pág.
Portada	i
Acta de sustentación de tesis	ii
Constancia de originalidad del trabajo de investigación	iii
Hoja de aprobación	v
Dedicatoria	vi
Agradecimiento	vii
Índice de contenido	viii
Índice de Tablas – Gráficos	ix
Resumen	x
Abstrac	xi
CAPITULO I. MARCO TEÓRICO REFERENCIAL	12
1.1. Antecedentes del estudio.	12
1.2. Base Teóricas.	18
1.3. Definición de Términos Básicos	37
CAPITULO II. PLANEAMIENTO DEL PROBLEMA	39
2.1. Descripción del Problema	39
2.2. Formulación del Problema	40
2.2.1. Problema General	40
2.2.2. Problemas Específicos	40
2.3. Objetivos	40
2.3.1. Objetivo General	40
2.3.2. Objetivos Específicos	40
2.4. Justificación de la investigación	41
2.5. Hipótesis.	43
2.6. Variables.	44
2.6.1. Identificación de las variables	44
2.6.2. Definición conceptual y operacional de las variables	44
2.6.3. Operacionalización de las variables.	45
CAPITULO III. ASPECTOS METODOLÓGICOS	47
3.1. Tipo y Diseño de Investigación	47
3.2. Población y Muestra	48
3.3. Técnicas, instrumentos	49
3.4. Procedimientos de recolección de datos	51
3.5. Procedimientos de la Información.	52
CAPITULO IV. RESULTADOS	57
CAPITULO V. DISCUSION, CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES	83
5.1. Discusiones	83
5.2. Conclusiones	91
5.3. Recomendaciones	92
CAPITULO VI. REFERENCIAS BIBLIOGRAFICAS	95
ANEXOS	102
Anexo 01. Matriz de Consistencia	103
Anexo 02. Carta de presentación para el estudio de Investigación	104
Anexo 03. Carta de Autorización de la ejecución para el Estudio de Investigación	105
Anexo 04. Consentimiento informado	106
Anexo 05: Instrumentos de recolección de Datos	107

ÍNDICE DE TABLAS		Pág.
Tabla 1	<i>Distribución de la muestra por lugar de procedencia</i>	46
Tabla 2	<i>Distribución de la muestra por Grado de Instrucción</i>	47
Tabla 3	<i>Distribución de la muestra por Estado Civil</i>	48
Tabla 4	<i>Distribución de la muestra por tipo de ocupación</i>	49
Tabla 5	<i>Distribución de la Medidas de tendencia central y de dispersión</i>	50
Tabla 6	<i>distribución estadística Baremación de los Puntajes</i>	52
Tabla 7	<i>Prueba de Kolmogorov-Smirnov para una muestra</i>	63
Tabla 8	<i>Estadísticos descriptivos de las variables, para la hipótesis general</i>	64
Tabla 9	<i>Correlaciones entre las variables, para la hipótesis general</i>	65
Tabla 10	<i>Hipótesis Específica 1</i>	69
Tabla 11	<i>Hipótesis Específica 2</i>	69
Tabla 12	<i>Hipótesis Específica 3</i>	69
Tabla 13	<i>Hipótesis Específica 4</i>	70

ÍNDICE GRAFICOS		Pág.
Gráfico 1.	<i>Distribución de las puntuaciones promedio en las diferentes áreas del estudio</i>	51
Gráfico 2.	<i>Desempeño en la variable Afrontamiento al Estrés</i>	52
Gráfico 3.	<i>Desempeño en la variable Agresividad Total</i>	53
Gráfico 4.	<i>Desempeño en la variable Agresividad Física</i>	57
Gráfico 5.	<i>Desempeño en la variable Agresividad Verbal</i>	58
Gráfico 6.	<i>Desempeño en la variable Ira</i>	60
Gráfico 7.	<i>Desempeño en la variable Hostilidad</i>	61
Gráfico 8.	<i>Relación entre afrontamiento al estrés y la agresividad</i>	65

RESUMEN

Objetivo: La investigación tuvo como finalidad principal resolver la relación existente entre la familia funcional y los estilos de afrontamiento al estrés en adolescentes de las comunidades del Distrito de Mazan. 2025. Como metas secundarias, se buscó constatar la relación existente entre la familia funcional y los estilos de afrontamiento centrados en el problema y estilos de afrontamiento centrados en la emoción.

Metodología: La investigación fue de tipo básico, con un diseño no experimental, con enfoque cuantitativo y nivel descriptivo, se aplicó un diseño correlacional de tipo transversal.

Material e instrumentos: La muestra estuvo conformada por 120 adolescentes procedentes del Distrito de Mazan. (Iquitos, 2025). Se aplicó un muestreo no probabilístico por conveniencia (de tipo criterial). Se aplicaron dos pruebas psicológicas a la muestra designado, con el fin de evaluar las dos variables consideradas en el estudio: funcionalidad familiar y estilos de afrontamiento del estrés. Estas pruebas presentaban validación y confiabilidad comprobadas para nuestro medio.

Resultados: En el 2025, se pudo evidenciar la subsistencia de una relación entre la dinámica de las familias y los enfoques para gestionar el estrés, empleadas por los adolescentes del distrito de Mazán.

Conclusiones: Se verificó que a medida que avance la operatividad familiar en el hogar de los adolescentes se optimizan los estilos de afrontamiento al estrés, tanto los centrados en el problema como los centrados en las emociones. Se plantearon las recomendaciones y sugerencias pertinentes apoyados en los logros hallados.

Palabras clave: Funcionalidad Familiar, Afrontamiento al Estrés, Población Adolescente.

ABSTRACT

Objective: The primary objective of this research was to determine the relationship between family functionality and stress-coping styles in adolescents from the communities of the Mazan District (2025). Secondary objectives were to verify the relationship between family functionality and problem-focused and emotion-focused coping styles.

Methodology: The research was basic, non-experimental design, quantitative approach, and descriptive level. A correlational cross-sectional design was used.

Materials and instruments: The sample consisted of 120 adolescents from the Mazan District (Iquitos, 2025). Non-probability convenience sampling (criterion-based) was used. Two psychological tests were administered to the selected sample to assess the two variables considered in the study: family functionality and stress-coping styles. These tests had proven validation and reliability in our setting. **Results:** Statistically significant correlations were found between family functioning and stress-coping styles in adolescents from the communities of the Mazan District. 2025.

Conclusions: It was found that as family functioning in adolescents' homes improves, their stress-coping styles, both problem-focused and emotion-focused, are optimized. Relevant recommendations and suggestions were made based on the results obtained.

Keywords: Family Functionality, Stress Coping, Adolescent Population.

Capítulo I. Marco teórico referencial

1.1. Antecedentes de Estudios

Antecedentes internacionales

El estudio de Saldaña et al. (2025), investigaron la relación entre la ideación suicida y las formas de afrontar el estrés en adolescentes universitarios. La investigación, con un diseño no experimental, correlacional y transversal, involucró a 201 estudiantes de preparatorias públicas en Hidalgo, México. Los participantes completaron la Escala Adaptada del Inventario de Ideación Suicida de Beck y el Cuestionario de Estilos de Afrontamiento al Estrés. Las conclusiones indicaron que el enfoque de afrontamiento centradas en la emoción se vincula positivamente con la ideación suicida, mientras que las estrategias centradas en la solución de problemas mostraban una asociación negativa. Los descubrimientos ponen en evidencia la importancia de comprender los factores, tanto protectores como de riesgo, vinculados a la ideación suicida en adolescentes; considerando además las diferencias de género, con la finalidad de fortalecer las estrategias orientadas a la promoción y prevención de la salud mental.

Con el propósito de mejorar la gestión del estrés en estudiantes de Ambato, Mora (2024), se realizó una propuesta de intromisión basada en un enfoque cuantitativo y post-positivista. El estudio es de diseño y tipo descriptivo-correlacional, se acopiaron datos demográficos y se emplearon herramientas calificadas, tales como el Inventario de Estrategias de afrontamiento y el Cuestionario de percepción de estrés. Así mismo, participaron 189 adolescentes de primer año de bachillerato, con una edad promedio de 14.7 años, los cuales se distribuyeron equitativamente entre hombres y mujeres. Los resultados demostraron que el 42.9% presentaba un nivel de estrés moderado, seguido por un 38.1% con un nivel de estrés bajo. Adicionalmente, las estrategias de resolución de problemas, expresión emocional, apoyo social y reestructuración cognitiva expusieron notas bajas. En conclusión, dado los niveles de estrés moderado y los

conflictos en las estrategias de afrontamiento identificadas, se diseñó un programa de intervención cognitivo-conductual que constituye de cuatro fases (inicial, intermedia, final y de seguimiento) conducentes en la psicoeducación.

En un estudio en el que participaron 250 estudiantes de enfermería provenientes de la Ciudad de Obregón, Valdez et al. (2022) analizaron la relación entre el nivel de estrés y las estrategias utilizadas para afrontarlo. Para el acopio de datos se utilizó el instrumento Brief COPE, en la cual sobresalió la participación femenina (74,4%) y se elaboró bajo un plan correlacional con una muestra probabilística. Entre las principales detecciones, se analizó que el 78% de los partícipes presentaba un nivel de estrés moderado, siendo el afrontamiento emocional activo la estrategia más frecuente. Asimismo, se certificó que este tipo de afrontamiento se asocia más con niveles bajos de estrés; mientras que las tácticas de evitación se relacionan con niveles elevados. No obstante, la prueba de chi-cuadrado de Pearson indicó que no existe una asociación global importante entre ambas variables. Esto indica que, aunque no se identifica una relación general sólida entre el estrés y las estrategias de afrontamiento, las personas con menor nivel de estrés tienden a manejar sus emociones de manera activa; así mismo, quienes sientan mayor estrés muestran una mayor inclinación hacia la evitación emocional.

Antecedentes nacionales

La investigación realizada por Ormeño (2021) plasmó como objetivo averiguar cómo afrontaron el estrés los estudiantes de psicología de Ica, durante el contexto de la pandemia. Para tal, se realizó la prueba en 163 estudiantes a quienes se les pasó el temario COPE para evaluar las estrategias percibidas como utilizadas. Lograron extraer resultados indicadores de un mayor dominio de las estrategias centradas en la emoción (48,5%) de manera semejante que las centradas en el problema (39,9%). Un destacado hallazgo relacionado con el cursado se vinculó al ciclo académico de la carrera, dado que los estudiantes de los ciclos iniciales tenían una prevalencia de estrategias centradas en la regulación

emocional, en contraposición con los estudiantes que cursaban ciclos superiores, quienes mostraban una mayor predisposición a las estrategias orientadas a la solución directa del problema que causaba estrés. Finalmente, mencionar que las estrategias de evitación mantuvieron valores de muy baja incidencia en toda la aplicación de la prueba.

Canales (2022) realizó un estudio orientado a examinar cómo se relaciona la resiliencia con las formas de afrontamiento del estrés en hijos de pacientes oncológicos en Lima Metropolitana. El estudio tuvo un enfoque cuantitativo y un diseño no experimental, y contó con la participación de 355 personas de ambos sexos, cuyas edades estaban entre los 20 y 50 años. La selección de los participantes se hizo mediante un muestreo no probabilístico por conveniencia. Los hallazgos evidenciaron que, en términos generales, tanto la resiliencia como las estrategias de afrontamiento se ubicaban mayormente en un nivel “indiferente”, con porcentajes de 40.3% y 39.4% respectivamente. A pesar de ello, se identificó una correlación positiva fuerte y directa entre la resiliencia y los estilos de afrontamiento, tanto en los centrados en el problema (0.753) como en los enfocados en la emoción (0.740). El estudio concluye que la capacidad de recuperación o resiliencia actúa como un factor determinante en la forma en que los hijos de personas con cáncer gestionan el estrés: a mayor resiliencia, mejores son las herramientas utilizadas para enfrentar la enfermedad de sus padres.

El estudio de Horna (2022) analizó la relación entre las estrategias de afrontamiento y la resiliencia. Desde el punto de vista metodológico, se aplicaron los instrumentos a una muestra de 90 sujetos fue evaluada a través de la escala de Wagnild y Young y del CAE, empleando un diseño correlacional-descriptivo bajo una perspectiva cuantitativa. Los resultados evidenciaron una correlación fuerte y positiva ($Rho = 0.654$); en particular, se detectaron vínculos muy elevados entre la búsqueda de apoyo social (0.976), la reevaluación positiva (0.927) y la expresión emocional (0.848) con respecto a la resiliencia. Se logró determinar que existe un vínculo significativo, lo que indica que los alumnos utilizan mecanismos de

afrontamiento más variados y pronunciados a medida que aumenta su capacidad de resiliencia.

En este estudio de investigación planteado por Valdez (2022), la cual se ocupó por analizar la relación existente entre las estrategias de afrontamiento de los adolescentes y la resiliencia en un grupo de adolescentes que residen en los Centros de Atención Residencial (CAR) de Huancayo, proponiendo para ello un diseño de tipo correlacional no experimental dentro de un enfoque cuantitativo, contando con una muestra por conveniencia determinada en un total de 42 adolescentes de ambos sexos, con edades que van desde los 12 a los 18 años. Para la recolección de datos, la investigación utilizó la "Escala de Resiliencia" (ER) de Wagnild y Young, así como la "Escala de Afrontamiento para Adolescentes" (ACS) de Frydenberg y Lewis, que previamente habían sido validadas con juicio de experto. En lo referente a los resultados, estos dan cuenta de la existencia de una relación significativa entre las variables resiliencia y afrontamiento ($\chi^2 = 12,629$; $p = 0,013$). Sin embargo, al segmentar en las diferentes dimensiones de los estilos de afrontamiento, se encontró que existe relación significativa entre la resiliencia y la dimensión "resolver el problema" ($r = 0,333$; $p = 0,031$). Mientras que, para el caso de los estilos "referencia a otros" ($r = 0,165$; $p = 0,297$) y "no productivo" ($r = 0,244$; $p = 0,119$), no se evidenció la existencia de una relación estadísticamente significativa. Se concluyó afirmando, que el empleo de mecanismos de afrontamiento de tipo adaptativo, enfocados sobre todo al resolver problemas conflictivos, guarda en relación directa y positiva al fortalecimiento de la resiliencia en la población adolescente.

Por otro lado, una investigación efectuada mediante la aplicación de la escala FACES III de Olson, Llerena (2022) examinó el comportamiento interno de un conjunto de familias en un centro de orientación ubicado en Lima. En una muestra de 166 participantes evaluados virtualmente, se analizó la adaptabilidad, la cohesión y factores sociodemográficos (como el número de hijos y los años de convivencia) en un estudio con metodología de campo y alcance descriptivo-correlacional. Los resultados permitieron

demostrar una tendencia significativa hacia la adaptabilidad caótica (72%) y una conexión mecánica de ideas y fundamentos (42%), siendo el perfil familiar con características caóticas y relacionales el más común (31%). El tesista enfatizó que los diagnósticos posibilitaron y fundamentaron la creación de intervenciones terapéuticas individualizadas, con lo cual se mejora la eficacia de los procedimientos de orientación familiar.

Asimismo, en una investigación realizada en Lima Metropolitana, Condori (2021) exploró la correlación entre las tácticas, estrategias y modelos de afrontamiento y el bienestar psicológico en una muestra de 208 estudiantes pertenecientes a una institución universitaria privada. El estudio, con el objetivo de descubrir además alteraciones en función del género y la especialidad académica, empleó el cuestionario COPE-60 y la Escala de Ryff (ambos ajustados al contexto peruano). Los resultados mostraron la existencia de una correlación significativa entre la forma de afrontar el estrés y el bienestar psicológico. La conclusión principal evidenció que el sexo biológico tiene un impacto en la selección de las estrategias de afrontamiento, mientras que la especialidad de ingeniería determina variaciones en los niveles de bienestar que fueron identificados.

Bustamante (2020) analizó el nivel de correlación entre la resiliencia y las estrategias de afrontamiento en una muestra de 251 mujeres que fueron víctimas de violencia doméstica en la ciudad de Tarma. El estudio, tuvo un diseño descriptivo-correlacional, empleando el uso de herramientas COPE, y la aplicación de la Escala de Wagnild y Young, demostrando que tanto el enfoque hacia los problemas como el emocional guardan un vínculo positivo con la capacidad resiliente. De manera individual, se revelaron tres estrategias que permitieron dar solución a problemas que mostraron correlaciones importantes (de .351 a .544), lo cual señaló que una reacción activa ante la adversidad es esencial para la recuperación psicológica en espacios de violencia. Asimismo, los sistemas metodológicos de enfrentamiento orientados a la regulación de emociones mostraron una correlación directa con la resiliencia. Los valores de correlación oscilaron entre .139 y .512. Por consiguiente, se encontraron índices correlacionales

positivos significativos en otros dos mecanismos de afrontamiento ($r = .524$ y $.392$). Es interesante que el afrontamiento directo fue la única dimensión que no mostró una conexión significativa ($r = -.057$). Los resultados demostraron la habilidad de superar contextos en mujeres que han superado actos de violencia familiar tiene su origen en un repertorio de respuestas, el cual englobó tanto la gestión del problema como el control de sus emociones.

La Torre (2021) tuvo como objetivo analizar comparativamente las tácticas de manejo del estrés entre alumnos de psicología del tercer y octavo ciclo. La metodología fue de enfoque cuantitativo, tipo descriptivo y diseño comparativo efectuado en la Universidad Peruana Los Andes (Huancayo), se incluyó una muestra de 130 estudiantes universitarios, suministrando el Cuestionario CAE (Cuestionario de Estrategias de Afrontamiento al Estrés). Los resultados demostraron que los estudiantes del VIII ciclo presentaron niveles de afrontamiento más elevados que los del III ciclo. El tesista, subrayó la relevancia de efectuar talleres de fortalecimiento psicológico en la etapa del pregrado, direccionados por personal experto en salud mental que otorgue las garantías de un enfoque efectivo y técnico.

Condori y Feliciano (2020), al llevarse a cabo un estudio evaluaron la relación entre las estrategias de afrontamiento del estrés y los niveles de ansiedad de 70 trabajadores de salud de Juliaca durante la cuarentena por COVID-19. Se ejecutó bajo un enfoque cuantitativo, con un diseño descriptivo-correlacional. El muestreo se realizó mediante la técnica censal incluyendo a todos los colaboradores y se emplearon los instrumentos Brief COPE-28 e IDARE. Según los resultados, la estrategia de afrontamiento más utilizada fue la orientada al problema, mientras que la evitación se presentó con menor frecuencia. En cuanto a la salud mental, el 82,9% del personal reportó niveles de ansiedad; observándose un mayor predominio en mujeres y evidenciando el considerable impacto emocional de la pandemia en este grupo. La investigación concluyó que existe una relación significativa entre las estrategias de afrontamiento y los niveles de ansiedad

en el personal de salud de Juliaca. Así mismo, a pesar de que la mayoría de los trabajadores se valieron de estrategias dirigidas a la resolución de problemas, la dimensión de la crisis sanitaria generó una alta prevalencia de ansiedad, alcanzando al 82,9% de la prueba. Este resultado sugiere que, aunque se emplearon estrategias consideradas funcionales, estas no fueron suficientes para reducir la indisposición emocional frente a una situación tan exigente como la pandemia.

Antecedentes locales

Cárdenas y Suárez (2024) desarrollaron un estudio de tipo descriptivo-comparativo en Iquitos, cuyo propósito fue comparar el nivel de estrés parental y los estilos de afrontamiento en 402 padres de niños con habilidades especiales. Para la recolección de información se emplearon las escalas propuestas por Abidin y Carver, considerando tres instituciones: 9 de octubre, Clavero e Iquitos. En cuanto a los resultados descriptivos, se observó que el CEBE 9 de octubre presentó la mayor proporción de estrés parental, alcanzando un 45,5%. Sin embargo, al realizar el análisis inferencial mediante ANAVA, se determinó que no existen diferencias estadísticamente significativas entre las instituciones evaluadas, tampoco en los niveles de estrés percibido ($p = 0,254$) ni en las estrategias de afrontamiento utilizadas ($p = 0,188$).

1.2 Bases Teóricas

1.2.1. Concepto de afrontamiento

Según su origen etimológico, el concepto afrontamiento proviene de la raíz latina frons, que significa “frente”, la cual alude a la acción de encarar circunstancias desafiantes o de riesgo. La inclusión del sufijo “-miento” coopera a ampliar su significado, haciendo referencia tanto al proceso como al resultado de dicha acción. En el campo comportamental, este concepto se entiende como la activación de diversos recursos, los cuales permiten al individuo hacer frente a demandas que interpreta como amenazantes o potencialmente peligrosas.

De acuerdo con Buendía et al. (1993), las estrategias de afrontamiento comprenden un conjunto de esfuerzos que se manifiestan a nivel conductual, emocional y cognitivo, orientados a reducir la percepción del estrés, enfrentando tanto las tensiones internas como las demandas del entorno. Por su parte, Lazarus y Folkman (1986) definen el afrontamiento como el proceso mediante el cual el individuo activa de manera deliberada sus propios recursos para manejar de forma adaptativa aquellas situaciones que percibe como amenazantes o perjudiciales.

López (2005) sostiene que el afrontamiento no solo implica la adaptación o tolerancia ante realidades adversas, sino también el esfuerzo por preservar la autoimagen y la estabilidad emocional. Este fenómeno surge ante transiciones vitales que el individuo interpreta como estresantes. Es fundamental precisar que, si bien el estrés suele vincularse a sucesos negativos como el duelo o el desempleo, cualquier transformación significativa exige un proceso adaptativo; por ello, eventos positivos como el matrimonio o la paternidad también pueden actuar como estresores potenciales

Carver et al. (1989) proponen que el afrontamiento puede organizarse en dos grandes tipos de estrategias. La primera es la centrada en el problema, la cual consiste en enfrentar directamente la situación estresante con el fin de resolverla o reducirla. La segunda es la centrada en la emoción, que busca regular o disminuir el malestar emocional que surge como respuesta al evento estresante. En la práctica, ambas estrategias suelen utilizarse de manera combinada. Sin embargo, tienden a predominar las estrategias enfocadas en el problema cuando la persona considera que puede intervenir o modificar la situación. En cambio, las estrategias centradas en la emoción suelen aparecer con mayor frecuencia cuando el individuo percibe que el evento estresante no puede ser controlado directamente y, por ello, se concentra en manejar sus reacciones emocionales.

Las estrategias de afrontamiento juegan un papel fundamental en la manera en que las personas responden a situaciones difíciles, negativas o

estresantes que pueden presentarse en el día a día. Según Wertsch (1992), el afrontamiento puede influir en la aparición de respuestas tales como ansiedad, depresión, malestar psicológico e incluso síntomas somáticos, ya que modula la manera en que cada individuo puede interpretar y manejar aquellas experiencias estresantes. Según el modelo de Carver y sus colaboradores, el afrontamiento se expresa mediante quince dimensiones o estrategias específicas:

1. 1.ADMISIÓN: Esto implica reconocer que se está ante una situación estresante y aceptar que no se puede cambiar, posibilitando que la persona se adapte a la realidad con la que se encuentra.
2. Afrontamiento restrictivo: Consiste en la regulación de la propia conducta, esperando el momento más adecuado para actuar y de esa manera evitar respuestas impulsivas o precipitadas.
3. Búsqueda de apoyo social: Procura de apoyo social: Se descompone en dos tipos: por un lado, el apoyo instrumental, que comprende el establecimiento de consejos, información o ayuda práctica, y por otro el apoyo emocional, que abarca la empatía, la comprensión y el acompañamiento afectivo.
4. Uso de productos químicos: Se entiende como el consumo de sustancias que actúan como una forma de evadirse, tratando de buscar una disminución o una anulación del
5. estrés que produce la aversión a la emoción negativa. Consumo de productos químicos: Se entiende como el retorno al consumo de sustancias adictivas como una forma de evasión, buscando una disminución o una anulación de las emociones negativas que produce la aversión al estrés.
6. Demora en el duelo: Es la decisión voluntaria de aplazar la respuesta al estresor hasta que se den condiciones más favorables que permitan afrontarla de una manera más adecuada.
7. Desconexión mental: Se refiere a la ejecución de comportamientos de tipo distracción, tales como ver la televisión, dormir o acudir a la imaginación, con la finalidad de desvincular la atención del tema central.

8. Desconexión a nivel conductual: Disminución o abandono de los esfuerzos encaminados a afrontar el estresor, incluso llegando al punto de renunciar a los objetivos personales que este impacta.
9. Liberación de emociones: Hace referencia a la expresión libre y al adecuado desahogo de las emociones y de la tensión producida por la situación estresante.
10. Humor: Consiste en el uso del ingenio, la ironía o el sarcasmo para destacar lo más absurdo de la situación y ayudar así a minimizar la
11. Planificación Se concibe como un proceso mental orientado a la carga afectiva organización y estructuración de acciones y estrategias que faciliten el manejo adecuado de la situación estresante.
12. Reinterpretación positiva y crecimiento: Se trata de intentar dar un sentido positivo a las experiencias negativas, viéndolas como una oportunidad para aprender y crecer como persona.
13. Rechazo: Es un mecanismo de defensa mediante el cual se ignora la existencia del problema o se actúa como si no tuviera consecuencias reales.
14. Religión: Es hacer uso de la fe o de la propia espiritualidad, como si en ellas se encontrara el sentido de la vida, una guía, un consuelo, etc.
15. Suspensión de actividades competidoras: Se refiere a ignorar o aplazar otras tareas o intereses con el fin de centrar la atención y los recursos en la gestión del estresor.

Según Castilla (2017), la elección de las estrategias de afrontamiento mantiene cierta dependencia del temperamento y las experiencias previas de la persona. En tal contexto, los perfiles optimistas tienden a dar prioridad al abordaje activo de problemas y búsqueda de apoyo social, a diferencia de los individuos pesimistas que optan por estilos defensivos y evasivos ante situaciones estresantes. Por lo tanto, el fenómeno del estrés y su gestión son campos de estudio dinámicos que requieren un análisis constante; no obstante, la ausencia de un acuerdo terminológico entorpece el desarrollo de un marco teórico robusto, debido a que el término “estrés”

se emplea de manera frecuente de forma ambigua y sin una referencia operativa clara.

1.2.2. Las dimensiones del afrontamiento

(1) **Afrontamiento:** Se define como el conjunto de esfuerzos cognitivos o conductuales que una persona emplea para manejar, resistir o superar situaciones estresantes. Desde un enfoque transaccional, se entiende como un proceso de interacción entre el individuo y su entorno, en el cual la valoración de una situación como estresante desencadena una respuesta específica por parte de la persona. (Lazarus y Folkman, 1984).

(2) **Afrontamiento centrado en el problema.** Tienen como objetivo eliminar las fuentes mismas del estrés. Las estrategias de afrontamiento se consideran como la mejor manera de manejar el estrés, ya que buscan eliminar las situaciones que nos causan estrés. Se consideran como estrategia de afrontamiento activo, que se aplica directamente a la causa u origen. (Salanova et al., 2005).

(3) **Afrontamiento centrado en la emoción.** Busca que las situaciones estresantes afecten de manera diferente. Este tipo de afrontamiento es importante porque ayuda a modificar la manera en que se percibe el estrés, lo que puede disminuir sus efectos negativos. La otra categoría incluye distintos estilos de afrontamiento de tipo cognitivo cuyo objetivo es disminuir o controlar la intensidad del malestar emocional. (Lazarus y Folkman, 1986).

1.2.3. Teorías sobre el estrés

a. Teoría del Estrés de Hans Selye

La teoría del estrés fue desarrollada por Hans Selye (1936) quien utilizó por primera vez el término “estrés” y desarrolló el modelo de Síndrome General de Adaptación (SGA). Selye planteó que, ante la presencia de cualquier agente agresor contra el organismo, se producen simultáneamente en la persona afectada una serie de reacciones típicas, en función del estímulo

agresor, y otras reacciones atípicas, independientemente de la naturaleza de los estímulos.

Propuso tres fases del estrés:

- Alarma: Corresponde a la reacción inicial del organismo frente a la presencia de un estresor.
- Resistencia: En esta fase el organismo trata de acomodarse y de afrontar la situación estresante.
- Cansancio: En esta fase el estrés es duradero, va mermando progresivamente al organismo..
- La Ley de Selye dice que los estímulos se presentan periódicamente y que se mejora progresivamente a través de la experiencia. Se sustenta en la idea de que cualquier estímulo además de provocar una respuesta general, afectará directamente a un sistema corporal de forma específica. Selye distinguió entre estrés eustrés (positivo) y distrés (negativo).

b. Teoría transaccional del estrés y afrontamiento

Fue planteada por Richard Lazarus y por Susan Folkman (1984),

sostienen que el estrés procede de la interacción que existe entre el sujeto y su entorno. Así mismo, la evolución del estrés se desarrolla en tres etapas:

- Afrontamiento: Dentro de esta fase, se emplean tanto formas de pensar como de actuar, con el fin de ser capaz de manejar el estrés; esto incluye controlar los sentimientos o buscar soluciones a las dificultades.
- Evaluación primaria: El paciente permite evaluar si el problema suscitado es una intimidación real, un desafío importante o es un asunto irrelevante.
- Subvaluación: En este proceso, se evalúan los recursos que se tienen para enfrentar el estresor

En 1996, Lazarus desarrolló su teoría procesual del afrontamiento del estrés. Posterior a ello, Lazarus y Folkman (1986) conceptualizaron el afrontamiento como un conjunto de esfuerzos cognitivos y conductuales, los cuales se encuentran en constante cambio. Así mismo, este suele ser utilizado para manejar demandas específicas tanto externas como internas, las mismas que son evaluadas como desbordantes o que exceden de manera significativa los recursos disponibles del individuo.

c. Teoría del estrés laboral (Modelo Demanda-Control)

Según lo que propone Robert Karasek en 1979, el estrés en el trabajo se origina al relacionarse de una forma específica dos aspectos principales: las funciones que el trabajo requiere (la cantidad de trabajo y la complejidad de las tareas), y cuánto control tiene uno mismo sobre tu trabajo; es decir, cuánto puede decidir por sí mismo una persona y utilizar lo que sabe para solucionar problemas. En general, los trabajos donde se exige mucho y se tiene muy poca libertad, son más perjudiciales para la salud mental. Sin embargo, el modelo de Karasek también postula que, si existe un equilibrio entre las exigencias del trabajo y el control sobre el mismo, esa presión sí puede contribuir a estar más motivado y a aprender más en el ámbito laboral.

El estrés laboral es una reacción compleja, con emociones, pensamientos, cambios en el cuerpo y en la forma de actuar, que aparece cuando las circunstancias de la empresa o de la profesión son negativas. Se manifiesta con mucha tensión tanto mental como física, y con una sensación de malestar que no desaparece; se produce un sentimiento de no suficiencia y de falta de capacidades para responder bien a lo que el trabajo requiere.

En 1984, el Comité Mixto de la Organización Internacional del Trabajo (OIT) y de la Organización Mundial de la Salud (OMS) realizó una revisión sistemática de los avances en el estudio de los factores psicosociales. A partir de ello, se determinó que dichos factores en el ámbito laboral incluyen el conjunto de percepciones y experiencias del trabajador, abarcando

múltiples dimensiones. Algunas de ellas se relacionan con las características individuales del trabajador, otras con las condiciones y el entorno de trabajo, y además hay influencias económicas y sociales externas que, aunque provienen de fuera del ámbito laboral, tienen una importante incidencia en él.

El Comité Mixto de la OIT y la OMS establecieron que los factores psicosociales en el trabajo son aquellos que se refieren a la interacción entre las características del trabajo, el entorno de trabajo, la satisfacción laboral y las condiciones de la organización. Sumado a ello, se incluyen las capacidades del trabajador, sus necesidades, su cultura y su situación personal fuera del ámbito laboral; las cuales, a través de la percepción y la experiencia individual, pueden influir en la salud y el desempeño del trabajador.

d. Teoría del estrés Psicobiológico

Sus autores son Ursin y Eriksen (2004). Estos autores consideran que el estrés es una respuesta anticipatoria y adaptativa. Señalan que la percepción de control y previsibilidad son factores clave en la respuesta al estrés. El estrés ocurre cuando una persona percibe que está perdiendo recursos (como tiempo, energía, dinero) o cuando no logra obtener los recursos deseados. Es decir, las personas se esfuerzan por conservar y proteger sus recursos frente a los estresores.

Estos autores señalan que la forma en que el estrés laboral afecta la creatividad ha atraído la atención tanto de las empresas como de los académicos. El estrés laboral por obstáculos y el estrés laboral por desafíos excesivos suelen perjudicar la creatividad. Sin embargo, no se ha estudiado en profundidad cómo amortiguar el deterioro del estrés laboral sobre la creatividad.

1.2.4. El afrontamiento al estrés

El afrontamiento al estrés es una respuesta del organismo frente a una situación percibida como grave o amenazante que opera como un desencadenante, porque atenta contra la homeostasis (equilibrio) de la

persona humana, y que genera una respuesta fisiológica inespecífica. Seyle según Cosenza (2010) nombró a este proceso síndrome de adaptación general, el que presenta tres fases: alarma, resistencia y agotamiento).

Por su parte, La American Psychological Association (APA, 2018) define el estrés como una vivencia emocional negativa que implica alteraciones bioquímicas, fisiológicas y conductuales, en la cual la persona percibe una carga excesiva que repercute tanto en su bienestar psicológico como físico. En relación con sus tipos, la APA (2018) distingue tres categorías principales:

- Estrés agudo o intenso. Es un tipo de estrés muy común en las personas, que surge debido a la presión generada por un evento reciente o por la anticipación de una situación futura percibida como amenazante. Cuando se presenta de manera repetida y en niveles altos, puede provocar agotamiento mental y físico, además de síntomas como dolores de cabeza y problemas digestivos, entre otros.
- Estrés agudo episódico, con frecuencia, las personas no suelen organizar adecuadamente su tiempo ni sus horarios, lo que les impide cumplir con sus actividades. Como resultado, pueden experimentar síntomas de estrés de manera intensa, aunque por periodos breves, hasta que desaparece la situación que lo genera.
- El Estrés Crónico, que ocasiona un desgaste emocional que puede mantenerse de forma relativamente constante en la persona a lo largo del tiempo, generando consecuencias negativas en distintos ámbitos como el físico, mental, emocional y social, según Corsino (2000).

Cassaretto et al. (2003) mencionan que el estrés puede clasificarse en dos tipos: eustrés y distrés. El primero se caracteriza por una activación cognitiva positiva, en la que el esfuerzo mental logra favorecer el desempeño y permitir que las personas actúen de manera eficiente. Por otro lado, el distrés corresponde a una forma negativa de estrés, el cual afecta al equilibrio del individuo y puede ser perjudicial para su salud.

Según Lazarus y Folkman (2000), las personas suelen realizar una evaluación ante situaciones que generan estrés, con el objetivo de poder enfrentarlas, lo que implica un proceso de valoración personal. Este proceso se divide en dos etapas:

La valoración primaria, la cual se centra en el significado que la persona le atribuye a la situación; es decir, se refiere a la interpretación de sus posibles consecuencias. Por lo tanto, si la situación se considera positiva o irrelevante, no se genera estrés; sin embargo, si se percibe como negativa o amenazante, sí puede desencadenarlo.

También se tiene la evaluación secundaria, la cual se corresponde con los recursos que o la persona, a la cual se alude, cree tener a su disposición para hacer frente a la situación exigente. Ambas, funcionan, en conjunto, de una forma que permite saber el nivel de estrés que una persona puede experimentar frente a una situación determinada.

1.2.5. La familia funcional

Según Larroca (2005), una familia funcional es aquella en la que las interacciones entre sus miembros favorecen un funcionamiento equilibrado y sano. De un modo u otro, este proceso se sostiene en cuatro pilares que guían su funcionamiento.

1. Se caracteriza por tener una organización jerárquica equilibrada y clara, donde se encuentran definidos y respetados los roles de padres e hijos. De la misma manera, la autoridad se ejerce de modo compartido y flexible, sin generar conflictos por cuestiones de poder, y estableciendo límites de comportamiento congruentes que se amplían y sostienen para garantizar el orden del sistema familiar.

2. **Dinámica de Comunicación y Afecto**

Se caracteriza por tener una comunicación franca, directa y transparente, en donde los miembros practican la escucha activa, mantienen contacto visual y físico, y tienen la libertad de expresar desacuerdos. A esto se suma

un compromiso emocional mutuo donde los valores que predominan propician un clima de armonía y bienestar común.

3. Desarrollo Individual y Madurez

. El sistema funcional promueve la madurez y la individualidad de cada miembro. Se admiten las equivocaciones y las diferencias personales con una evaluación crítica, pero constructiva. La actuación de cada integrante es coherente con su identidad y sus obligaciones, lo que posibilita que la lealtad grupal coexista con la autonomía individual.

4. Capacidad de Adaptación y Resolución de Conflictos

La familia funcional posee herramientas para identificar y resolver dilemas mediante el diálogo abierto. Tiene la flexibilidad necesaria para atravesar las crisis propias del ciclo vital, ajustando sus mecanismos psicológicos a los cambios del entorno para garantizar el crecimiento tanto individual como colectivo.

Características Ontológicas del Sistema Familiar

Larroca destaca que la funcionalidad familiar no debe entenderse como una condición fija, sino que es un proceso en constante transformación, el cual se caracteriza por cuatro propiedades:

- **Dialéctica:** La familia se desarrolla continuamente y se alternan momentos de crisis y crecimiento; en ella, su bienestar depende de cómo se enfrentan y resuelven las tensiones propias de su evolución a lo largo del tiempo.
- **Actividad dinámica:** Existe una interdependencia total entre sus miembros, donde las acciones y emociones de uno influyen inevitablemente en los pensamientos y conductas de los demás.
- **Relativa:** Para proporcionar protección y seguridad de acuerdo al periodo histórico que vive, el sistema se ajusta a las transformaciones del entorno.
- **Contextual y situacional:** Existe un vínculo entre la funcionalidad familiar y el contexto cultural y comunitario en el que se desarrolla. Cuando

el sistema no logra adaptarse o evolucionar, con el paso del tiempo puede volverse obsoleto o incluso carecer de funcionalidad.

1.2.6. La familia disfuncional

Las familias disfuncionales son aquellas que no son capaces de satisfacer apropiadamente las necesidades físicas y emocionales de sus miembros, y no logran cumplir con los roles que socialmente les son atribuidos (Carabaño, 2019; Tello, 2017). Según Pérez y Reinoza (2011), esta situación se manifiesta en dos dimensiones fundamentales: por una parte, una parentalidad inmadura que obstaculiza el proceso de socialización y por otra, la existencia de inestabilidad emocional o espiritual en los miembros que conforman el sistema familiar.

Báez (2013) menciona que la disfuncionalidad se puede encontrar dentro de una relación conyugal que se mantiene en el tiempo sin importar el nivel de estabilidad de la misma, lo cual contradice ciertas creencias comunes. Por su parte, Riofrío (2013) identifica diversas características negativas en este tipo de familias, tales como la negación del maltrato, las dificultades en la comunicación y el aislamiento social; ya que todos estos aspectos pueden limitar el desarrollo de vínculos saludables y el adecuado cumplimiento de responsabilidades.

Fernández (2019) postula que la disfuncionalidad familiar puede desarrollarse por diversos factores, tales como la etapa de la adolescencia, los procesos de divorcio y el desempleo. Por otro lado, Otero (2021) menciona diversas causas asociadas a esta condición, siendo las enfermedades, adicciones, deficiencias en la comunicación, falta de empatía y los estilos de control excesivo. Sumado a ello, Cogollo et al. (2009) en su investigación logran determinar otros elementos que influyen en esta problemática, tales como la migración de uno de los padres, la separación conyugal o la limitada disponibilidad de tiempo para la convivencia familiar.

Una familia disfuncional presenta diversas características particulares, las cuales han sido estudiadas y descritas por terapeutas familiares y

especialistas en este campo. Cogollo et al. (2009) Entre las características más centrales de estas familias tenemos:

- En una familia disfuncional, no se pueden satisfacer las necesidades emocionales básicas de sus miembros. Aunque los padres quieran cuidar y proteger a los niños, no saben cómo hacerlo de manera natural y espontánea.
- Los padres experimentan presión para cumplir con su papel, lo que provoca ansiedad y exigencias hacia los niños para que se desarrollen de acuerdo a las expectativas de ellos, no de acuerdo a su propio ritmo. Esta presión puede dar lugar a castigos físicos o maltratos psicológicos, lo que lesiona gravemente la psique del niño y lo confunde y aterra.
- Los miembros de una familia disfuncional suelen ser rígidos, exigentes, críticos y desalentadores. No saben cómo reforzar y recompensar los logros de los niños, creyendo erróneamente que es deber del niño cumplir con todas las expectativas de manera correcta y a tiempo.

La disfunción en la familia, se puede entender a partir de tres ejes principales. En primer lugar, se tiene a la interdependencia negativa, la cual se presenta cuando la conducta inadecuada de uno de los miembros repercute de manera sistémica en el resto de la familia. En segundo lugar, está la desadaptación sociocultural, la misma que ocurre cuando el sistema familiar no logra ajustarse a los cambios del entorno y se vuelve una estructura desfasada que puede afectar en el bienestar psicológico del grupo. Por último, se tiene a la ambigüedad de roles, la cual se caracteriza por funciones contradictorias que pueden llegar a deteriorar las relaciones interpersonales y convertir la funcionalidad original en un entorno patológico para sus integrantes.

1.2.7. Teorías sobre la disfuncionalidad familiar

Las teorías sobre la familia disfuncional abordan las dinámicas familiares que pueden interferir en el desarrollo emocional, psicológico o social de sus miembros. Estas teorías provienen de diferentes enfoques en psicología,

sociología y terapia familiar. A continuación, te hablo de los principales autores y conceptos relacionados:

a) Teoría de los sistemas familiares de Murray Bowen

La Teoría Familiar Sistémica de Bowen (1961) se plantea como una visión del comportamiento humano que considera que la familia es una unidad emocional. Esta teoría, según Bowen (1991) emplea un enfoque sistémico para analizar las dinámicas complejas que ocurren dentro de esta unidad. Esta teoría considera que la familia conecta estrecha y emocionalmente a sus miembros de manera intensa, incluso cuando las personas pueden sentirse distanciadas o desconectadas; esto es más una percepción subjetiva que una realidad objetiva. Las familias tienen un impacto profundo en los pensamientos, emociones y conductas de sus integrantes, al punto de que parece que todos comparten una misma “piel emocional”.

En la familia los miembros suelen buscar continuamente la presencia de apoyo y valoración para responder a las demandas y presiones del entorno. Este tipo de interacción llega a generar una interdependencia funcional, en la cual cualquier cambio en la conducta de uno de los miembros hace que los demás ajusten las suyas. Con este enfoque, según la Teoría Sistémica de Bowen, la familia se entiende como una unidad emocional integrada donde la fuerte conexión afectiva entre sus miembros tiene una influencia importante en el funcionamiento psicológico, y el distanciamiento suele entenderse más como una estrategia de defensa que como una verdadera desconexión.

b) Teoría de los roles familiares disfuncionales de Satir

Virginia Satir (1977), una reconocida investigadora y terapeuta familiar, se centró en analizar los roles asumidos por los integrantes de familias con dinámicas disfuncionales, siendo su enfoque principal comprender cómo estos roles se configuran en contextos problemáticos. Satir (Woods, 1984) concebía a la familia como un sistema interrelacionado, en el que cualquier dificultad pudiera afectar a todos sus miembros; siendo así que, para

generar cambios positivos, era fundamental intervenir en los patrones de comunicación y en la calidad de las relaciones interpersonales.

Satir (Banmem, 1986) clasificó 4 tipos de roles: distractor, calculador, acusador y aplacador.

- El distractor no asume el problema y se desentiende totalmente, buscando instrumentos que le permitan lograr eso, como alcohol, estupefacientes o acciones simples como cambiar de tema o irse del lugar.
- El calculador es quien ante el problema no atiende a ningún tipo de sentimiento (ni suyo ni de los demás) y se guía únicamente por la razón y argumentos lógicos.
- El acusador es quien culpa a otras personas de los problemas que se presentan, no reconoce que él también puede estar implicado y no suma su propia responsabilidad sobre los conflictos que se presentan.
- El aplacador es la persona que acepta todo lo que se le proponga, ya que cree que puede resolver los conflictos haciendo que los demás obtengan lo que buscan, independientemente de lo que la propia persona sienta o piense.

En el contexto de las familias disfuncionales, pueden aparecer roles como el “héroe”, el “chivo expiatorio”, el “niño perdido” o el “comediante”, los cuales funcionan como formas de afrontamiento hacia el desorden o la tensión existente. Asimismo, este tipo de familias suelen caracterizarse por mantener patrones de comunicación poco definidos, así también como normas rígidas o implícitas.

Para Satir, la modificación de estas dinámicas requiere de un trabajo para la mejora de la comunicación y en el fortalecimiento de la autoestima de cada integrante.

c) Teoría del ciclo de abuso y familias disfuncionales Bradshaw

John Bradshaw (2000) destacó por sus aportes en el estudio de la familia disfuncional y las consecuencias del abuso emocional, físico o la negligencia. Afirma que en estos contextos los hijos pueden acabar

internalizando o sintiendo una vergüenza profunda por las experiencias adversas. De igual forma, plantea que las conductas disfuncionales y las dinámicas de maltrato tienden a repetirse de generación en generación si no se interviene de forma oportuna.

El autor señala que las familias disfuncionales tienden a mantener secretos y temas no expresados sobre los miembros vivos y muertos de la familia, los cuales generan una carga emocional y, incluso, un sentimiento de vergüenza para el grupo familiar. En muchos casos estos temas no se abordan y se actúa como si no existieran o bien se transmiten de manera reservada entre algunos miembros, sin que puedan ser compartidos abiertamente.

John Bradshaw (2000), en su obra “Secretos de Familia”, identificó cuatro tipos de secretos que pueden presentarse en este tipo de familias disfuncionales:

1. Los secretos de primer grado están relacionados con conductas de tipo delictivo. Ejemplos de ello son el robo, el incendio intencional o los abusos sexuales.
2. Los secretos de segundo grado, los cuales corresponden a las adicciones y menciona que pueden afectar tanto la calidad de vida de la persona que las presenta, como las de quienes la rodean.
3. Los secretos de tercer grado, dependen del contexto familiar y abarcan situaciones de dinámica compleja, pudiendo ser la existencia de un miembro señalado como “problema” o chivo expiatorio, así como la presencia de secretos conyugales, infidelidades, trastornos mentales, abortos o suicidios.
4. Los secretos de cuarto grado, se refieren a aspectos personales que no afectan directamente a otros, pero que sí pueden limitar la libertad individual. Así mismo, se incluyen aspectos como la vergüenza tóxica, la culpa, la ansiedad, la depresión y también ciertos sentimientos de vergüenza cultural vinculados al origen étnico o al nivel socioeconómico.

Bradshaw (2000) postula que las personas cuentan con una especie de “cobertura natural”, también conocida como modestia o vergüenza natural, la cual cumple la función de proteger la intimidad. Cuando esta privacidad se ve expuesta o vulnerada, es común que aparezca el sonrojo, lo cual constituye una respuesta inmediata que refleja incomodidad.

Cuando ocurre un evento traumático dentro de la familia, como un suicidio o un escándalo, y este no se habla ni se procesa, puede generar un impacto que se mantiene en el tiempo y llegar a extenderse a lo largo de varias generaciones, siempre que el tema continúe siendo silenciado. En su obra “Secretos de Familia”, Bradshaw describe que muchos de estos patrones o secretos no surgen solo en la generación actual, sino que pueden venir heredados de los padres, abuelos u otras generaciones anteriores. Asimismo, señala que al identificar y comprender estos patrones familiares es posible iniciar procesos de comprensión y sanación dentro del sistema familiar.

La distancia de los progenitores ocasiona el descuido afectivo entre padres e hijos, ya que el aumento en el número de divorcios, genera el abandono involuntario de niños y jóvenes que se quedan solos, o al cuidado de abuelos o tíos, situación que ha provocado en la actualidad que tanto los padres como los hijos pierdan el afecto y cariño que por su naturaleza deben tener, pues no existe el contacto directo e interacción diaria en la convivencia familiar.

(d) Teoría del estrés de Salvador Minuchin

La terapia familiar estructural es una propuesta de Minuchin (1984), donde el foco está puesto en la organización de las relaciones familiares y en la definición de jerarquías dentro del sistema. Este enfoque considera que la falta de límites claros entre los miembros puede producir “enredos” emocionales y alianzas conflictivas que atentan contra el equilibrio familiar. En ese sentido, la función del terapeuta es reestructurar las reglas de juego y redefinir los límites entre los participantes.

En este sentido la transformación terapéutica se logra mediante la reestructuración y la asociación programada con la intención de cambiar las transacciones disfuncionales. El terapeuta puede actuar espontáneamente al integrarse al sistema. Si la familia está de acuerdo con sus respuestas, confirman la estructura actual; de lo contrario, se convierten en preguntas experimentales. El trabajo de diagnóstico consiste en encontrar áreas flexibles para el cambio, ya que la disfuncional es la única estructura accesible al principio.

Cuando la familia opta por aceptar que se realice la intervención terapéutica, esta decisión genera tres tipos de respuestas:

1. La asimilación sencilla: Hay aprendizaje, pero sin cambios estructurales relevantes en el sistema.
2. Alojamiento: La familia se adapta momentáneamente a la presencia del terapeuta, modificando su comportamiento adaptándose únicamente al periodo en que dura la intervención.
3. Respuesta original: La exploración terapéutica se convierte en un agente de cambio que aumenta la tensión del sistema generando una profunda y duradera reorganización.

Un modelo de familia extensa que no se ve afectada por las situaciones estresantes, ya que gracias al apoyo y la ayuda mutuos que dan las familias extensas a través de la cooperación, pero la familia extensa por su propia naturaleza es capaz de provocar ambigüedades y confusiones respecto a los límites y a las responsabilidades compartidas. Muchas familias extensas suelen tener la autoridad de uno de sus hijos, lo que se denomina parentalización, que puede llegar a ser un modelo aceptable en la medida en que se definan perfectamente los límites de la autoridad; pero, por el contrario, puede llegar a ser un problema en familias extensas donde los padres conducen a la autoridad sin un claro control.

Con respecto a las dificultades a la hora de manejar los conflictos, cuando la pareja no logra resolver sus tensiones, suele hacer uso de uno de los

hijos como vía rígida de escape. Minuchin propone a este respecto tres formas que permiten que este cuadro se evidencie:

- Triangulación: se evidencia en el momento en que el hijo se ve atrapado en el conflicto de la pareja, sintiéndose obligado a tomar partido por uno de los padres, estableciendo así una situación de lealtad dividida difícil de sostener.

- Rodeo (o Desvío): aparece cuando los padres hacen referencia sólo al “problema” del hijo, empleando el problema del hijo para evadir el propio, hasta el punto de establecer una armonía aparente.

- Coalición Estable: aparece cuando el hijo se alía con uno de los miembros de la pareja, formando coalición, excluyendo y luchando contra el otro miembro de la pareja.

Con relación al proceso terapéutico y a la primera sesión, la intervención no se orienta solamente a la reducción del síntoma del “paciente identificado”, sino también a flexibilizar un sistema familiar que se ha tornado rígido y repetitivo en sus dinámicas.

Pasos de la terapia.

- Liderazgo y asociación: El terapeuta ingresa en el sistema familiar con la finalidad de orientar y conducir el proceso terapéutico.
- Evaluación estructural: Implica la identificación de los límites existentes, los cuales son expresados por la familia, y la organización jerárquica dentro del sistema.
- Conversión: El terapeuta tiene que perturbar el sistema para obligar a que se produzcan nuevos patrones de interacción.

Etapas de la Primera Sesión

Para que el diagnóstico sea certero, la primera sesión debe ser ordenada en una secuencia lógica:

- Recibimiento y etiqueta: Se establece una primera relación entre el terapeuta y la familia, creando un clima de confianza y seguridad. También

en este momento se puede observar la disposición física de los integrantes, lo que puede dar datos importantes sobre sus dinámicas.

- Investigación del problema: Se consulta a cada integrante su perspectiva sobre el conflicto. La manera en que reaccionan evidencia la forma en que la familia maneja sus límites con el mundo exterior.
- La tragedia familiar: El terapeuta, para ver la estructura más allá de las palabras, invita a los miembros de la familia a interactuar entre ellos (escenificación).

Riesgos en el Análisis Estructural. Resulta crítico que el terapeuta no cometa ciertos errores muy habituales que pueden llegar a poner en jaque el valor del propio análisis:

- ♣ No tener en cuenta el ciclo vital o la etapa de desarrollo en la que la familia se encuentra.
- ♣ No tener en consideración a alguno de los subsistemas, por ejemplo, el fraterno.
- ♣ Al dejarse atrapar por uno de los lados del conflicto, el terapeuta pierde la neutralidad que debería mantener para ayudar al proceso de cambio.

1.3. Definición de términos básicos

- Afrontamiento al estrés: Hace referencia al conjunto de procesos tanto conductuales como cognitivos que una persona emplea para afrontar demandas internas o externas que percibe como retadoras. Esto incluye la regulación de las emociones frente a situaciones de tensión, la modificación del entorno y la reinterpretación del problema.
- Comunicación: La comunicación es el acto voluntario y consciente de intercambiar mensajes (información) entre dos o más participantes con el fin de transmitir (emisor) o recibir (receptor) información u opiniones diversas.
- Disfuncionalidad familiar: Se presenta por la existencia continua de conflictos, conductas inapropiadas o dinámicas de maltrato, las cuales son percibidas como normales por quienes forman parte de ella. Este fenómeno

generalmente ocurre cuando el sistema familiar tiene una rigidez en sus normas que impide que sus miembros se puedan adaptar y evolucionar ante sus necesidades de desarrollo.

- Funcionalidad familiar: Se refiere al grado en que la familia es efectiva en la realización de sus roles y en el cumplimiento de sus responsabilidades. Refleja la calidad de las interacciones que permiten alcanzar los requerimientos sociales, prácticos y emocionales de los miembros de la familia, al mismo tiempo que los factores de la familia se encuentran en un equilibrio dinámico en el funcionamiento de la familia como un todo.

- Resiliencia: La resiliencia se entiende como la capacidad de adaptarse de manera adecuada y positiva frente a situaciones adversas, como traumas, pérdidas, amenazas o fuentes importantes de estrés, como problemas familiares o de relaciones personales, problemas serios de salud o situaciones estresantes del trabajo o financieras. Las personas resilientes tienden a exteriorizar sus emociones frente a situaciones difíciles, comunicando lo que sienten y piensan de manera adecuada, sin afectar negativamente a quienes las rodean. Esto les ayuda a liberar tensión acumulada y superar la situación crítica.

CAPÍTULO II. PLANEAMIENTO DEL PROBLEMA

2.1. Descripción de Problema

En la actualidad existen muchos adolescentes de las comunidades del Distrito de Mazan (Iquitos) manifiestan problemas psicológicos y sociales tales como el consumo de alcohol, integrar grupos de pandillaje, embarazos adolescentes y otras conductas de riesgo que influyen de manera negativa en su desempeño familiar, social y académico cuya causa se atribuye a una inadecuada funcionalidad familiar (Mercado, 2018), lo cual genera muchas veces situaciones de estrés. Como una forma de abordar esta situación los adolescentes de estas familias disfuncionales desarrollan una serie de estrategias para hacer frente a esta situación que son conocidos como estrategias de afrontamiento al estrés que son modos específicos de superar la disfuncionalidad familiar, la cual es considerada como una de las causas más relevantes de la problemática adolescente.

Diagnóstico: De acuerdo a lo observado en nuestra experiencia en la zona de Iquitos, se ha evidenciado la importancia de analizar los procesos de funcionalidad y disfuncionalidad familiar con el objetivo de promover la implementación de estrategias que contribuyan a regular las conductas reactivas en los adolescentes mencionados. Asimismo, se busca fortalecer su integridad personal y su capacidad productiva, fomentando el desarrollo de conductas positivas asociadas a este enfoque.

Pronóstico: Si no se implementan las medidas antes mencionadas en el corto o mediano plazo, la dificultad para afrontar situaciones de estrés prolongado derivadas de conflictos familiares puede aumentar, lo que a su vez podría intensificar conductas reactivas de carácter disruptivo. Estas conductas pueden llegar a sobrepasar los límites de las normas sociales establecidas y favorecer la aparición de desajustes en el ámbito social, familiar y académico que suelen acompañar este tipo de problemáticas.

Control: Hay que promover acciones que fortalezcan la cohesión familiar, para prevenir conductas disruptivas en adolescentes que crecen en condiciones de disfuncionalidad familiar.

2.2. Formulación del problema

2.2.1. Problema general

¿Qué relación existe entre la funcionalidad familiar y los estilos de afrontamiento al estrés en adolescentes de las comunidades del Distrito de Mazan 2025?

2.2.2. Problemas específicos

PE1. ¿Qué relación existe entre la funcionalidad familiar y los estilos de afrontamiento al estrés centrados en el problema en adolescentes de las comunidades del Distrito de Mazan 2025?

PE2. ¿Qué relación existe entre la funcionalidad familiar y los estilos de afrontamiento al estrés centrados en la emoción en adolescentes de las comunidades del Distrito de Mazan 2025?

2.3. Objetivos

2.3.1. Objetivo general

Determinar la relación que existe entre la funcionalidad familiar y los estilos de afrontamiento al estrés en adolescentes de las comunidades del Distrito de Mazan. 2025.

2.3.2. Objetivos específicos

OE1 Determinar la relación que existe entre la funcionalidad familiar y los estilos de afrontamiento al estrés centrados en el problema en adolescentes de las comunidades del Distrito de Mazan. 2025.

OE2. Determinar la relación que existe entre la funcionalidad familiar y los estilos de afrontamiento al estrés en la emoción en adolescentes de las comunidades del Distrito de Mazan. 2025.

2.4. Justificación de la investigación

Estudiar la relación entre la funcionalidad familiar y las estrategias de afrontamiento permitirá contar con información objetiva que pueda ser replicada en otras poblaciones que compartan los mismos rasgos o incluso como referencia para otros grupos sociales. Los resultados y recomendaciones favorecerán los procesos adaptativos de los adolescentes, brindarán conocimientos actualizados sobre los niveles de ambas variables lo cual ayudará a la comunidad científica (psicólogos y educadores) para que mediante nuevos estudios generen aportes que permitan lograr menores niveles de afrontamiento y, consecuentemente, mejorar las relaciones intrafamiliares.

Fundamento Teórico: El estudio desarrollado en el trabajo de campo, cuyos datos serán procesados a través de un análisis estadístico, permitirá comprobar de manera objetiva la hipótesis planteada, la cual indica que existe una relación significativa entre las estrategias de afrontamiento y la funcionalidad familiar.

Justificación Metodológica: El enfoque descriptivo correlacional para comprobar la posible relación entre la funcionalidad familiar y las estrategias de afrontamiento, es el procedimiento metodológicamente adecuado para comprobar la relación entre ambas variables.

Justificación Práctica: De comprobarse la relación entre la funcionalidad familiar y las estrategias de afrontamiento, las organizaciones educativas podrán asumir las respectivas medidas preventivas y de control orientadas a afrontar las negativas consecuencias generadas por la crisis de la adolescencia bajo la forma de frustración y agresividad, mediante la adopción de políticas y acciones orientadas al fortalecimiento de las

estrategias de afrontamiento y, por ende, de la funcionalidad familiar, todo lo cual incidirá muy positivamente en el tratamiento e inserción de las personas adolescentes y jóvenes en el medio social y laboral.

La presente investigación es viable por las siguientes razones:

- La investigación del problema es factible porque las dimensiones de la funcionalidad familiar y las estrategias para afrontarlo son elementos de gran relevancia en las actividades sociales y académicas de las entidades educativas.
- Posibilitará el conocimiento del estado actual de las características de la funcionalidad familiar y los métodos de afrontamiento en adolescentes y jóvenes.
- Porque, al conocer los resultados de la investigación, las entidades interesadas estarán en condiciones de adoptar las sugerencias propuestas para elevar el nivel de sus acciones académicas.
- Facilitará que se propongan sugerencias y recomendaciones adecuadas con el objetivo de optimizar las actividades académicas y escolares en nuestro entorno.
- El desarrollo del presente estudio es factible, ya que tanto la funcionalidad familiar como las estrategias de afrontamiento constituyen variables relevantes dentro de las dinámicas académicas y sociales en el entorno escolar.
- Permitirá describir y comprender la situación actual de la funcionalidad familiar y las estrategias de afrontamiento en adolescentes y jóvenes de la población estudiada.
- Los resultados obtenidos brindarán información útil a las instituciones involucradas, lo que les permitirá considerar las recomendaciones propuestas con el fin de fortalecer y mejorar la calidad de sus procesos académicos.
- El estudio facilitará la formulación de sugerencias y recomendaciones encaminadas a optimizar el desarrollo de las actividades escolares y académicas en el entorno local.

- Porque en esta ocasión se presentan las condiciones más favorables en términos de factibilidad, viabilidad, utilidad y conveniencia para llevar a cabo este estudio.
- Nos permite contar con los recursos económicos, materiales y humanos necesarios para llevar a cabo la investigación.
- Porque es posible realizar el estudio en el período de tiempo establecido y con la metodología necesaria.
- El (la) investigador(a) tiene un profundo conocimiento y dominio de los métodos que ha elegido.
- Debido a que no hay problemas de ética o moralidad para el avance de la investigación.
- Los hallazgos de esta investigación pueden ser utilizados como modelo y estímulo para replicar investigaciones semejantes en diferentes ubicaciones.
- Porque el (la) investigadora (o) muestra interés y motivación en investigar el problema, además de contar con las habilidades necesarias para realizar la investigación.

2.5. Hipótesis y variables

2.5.1. Hipótesis general

Existe relación directa y significativa entre la funcionalidad familiar y los estilos de afrontamiento al estrés en adolescentes de las comunidades del Distrito de Mazan 2025.

2.5.2. Hipótesis específicas

IE1 Existe relación directa y significativa entre la funcionalidad familiar y los estilos de afrontamiento al estrés centrados en el problema en adolescentes de las comunidades del Distrito de Mazan 2025.

IE1 Existe relación directa y significativa entre la funcionalidad familiar y los estilos de afrontamiento al estrés centrados en la emoción en adolescentes de las comunidades del Distrito de Mazan 2025.

2.6. Variables

2.6.1. Identificación de las variables

Variable 1 Estilos de afrontamiento al estrés

Variable 2 Funcionalidad familiar

2.6.2. Definición conceptual y operacional de las variables

a) Definición de estilos de afrontamiento

Definición conceptual de la variable estilos de afrontamiento

Carver et al. (1989) describen los estilos de afrontamiento del estrés como un conjunto de respuestas de tipo conductual, cognitivo y emocional que las personas emplean para manejar las situaciones estresantes, reducir la tensión y recuperar el equilibrio biopsicosocial.

Definición operacional de la variable estilos de afrontamiento

Esta variable se evalúa de manera operacional mediante la aplicación del Cuestionario de Afrontamiento COPE, elaborado por Carver et al. (1989) y adaptado en Lima por Polanco (2019). El instrumento está compuesto por 44 ítems y contempla las dimensiones de la variable de afrontamiento que se presentan en la siguiente tabla.

b) Definición de funcionalidad familiar

Definición conceptual de funcionalidad familiar

La funcionalidad familiar se entiende como el conjunto de vínculos afectivos que existen entre los miembros de una familia, los cuales permiten una interacción adecuada y flexible. Esta capacidad de adaptación posibilita que la familia ajuste su dinámica interna para enfrentar y responder a las dificultades o problemas que puedan presentarse en sus integrantes (Olson, 2000).

Definición operacional de funcionalidad familiar

Definición operacional: En relación con la funcionalidad familiar, esta variable fue cuantificada mediante la aplicación de la Escala de Evaluación

de Cohesión y Adaptabilidad Familiar FACES III de Olson (1985). La adaptación al contexto peruano fue realizada en 2016 por Juan Carlos Bazo Álvarez y colaboradores, en una muestra de 910 estudiantes de ambos sexos, con edades entre 11 y 18 años. El instrumento presenta dos versiones, una ideal y otra real, y cada una está compuesta por 20 ítems con formato de respuesta tipo Likert.

2.6.3. Operacionalización de las variables

Tabla 5. Operacionalización de variable de estilos de afrontamiento

Dimensión	Indicador	Enunciado (ítems)	Escala
Afrontamiento centrado en el problema.	- Generación de estrés	1, 2, 3, 4, 5,	• No suelo hacer esto en absoluto. • Suelo hacer esto un poco • Suelo hacer esto moderadamente • Suelo hacer esto mucho
	- Orientación de acción	14, 15, 16, 17,24, 37	
	- Manejo de conducta	18, 27, 28, 29,	
	- Control de eventos	30, 31, 40, 41,	
42, 43, 44			
Afrontamiento centrado en la emoción.	- Manejo de emociones	6, 7, 8, 9, 10, 11, 12, 13	
	- Provoca eventos estresantes	19, 20, 21, 22, 25, 26	
	- Reducción el impacto emocional	23, 32, 33, 34	
		35, 36, 38, 39.	

Tabla 2. Operacionalización de variable funcionalidad familiar

Dimensiones	Indicador	Ítems	Niveles	Escala
Cohesión familiar: Permite analizar el equilibrio existente entre la independencia personal y el grado de vinculación entre los miembros del sistema familiar. Se entiende como el lazo emocional que los une, el cual determina su capacidad para apoyarse mutuamente sin que ello implique una pérdida de individualidad.	Los niveles de cohesión oscilan entre: Desligada (D), Separada (S), Conectada (C) Aglutinada (A).	Cohesión: 1, 3, 5, 7, 9, 11, 13, 15, 17, 19.	funcionamiento familiar:	Ordinal
		Adaptabilidad: 2, 4, 6, 8, 10, 12, 14, 16, 18, 20.	Nivel Balanceada Nivel Medio Nivel Extrema	Nominal
Adaptabilidad familiar. Se trata de la	Los niveles de adaptabilidad dan lugar a los niveles:			

capacidad del sistema. matrimonial o familiar de reorganizar su estructura de poder. Esta habilidad es fundamental para enfrentar adecuada, tanto situaciones de emergencia como las mudanzas propias para el desarrollo y ciclo vital evolutivo de familia.	Rígida (R), Estructurada (E) Flexible (F), Caótica (C).			
--	--	--	--	--

CAPITULO III. ASPECTOS METODOLÓGICOS

3.1. Tipo y Diseños de investigación

Tipo de investigación

El tipo de investigación fue descriptiva – explicativa según Sánchez Carlessi (2005) ya que se describieron las variables (estilos de afrontamiento y funcionalidad familiar) y se explicó el nivel de relación entre ellas. El enfoque de la investigación fue cuantitativo, debido a que los cuestionarios aplicados generaron resultados expresados en puntajes numéricos, los cuales posteriormente fueron analizados mediante procedimientos estadísticos con el propósito de determinar el nivel de correlación entre las variables estudiadas. La investigación presentó un diseño de corte transversal; siguiendo a Ander-Egg (2001), este se caracteriza por recolectar información en un momento único y determinado para describir variables y analizar su incidencia en un tiempo dado.

Según Sánchez Carlessi (2005) la investigación se ubica dentro del enfoque correlacional. En la misma línea, Cazau (2006) afirma que el objetivo fundamental de este tipo de estudios es el de descubrir el grado de relación o dependencia que existe entre dos o más variables en una misma unidad de análisis. Bajo este enfoque, se pretende determinar si existe una asociación estadística, así como establecer su dirección (positiva o negativa) y la intensidad con la que se relacionan las variables en cuestión.

Es una investigación prospectiva porque en base a la información previamente recogida en forma longitudinal pues se proyectaron posibles desempeños futuros basados en la correlación y la regresión si se considera pertinente su aplicación concreta.

Diseño de Investigación.

El diseño de la investigación fue no experimental, según Sánchez Carlessi, ya que no se realizó manipulación alguna de las variables. Asimismo, el estudio se enmarcó en un enfoque cuantitativo (Glass, 1994), debido a que los instrumentos aplicados generaron datos numéricos que

posteriormente fueron sometidos a análisis estadístico. En ese sentido, los cuestionarios utilizados produjeron puntajes de carácter numérico, los cuales fueron procesados con la finalidad de determinar el grado de correlación entre las variables consideradas.

3.2. Población y Muestra

3.2.1 Población

La población de la investigación estuvo conformada por 300 adolescentes provenientes de las comunidades del Distrito de Mazan 2025. las comunidades dentro de la periferia de Mazan son: 28 de Julio, Arturo Ríos Arana y La Peruanidad.

3.2.2 Muestra y muestreo

Como el tamaño de nuestra población es relativamente pequeño y la aplicación de un muestreo probabilístico reduciría aún más su tamaño e, incluso, su ubicación física, decidió aplicar un “muestreo no probabilístico”, denominado también “muestreo por conveniencia”. Es decir, tomamos una parte verdaderamente accesible de la población y la usamos como muestra. Por tanto, la muestra de nuestra investigación estará conformada por 120 personas.

El tipo de muestreo asumido es, por tanto, un “muestreo no probabilístico, de tipo criterial u opinático”, en el cual es el investigador quien -de manera subjetiva- decide por sí y ante sí, el tamaño y características de la muestra del estudio.

3.2.3 Unidad de análisis

La unidad de análisis estará conformada por cada uno de los adolescentes provenientes de las comunidades del Distrito de Mazan 2025.

Criterios de inclusión y exclusión

El criterio de inclusión fue:

- Nacionalidad: Adolescentes de nacionalidad peruana.

- Edad y Sexo: Participantes de ambos sexos, cuyas edades se encuentran entre los 12 y 17 años, correspondientes a la etapa de la adolescencia.
- Residencia: Residentes de la periferia del distrito de Mazán durante el periodo 2025.
- Ética: Participantes que cuenten con el asentimiento informado y la firma del Consentimiento Informado por parte de sus padres o tutores legales.

El criterio de exclusión fue:

- Adolescentes que presenten alguna condición clínica o discapacidad cognitiva, la cual les impida comprender o completar los instrumentos de recolección de datos.
- Consentimientos incompletos o con datos ilegibles.
- Cuestionarios que presenten más del 10% de ítems sin responder (criterio de eliminación post-aplicación).

3.3. Técnicas e instrumentos

3.3.1. Técnicas

En este estudio se utilizó el método de recolección de datos conocido como "observación por encuesta". La encuesta es, de acuerdo con García Ferrando (1993), un método de investigación que consiste en la aplicación de procedimientos estandarizados para recopilar y examinar un conjunto de datos extraídos de una muestra representativa de una población o universo más grande, con la intención de explorar, describir, predecir y/o explicar varias características.

Además, Sierra Bravo (1994) indica que el procedimiento de investigación sociológica más importante y utilizado es la observación por encuesta, que consiste en recopilar información sociológica mediante interrogaciones a los integrantes de la sociedad.

3.3.2 Instrumentos

Los instrumentos que específicamente se utilizarán en la investigación fueron dos cuestionarios elaborados por sus autores expresamente para evaluar las variables consideradas en el estudio.

Estos instrumentos fueron respondidos por los adolescentes de la muestra. Ambos cuestionarios han sido aplicados en varias investigaciones anteriores realizadas en nuestro país y han sido sometidos a previos estudios de validez y confiabilidad. Antes de ser aplicados en la presente investigación, también fueron sometidos a estudios de validez aplicando el criterio de expertos y a estudios de confiabilidad utilizando la Prueba Alpha de Cronbach.

a) Cuestionario de estimación de afrontamiento.

El Cuestionario de Estimación del Afrontamiento (COPE), creado por Carver, Scheier y Weintraub en 1989 y modificado por Polanco en 2019, es un instrumento psicológico que tiene como objetivo analizar las estrategias de afrontamiento de los individuos. La finalidad principal de este cuestionario es la evaluación del afrontamiento, para poder determinar la manera en que las personas gestionan el estrés y los problemas. El COPE se puede utilizar de forma individual o colectiva y su aplicación dura entre 15 y 20 minutos.

El instrumento está compuesto por 44 ítems, los cuales se pueden responder mediante una escala tipo Likert que va del 1 al 4, en él las preguntas se organizan en dos dimensiones principales: estrategias centradas en la emoción y estrategias centradas en el problema. Así mismo, cada dimensión permite analizar los diferentes recursos que utilizan las personas para enfrentar situaciones estresantes. Así lo señala Polanco (2019), esta estructura del COPE facilita una mayor comprensión de las estrategias de afrontamiento, entregando información valiosa para la construcción de intervenciones psicológicas y programas de apoyo.

b) Escala de evaluación de Cohesión y Adaptabilidad familiar (FACES III)

La Escala de Evaluación de Cohesión y Adaptabilidad Familiar fue desarrollada por David H. Olson, Joyce Portner y Yoav Lavee en la Universidad de Minnesota en el año 1985. Esta herramienta se basa en el enfoque familiar sistémico y se centra en evaluar tres aspectos clave: la percepción real familiar, la percepción ideal familiar y la satisfacción familiar. David Olson FACES III (1985).

La escala se compone de dos sub escalas principales: la Escala de Cohesión y la Escala de Adaptabilidad, la cual se puede dar de manera individual o colectiva y está indicada a partir de los 12 años. Así mismo, el test está formado por 40 ítems y su administración dura aproximadamente 15 minutos.

Normas de aplicación: Cuando se entregan las hojas de respuestas, se leen las instrucciones: “A continuación encontrará una serie de afirmaciones sobre cómo son las familias, ninguna de estas frases es verdadera ni falsa, pues varía según cada familia”. Al final de la evaluación, se debe verificar que todos los ítems hayan sido respondidos.

3.4. Procedimientos de recolección de datos

Se llevaron a cabo los siguientes procedimientos para la recopilación de los datos:

- Se trabajó en coordinación con los encargados de la entidad educativa para la utilización y el acceso a las herramientas.
- Antes de su aplicación, los instrumentos fueron sometidos a una revisión previa con el fin de verificar su claridad, comprensión y adecuada funcionalidad.
- Se utilizaron las herramientas y se calificaron los cuestionarios que se dieron a los participantes.
- Para los análisis estadísticos del caso, las puntuaciones logradas se

introdujeron en el programa estadístico SPSS V 27.

- Se realizaron los procedimientos estadísticos pertinentes y se verificó si las hipótesis propuestas eran ciertas o no.
- Se llevaron a cabo los análisis de resultados, se establecieron las conclusiones correspondientes y se elaboraron las recomendaciones apropiadas.

3.5. Procesamiento de la Información

3.5.1. Estadística Descriptiva

La estadística descriptiva se ocupa de la recolección, organización, tabulación, presentación y reducción de la información.

Se establecieron las siguientes medidas de tendencia central:

- **Media Aritmética:** Representa el valor promedio obtenido mediante la sumatoria de todos los puntajes dividida entre el tamaño total de la muestra (n). Es el indicador principal de la magnitud de las respuestas.
- **Mediana:** Es el valor que divide la distribución de los datos en dos partes iguales, al ordenar los valores de menor a mayor o de mayor a menor, la mediana queda en el centro y tiene la propiedad de no verse influida mucho por los valores extremos.
- **Moda:** Es el valor o categoría que ocurre con mayor frecuencia absoluta en el conjunto de datos; cuando dos valores tienen la misma frecuencia más alta, se dice que la distribución es bimodal, pero si no se repite ningún valor, se dice que es una distribución amodal.

Se establecieron las siguientes medidas de dispersión:

- **Desviación Media:** Se define como el promedio de las diferencias absolutas entre cada valor del conjunto de datos y la media aritmética. Esta medida permite valorar la magnitud media de las desviaciones, sin considerar si son positivas o negativas.
- **Varianza (s^2):** Se define como la media aritmética de los cuadrados de las desviaciones de cada dato respecto a la media. Esta

medida es un indicador de la variabilidad de los datos, aunque su expresión se presenta en unidades elevadas al cuadrado.

- **Desviación típica (s):** Es la raíz cuadrada de la varianza y permite expresar la dispersión de los datos en las mismas unidades que la variable original. Un valor alto de desviación estándar significa que los datos son más heterogéneos y más dispersos, mientras que un valor bajo implica que los datos son más homogéneos y tienden a estar más concentrados alrededor de la media.
- **Coeficiente de Variación (CV):** Constituye la expresión de la relación porcentual que existe entre la desviación estándar y la media aritmética. Se puede apreciar que es una medida de dispersión relativa que permite la comparación de la variabilidad de diferentes datos o escalas de medida, lo que permite una mejor interpretación de la información disponible relacionada con la misma.
- **Rango, Mínimo y Máximo:** Es la diferencia entre el valor máximo y el valor mínimo obtenidos en la muestra, este indicador brinda una idea general de cuán amplia es la distribución en su totalidad; de tal modo que cuanto mayor sea el rango, mayor será la dispersión de los datos dentro de la escala de medición.

3.5.2. Estadística inferencial

La estadística inferencial se encarga de obtener conclusiones generales sobre una población a partir del análisis de una muestra, además de evaluar el nivel de confiabilidad o significancia de los resultados obtenidos. En este campo se incluyen, principalmente, las pruebas de estimación, ya sea puntual o mediante intervalos de confianza, así como las pruebas de hipótesis. Estas pueden ser de tipo paramétrico, como las pruebas de medias, diferencias de medias o proporciones, y también no paramétricas, entre las cuales destaca la prueba de chi-cuadrado.

Para analizar la relación entre las variables se pueden utilizar tanto métodos paramétricos, tal como la correlación producto-momento de

Pearson, como métodos no paramétricos, como la correlación de Spearman o la prueba de chi-cuadrada. Así mismo, se utilizará la prueba de Kolmogorov–Smirnov, cuando la muestra supere las 59 personas, o la prueba de Shapiro–Wilk cuando la muestra sea menor de 50 sujetos. El objetivo de estas pruebas, será determinar si los datos siguen o no una distribución normal.

3.5.3. Nivel de significación

El valor de “p” se utiliza para determinar si una asociación es estadísticamente significativa y, por convención, se ha establecido un nivel de significancia de 0.05. Esto implica que un nivel de confianza del 95% corresponde a un $p < 0.05$, mientras que un nivel de confianza del 99% equivale a un $p < 0.01$. Cuando se rechaza la hipótesis nula (H_0) y se acepta la hipótesis alternativa (H_1), se asume que existe una relación o diferencia estadísticamente significativa, lo que indica que es muy poco probable que el azar explique dicho resultado. Por el contrario, si el valor de p es mayor a 0.05, no se puede descartar la influencia del azar, por lo que no se rechaza la hipótesis nula, la cual sostiene que no existe asociación entre las variables. En el presente estudio, el nivel de significancia establecido es $\alpha = 0.05$ (95%).

Para poder valorar la validez de la asociación entre las variables, se utilizó el valor p como criterio de significancia estadística. El propósito de este indicador es estimar la probabilidad de que los resultados observados se hayan producido por azar bajo las siguientes condiciones:

- Nivel de Significancia (α): En las ciencias sociales, por consenso, se adopta un nivel de confianza del 95%, lo cual equivale a un nivel de significancia de $\alpha = 0.05$. Esto indica que se permite un 5% de probabilidad de error en el rechazo de la hipótesis nula, el cual es el margen convencionalmente aceptado en este tipo de análisis.
- Contraste de Hipótesis:

- Si $p < 0,05$: Existen suficientes pruebas estadísticas como para poder rechazar la hipótesis nula (H_0) y, así, aceptar la alternativa (H_a). En este caso se concluye que la correlación es estadísticamente significativa y que es muy improbable que dicha relación pueda ser explicada por azar.
- Si $p > 0,05$: No existen las pruebas estadísticas suficientes como para poder rechazar la hipótesis nula (H_0). Por lo que se asume que no se puede descartar el azar como la causa que lleva a los resultados, concluyendo que no hay asociación estadísticamente significativa entre las variables.
- Rigurosidad: Cabe mencionar que un nivel de confianza del 99% ($p < 0.01$) implicaría un grado de certeza mayor en los resultados; sin embargo, para los propósitos de este estudio se considera adecuado el estándar del 95%, ya que permite mantener un equilibrio apropiado entre la precisión de los hallazgos y la sensibilidad del análisis estadístico.

3.6.4 Análisis de los datos

Dado que el alcance de la investigación es correlacional, el contraste de las hipótesis se fundamentó en análisis estadísticos cuya naturaleza (paramétrica o no paramétrica) fue determinada por los resultados de la Prueba de normalidad de Kolmogorov-Smirnov. Los datos fueron organizados sistemáticamente en una matriz de contingencia, facilitando el análisis cruzado de las variables mediante una estructura de doble entrada.

Figura 10: Matriz de Ingreso de datos

	Afrontamiento (S₁)	Funcionalidad Familiar (S₂)
O ₁	R ₁	R ₂
.		
o		
o		
o		
o		
O ₁₂₀	R _{120/1}	R _{120/2}

Fuente: Elaboración propia

En donde O son las “unidades de análisis”, es decir, la muestra a los que se le aplicarán el cuestionario sobre Afrontamiento (S₁) y Funcionalidad Familiar (S₂). La letra “R” se refiere a los valores de correlación obtenidos entre ambas variables.

CAPÍTULO IV. RESULTADOS DEL ESTUDIO

4.1. Estadística Descriptiva

4.1.1. Distribución detallada de la muestra

Tabla 1

Distribución de la muestra por género

Sexo	fi	%
Masculino	65	54%
Femenino	55	46%
Total	120	100%

La anterior tabla presenta la distribución de una muestra de 120 personas en función del género. Los datos se distribuyen en dos categorías: Masculino y Femenino, con su correspondiente frecuencia absoluta (fi) y porcentaje (%). En lo que atañe al grupo masculino se aprecia que 65 personas de la muestra se identifican como masculinas, lo que representa el 54% del total. Esto indica que los varones constituyen la mayoría dentro de la población analizada, este porcentaje señala una ligera mayoría del sexo masculino, aunque no es excesivamente marcada. Por otro lado, 55 personas se identifican como del sexo femenino, lo que equivale al 46% del total. Aunque la cantidad de mujeres es levemente menor, su representación es significativa y cercana a la paridad con respecto al sexo masculino. Es decir, la total suma 120 personas, y los porcentajes suman el 100%, lo cual confirma que los datos están bien distribuidos.

En resumen, el instrumento de recogida de datos permitió conocer la composición de la muestra por género, que se caracteriza por ser relativamente equilibrada, aunque con ligero sedimento del sexo masculino. Esto contribuyó a aumentar la representatividad del estudio, dado que permitió construir una comparación más justa y disminuyó los posibles sesgos derivados de la variable sexo en la interpretación de los resultados.

Tabla 2

Distribución de la muestra por grupo etario

Edad	n	%
14 años	12	10%
15 años	32	27%
16 años	36	30%
17 años	35	29%
18 años	5	4%
Total	120	100%

La Tabla 2 presenta la distribución de los estudiantes según edad:

El análisis demográfico de los participantes revela una concentración significativa en el rango de la adolescencia media y tardía, distribuyéndose de la siguiente manera:

Distribución por edades: El segmento más representativo corresponde a los adolescentes de 16 años (30%), seguido muy de cerca por los de 17 años (29%) y 15 años (27%). En contraste, los extremos del rango etario muestran la menor participación: los menores de 14 años representan el 10% de la muestra, mientras que los de 18 años constituyen solo el 4%, indicando que la población de estudio se concentra mayoritariamente entre los 15 y 17 años.

En definitiva, la muestra una distribución por edades adecuada al nivel de estudios que ocupa la investigación. Igualmente, la composición por edades género muestra un predominio del grupo cuyas edades están entre 15 a 17 años lo que da pie a un análisis comparado justo y equitativo sin sesgos.

Tabla 3

Distribución de la muestra por grado de instrucción

Grado de instrucción	fi	%
Primaria	15	13%
Secundaria	61	51%
Secundaria Incompleta	29	24%
Carrera Técnicas	15	13%
Total	120	100%

La Tabla 3 refleja el grado de instrucción de los 120 participantes:

- En cuanto al nivel de instrucción de los participantes, se observa una predominancia de la secundaria completa, la cual representa al grupo mayoritario con 61 personas (51%). Por su parte, el 24% de la muestra (29 personas) declaró poseer secundaria incompleta, lo que evidencia un segmento significativo que interrumpió su formación básica.
- El primario completo totaliza el 13% y también en la formación técnica se llega al 13% (15 personas cada opción). Así podemos ver que, si bien la mayoría de las personas participantes ha terminado la escolaridad básica, sólo una pequeña parte ha accedido a una formación técnica, notándose así que existe una baja continuidad a niveles de especialización profesional.

Finalmente, la muestra presenta el siguiente aspecto: hay 120 personas (100%), donde la mayor parte está formada por aquellos que han culminado la educación secundaria (51%). A su vez, si se computan los que han terminado secundaria más quienes han podido continuar con estudios técnicos, llegamos a un 64% que ha finalizado el nivel primario. Esta correspondencia demuestra un avance educativo importante en la mayoría del grupo, pero indica que un 24% no llegó a terminar la educación media, un dato que pone de manifiesto la existencia de brechas en la continuidad educativa.

Tabla 4
Distribución de la muestra por zona de procedencia

Procedencia	fi	%
Iquitos	6	5%
San Juan bautista	4	3%
Belén	3	3%
Punchana	23	19%
Mazan	84	70%
Total	120	100%

La tabla muestra la procedencia por zonas de los 120 participantes:

- Iquitos: 6 personas (5%), representando una pequeña parte de la muestra.

- San Juan Bautista: 4 personas (3%).
- Belén: 3 personas (3%), siendo el grupo más reducido junto con San Juan Bautista.
- Punchana: 23 personas (19%), constituyendo el segundo grupo más representativo.
- Mazán: 84 personas (70%), que conforman la gran mayoría de los encuestados.

Por tanto, en total, la muestra se halla compuesta por 120 personas (100%), donde destaca que Mazán concentra al 70% de los participantes, lo que evidencia un fuerte peso de esta localidad en el estudio, mientras que las demás zonas (Iquitos, San Juan Bautista, Belén y Punchana) juntas representan solo el 30%.

4.1.2. Niveles de tendencia central y de dispersión

Tabla 5
Distribución de los niveles de tendencia central y medidas de dispersión

		Estadísticos					
		Funcionalidad Familiar Total	Funcionalidad Familiar Cohesión	Funcionalidad Familiar Adaptabilidad	Afrontamiento Total	Afrontamiento centrado en el problema	Afrontamiento centrado en la emoción
N	Válido	120	120	120	120	120	120
	Perdidos	0	0	0	0	0	0
Media		14,33	14,58	14,07	13,48	12,43	14,53
Mediana		15,00	15,00	15,00	14,50	12,00	17,00
Moda		16	15 ^a	15	18	9	17
Desv. Desviación		4,087	4,789	3,974	4,096	4,076	4,526
Varianza		16,704	22,934	15,794	16,779	16,617	20,487
Rango		18	20	18	15	15	16
Mínimo		5	5	5	5	5	5
Máximo		23	25	23	20	20	21
Suma		1719	1750	1688	1618	1492	1743

a. Existen múltiples modos. Se muestra el valor más pequeño.

Los datos correspondientes a tendencia central y de dispersión de la muestra mostraron los siguientes resultados:

La tabla presenta los estadísticos descriptivos de seis variables relacionadas con la funcionalidad familiar y las estrategias de afrontamiento

respectivamente, calculadas sobre la base de una muestra de 120 participantes, que no presentó datos perdidos.

En lo que respecta a la funcionalidad familiar, los resultados descriptivos muestran una gran similitud entre las dimensiones evaluadas. Así, la funcionalidad total presenta una media de ($x = 14,33$), mientras que la cohesión ($x = 14,58$) y la adaptabilidad ($x = 14,07$) mantienen valores promedio cercanos entre sí, ubicándose en un nivel intermedio. Asimismo, la coincidencia de las medianas ($x = 15$) y las modas ($x = 15$ y 16) refuerza la tendencia de los puntajes hacia un nivel de funcionamiento moderado.

Estos resultados coinciden con la propuesta del modelo circunflejo de Olson (Olson y Gorall, 2022), el cual sostiene que el funcionamiento familiar adecuado requiere al mismo tiempo de equilibrio en cohesión y en adaptabilidad. La cercanía de los valores obtenidos sugiere la opción de que las familias evaluadas se encuentran en una dinámica equilibrada, ubicándose así en un nivel de funcionamiento funcional o funcional moderadamente.

Igualmente, la mayor dispersión observada en cohesión (Varianza = 22,934) puede indicar diferencias marcadas entre familias en cuanto a los niveles de unión y cercanía emocional, lo que refuerza la visión sistémica de que las familias fluctúan entre rangos de mayor o menor flexibilidad (Gómez & Londoño, 2021).

En cuanto a las estrategias de manejo del estrés, se observa una diferencia clara en el uso de los mecanismos de regulación, con una media más alta del afrontamiento centrado en la emoción ($x = 14,53$) que del afrontamiento centrado en el problema ($x = 12,43$), lo que indica que los participantes tienden a regular más sus emociones que a resolver directamente las situaciones estresantes.

Este hallazgo concuerda con la propuesta de Lazarus y Folkman (1986), quienes hacen la distinción entre el afrontamiento dirigido a modificar la situación externa (problema) y el afrontamiento dirigido a regular la

respuesta emocional interna (emoción). Así mismo, aunque estudios recientes (Morales et al., 2023; Ramos & Paredes, 2022) alertan que el uso predominante de estos mecanismos podría limitar la capacidad de adaptación a largo plazo, bajo contextos de incertidumbre o presión social, las personas tienden a otorgar mayor valor al manejo emocional como forma de protección psicológica.

En términos integrativos, los datos señalan que, aunque las familias mantienen niveles moderados de funcionalidad, sus miembros tienden a responder al estrés a través de procesos reactivos emocionales. Esta dinámica pone de relieve la importancia de las intervenciones psicosociales sugeridas por Cano y García (2023), que resaltan la necesidad de pasar a un afrontamiento activo. Siendo así que fortalecer las competencias adaptativas del núcleo familiar no solo optimizaría la resolución de los conflictos, sino que también potenciaría la resiliencia y el bienestar integral del sistema.

4.1.3. Análisis descriptivo categorial de las variables y sus dimensiones

Para efectuar los análisis descriptivos de las variables efectuamos, en primer lugar, su respectiva baremación a fin de determinar la distribución interna de sus puntajes;

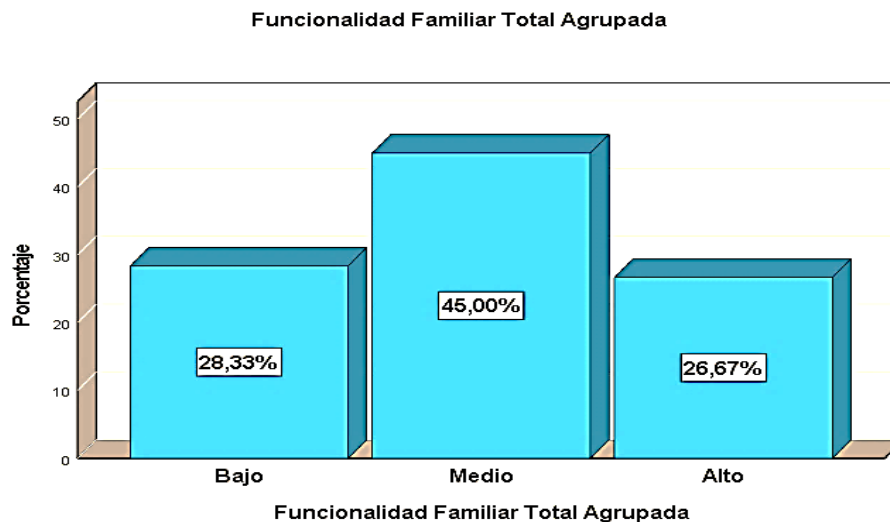
Tabla 6
Distribución estadística Baremación de los Puntajes

		Estadísticos					
		Funcionalidad Familiar Total	Funcionalidad Familiar Cohesión	Funcionalidad Familiar Adaptabilidad	Afrontamiento Total	Afrontamiento centrado en el problema	Afrontamiento centrado en la emoción
N	Válido	120	120	120	120	120	120
	Perdidos	0	0	0	0	0	0
Percentiles	25	12,00	11,00	11,00	10,00	9,00	10,00
	50	15,00	15,00	15,00	14,50	12,00	17,00
	75	16,00	18,00	17,00	17,00	17,00	18,00

Fuente: Elaboración propia

En base a estas puntuaciones procedemos a ubicar a las variables de la muestra de estudio en sus niveles de Bajo, Medio y Alto desempeño:

Gráfico 1
Desempeño en la variable Funcionalidad Familiar Total Agrupada



Fuente: Elaboración propia

El gráfico 1 muestra la distribución porcentual encontrada referente a la **funcionalidad familiar total agrupada** en tres niveles: bajo, medio y alto.

En cuanto a los niveles de funcionalidad, se identifica una predominancia de la categoría media, la cual agrupa al 45% de los sistemas familiares evaluados. No obstante, destaca un 28,33% que se sitúa en un nivel bajo, evidenciando limitaciones críticas en dimensiones de cohesión y adaptabilidad que podrían comprometer la estabilidad del sistema. En contraparte, un 26,67% de la muestra exhibe una alta funcionalidad, lo que denota la presencia de recursos relacionales y comunicativos robustos para la gestión de crisis y el mantenimiento de vínculos saludables

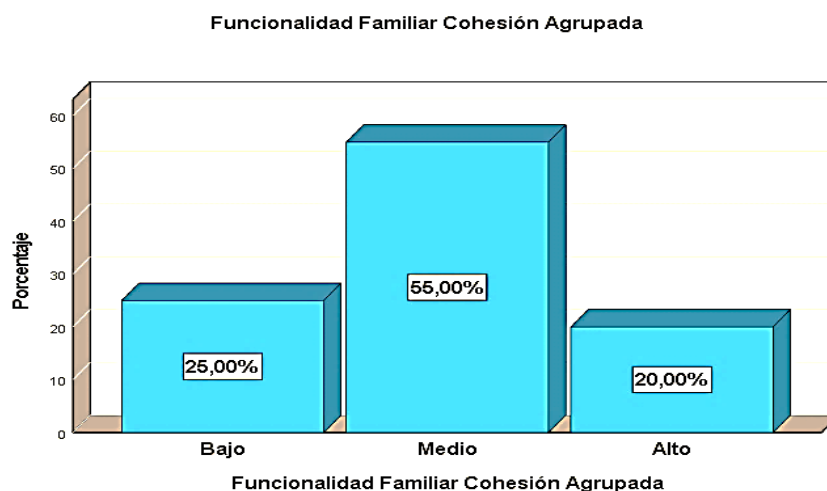
Este patrón de respuestas sugiere que la mayoría de las familias presentan una funcionalidad intermedia, pero con un equilibrio inestable que puede oscilar entre recursos adecuados y carencias que dificulten el afrontamiento de situaciones críticas. Desde la perspectiva del **Modelo Circumplejo de Olson** (Olson & Gorall, 2022), estas cifras reflejan que una

proporción considerable de las familias requiere fortalecimiento en cohesión y flexibilidad para optimizar su funcionamiento.

Conforme a lo expuesto por Gómez y Londoño (2021), los contextos con funcionalidad media son considerados un grupo vulnerable, en la medida en que no siempre han conseguido ejecutar estrategias adaptativas frente a las tensiones familiares con el consecuente perjuicio de su bienestar emocional. Los resultados, pues, ponen de relieve la necesidad de programar intervenciones para reforzar las dinámicas familiares con mayor cohesión y capacidad de adaptación.

Gráfico 2

Desempeño en la variable Funcionalidad Familiar Cohesión Agrupada



Fuente: Elaboración propia

El gráfico de barras 2 presenta la distribución porcentual de la “Funcionalidad Familiar” evaluada mediante la dimensión de “Cohesión Agrupada”. La cohesión familiar hace referencia al nivel de unión emocional y al vínculo existente entre los integrantes de una familia. La muestra estudiada fue clasificada en tres niveles: bajo, medio y alto. El análisis de la cohesión familiar evidencia una tendencia predominante hacia niveles intermedios de vinculación afectiva, distribuyéndose de la siguiente forma:

- Predominancia del Nivel Medio: La mayor parte de la muestra (55,00%) se ubica en un nivel de cohesión moderado. Este resultado sugiere que más de la mitad de los participantes percibe un balance adecuado entre la independencia personal y el vínculo emocional, propio de familias que presentan relaciones funcionales.
- Segmento en Nivel Bajo: Segmento en Nivel Bajo: El 25,00 % de los evaluados tiene una baja cohesión, que da cuenta de contextos familiares marcados por cierta o una escasa conexión emocional, lo cual puede dar lugar sentimientos de aislamiento y de poco apoyo afectivo entre sus integrantes.

- **Segmento en Nivel Alto:** El grupo más reducido (20,00%) corresponde al nivel de cohesión alto. Estos participantes perciben un grado intenso de unión y compromiso emocional; no obstante, en términos clínicos, es fundamental observar si esta cercanía favorece el apoyo o si tiende hacia la sobreprotección o amalgama.

Se observa:

- **Predominancia de la Funcionalidad Equilibrada:** Según el Modelo Circunflejo de Olson, el hecho de que los resultados muestren que la mayor parte de la población se ubica en un nivel moderado de cohesión, puede indicar que existe un funcionamiento sistémico adecuado, el cual permite que haya un equilibrio entre la cercanía emocional y la autonomía personal. Esta configuración apunta a que muchos de los participantes vienen de familias en que se puede recibir apoyo afectivo sin que se restrinja la individualidad de los miembros.

Presencia de Configuraciones Extremas: Aunque los niveles medios son los que más se dan, se ve que un 45% de la muestra está en los polos de la distribución, lo que quiere decir que hay distintas dificultades en el ámbito relacional:

- **Sistemas Desligados (Cohesión Baja):** Tienen un elevado nivel de individualismo y una limitada reciprocidad en el apoyo mutuo, lo que puede aumentar la probabilidad de que sus miembros pasen por experiencias de aislamiento emocional.

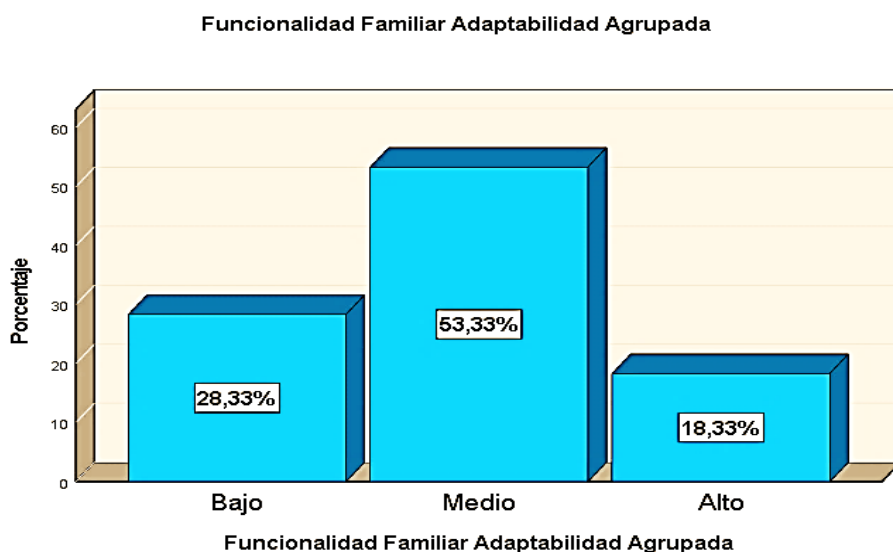
- **Sistemas Amalgamados o Aglutinados (Cohesión Alta):** Definidos por una cercanía desmedida que puede obstaculizar el desarrollo de la independencia y la diferenciación personal, factores críticos durante la adolescencia.

Perfil de Riesgo y Vulnerabilidad Relacional: La muestra viene a evidenciar la tendencia a la funcionalidad, tal como sugiere la escasa proporción de casos extremos, pero la presencia, también importante, de casos extremos pone de relieve la existencia de focos de vulnerabilidad: estos sistemas pueden arriesgar la presencia de dificultades en la

adaptación debido a un posible distanciamiento emocional que impida, por ejemplo, comprender la situación que está ocurriendo (dificultando el poder pedir apoyo en una situación de crisis), o, por otra parte, debido a una dependencia excesiva que impida resolver los problemas y afrontar el estrés.

Finalmente, el diagrama de barras encontrado muestra que la mayor parte de las familias estudiadas ofrecen un nivel funcional de equilibrio en su cohesión. Sin embargo, no se deben pasar por alto a las minorías significativas (25% en nivel bajo y 20% en nivel alto) que podrían beneficiarse de intervenciones para modular sus niveles de cercanía y promover una dinámica familiar más saludable.

Gráfico 4.
Desempeño en la variable Funcionalidad Familiar Adaptabilidad Agrupada



Fuente: Elaboración propia

El gráfico 4 presenta la distribución porcentual de la “Funcionalidad Familiar” desde la perspectiva de la “Adaptabilidad Agrupada”. La adaptabilidad familiar es la capacidad que tiene un sistema familiar para cambiar su estructura de poder, sus roles y sus reglas en respuesta a situaciones de estrés, ya sean evolutivas (como el nacimiento de un hijo) o circunstanciales (como una crisis económica).

A continuación, se detalla el análisis de los datos:

1. Descripción de los Datos

- Nivel Medio: La categoría con el mayor porcentaje es la de adaptabilidad Media, que agrupa al 53,33% de la muestra. Esto indica que un poco más de la mitad de las familias estudiadas tienen una capacidad moderada y flexible para ajustarse a los cambios.
- Nivel Bajo: El 28,33% de la muestra presenta un nivel bajo de adaptabilidad, predominando la sensación de que su familia tiene dificultades para acomodar sus normas y roles y que tiene una estructura más rígida.
- Nivel Alto: Con el menor porcentaje (18,33%) se encuentra el nivel alto de adaptabilidad, en el que el grupo percibe que su familia frecuentemente cambia su forma de organización, pudiendo relacionarse con una sensación de menor estructura o consistencia en el funcionamiento familiar.

Se aprecia lo siguiente:

1. Predominio de la Flexibilidad Moderada: Al igual que en el gráfico de cohesión, la mayoría de la población estudiada se sitúa en un rango medio. En modelos como el de Olson, un nivel de adaptabilidad medio (flexible a estructurado) se considera óptimo para el buen funcionamiento familiar, ya que permite la estabilidad y, al mismo tiempo, la capacidad de respuesta ante nuevas situaciones.
2. Análisis de los extremos: Los niveles extremos (Bajo y Alto) en su conjunto alcanzan un 46,66%, lo que representa una proporción importante dentro de la muestra.
 - Una baja capacidad de adaptación se relaciona con familias “rígidas” que tienden a enfrentar problemas para enfrentar situaciones cambiantes, dado que rehúsan modificaciones a sus estructuras; esto puede generar tensiones dentro de la dinámica familiar

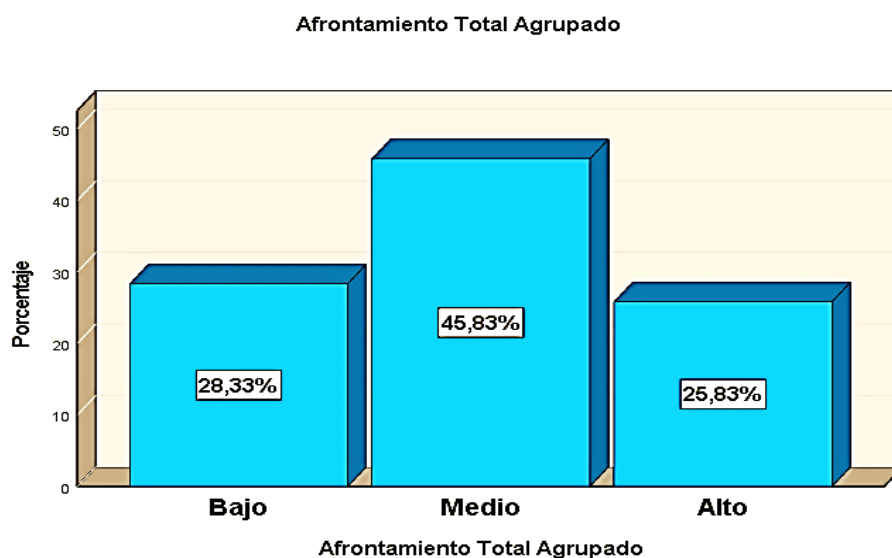
- Por otro lado, un nivel alto de adaptabilidad se relaciona con familias “caóticas”, donde la escasa claridad en el liderazgo, la inconsistencia en las normas y los cambios constantes pueden provocar sensación de inestabilidad, inseguridad y falta de dirección en sus miembros.

3. Comparación con el Gráfico de Cohesión: Al comparar ambos gráficos, se aprecia un patrón bastante similar en la distribución: la mayor parte de la muestra se concentra en el nivel medio, seguida del nivel bajo y, por último, el nivel alto. Este comportamiento podría indicar que, en esta población, las familias con niveles intermedios de cohesión también presentan niveles similares de adaptabilidad, lo cual suele interpretarse como un funcionamiento familiar relativamente equilibrado según distintos enfoques teóricos.

Resumiendo, El gráfico refleja que la mayor parte de las familias estudiadas poseen una capacidad de adaptación funcional y relativamente equilibrada. También se observa un grupo importante (casi un 50%) en los polos de rigidez o caos, lo que podría estar señalando la existencia de dinámicas familiares menos funcionales, con posibles problemas para manejar bien el estrés y los cambios.

Gráfico 5

Desempeño en la variable Afrontamiento Total Agrupado



Fuente: Elaboración propia

Este gráfico 5 presenta la distribución porcentual del “**Afrontamiento Total Agrupado**”. El afrontamiento se refiere a las estrategias y esfuerzos, tanto cognitivos como conductuales, que una persona utiliza para manejar situaciones estresantes. La muestra se ha clasificado en tres niveles según la efectividad o el uso de estas estrategias: Bajo, Medio y Alto. A continuación, el análisis detallado:

- **Nivel Medio:** La categoría más numerosa, con un **45,83%**, corresponde al nivel de afrontamiento **Medio**. Esto sugiere que casi la mitad de los individuos de la muestra emplea un repertorio moderado y funcional de estrategias para lidiar con el estrés.
- **Nivel Bajo:** El 28,33% de la muestra se sitúa en un nivel bajo de afrontamiento, lo que indica que este grupo probablemente utiliza un repertorio reducido de estrategias o emplea formas menos eficaces de afrontar los problemas.
- **Nivel Alto:** Por último, el 25,83% de los participantes alcanza el nivel alto, lo que refleja la posesión de un amplio y diverso repertorio de estrategias de afrontamiento ante situaciones difíciles.

De lo anterior se desprende lo siguiente:

1. **Predominio del Afrontamiento Moderado:** La principal conclusión del estudio es que la mayoría de las personas no se encuentran extremadamente en los polos, sino que permanecen en un punto medio de manejo, lo que sugiere que tienen una capacidad generalmente adecuada para gestionar las demandas cotidianas de la vida.
2. **Comparación de los Extremos:** Es interesante notar que hay una proporción ligeramente mayor de personas en el nivel “Bajo” (28,33%) que en el “Alto” (25,83%). Esto podría señalar que existe un subgrupo más grande que podría estar en vulnerabilidad o que se beneficiaría de desarrollar mejores habilidades para manejar el estrés.

Al observar este gráfico, se puede identificar un patrón muy consistente y revelador:

- **Cohesión Familiar:** Con un Nivel Medio = 55,00%

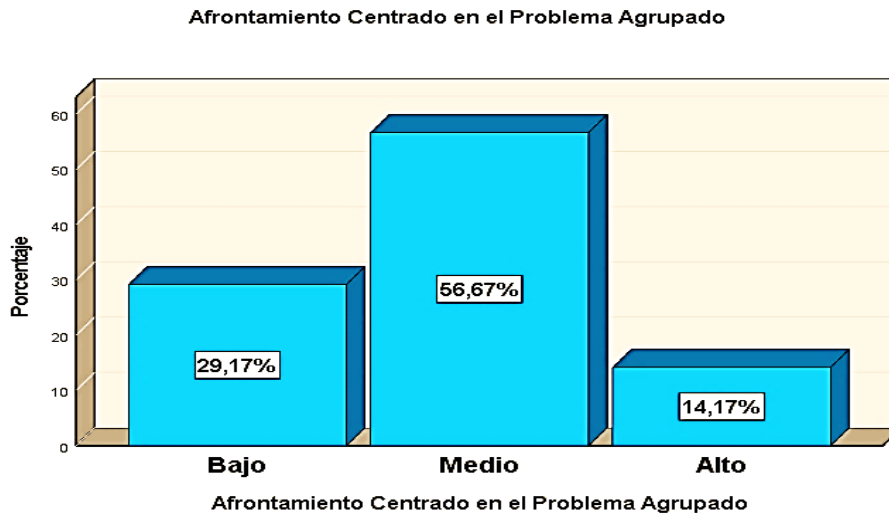
- **Adaptabilidad Familiar:** Con un Nivel Medio = 53,33%
- **Afrontamiento Total:** Con un Nivel Medio = 45,83%

En el caso de las tres variables (cohesión, adaptabilidad y afrontamiento), la categoría “**media**” **es la que predomina de manera clara**, por lo que esta tendencia podría sugerir una posible **relación positiva entre la funcionalidad familiar y las estrategias de afrontamiento**.

Las personas que perciben a sus familias con un equilibrio adecuado (niveles medios de cohesión y adaptabilidad) probablemente también tienden a desarrollar un estilo de afrontamiento más funcional y moderado. Por lo general, un ambiente familiar, ni rígido ni caótico, ni sobreprotector ni excesivamente distante, favorece la adquisición de formas más adecuadas de manejo del estrés.

Resumiendo, debe señalarse que la capacidad de afrontamiento de la muestra tiende a ser moderada, lo cual es un indicador positivo. La similitud en la distribución de las tres gráficas refuerza la teoría de que **un sistema familiar funcional promueve el desarrollo de recursos psicológicos individuales saludables**, como lo son las estrategias de afrontamiento.

Gráfico 6
Desempeño en la variable Afrontamiento Centrado en el Problema Agrupado



Fuente: Elaboración propia

El gráfico presentado en la parte superior (Gráfico 6) muestra la distribución de los niveles de **afrontamiento centrado en el problema** en una población evaluada. Se observa que el **56,67%** de los participantes se ubican en un nivel **medio**, lo que indica que más de la mitad utiliza estrategias de afrontamiento moderadas frente a las dificultades. Por otro lado, el **29,17%** presenta un afrontamiento **bajo**, lo que refleja una menor utilización de este tipo de estrategias, y únicamente el **14,17%** alcanza un nivel **alto**, evidenciando un uso más sólido y consistente de mecanismos centrados en la resolución de problemas.

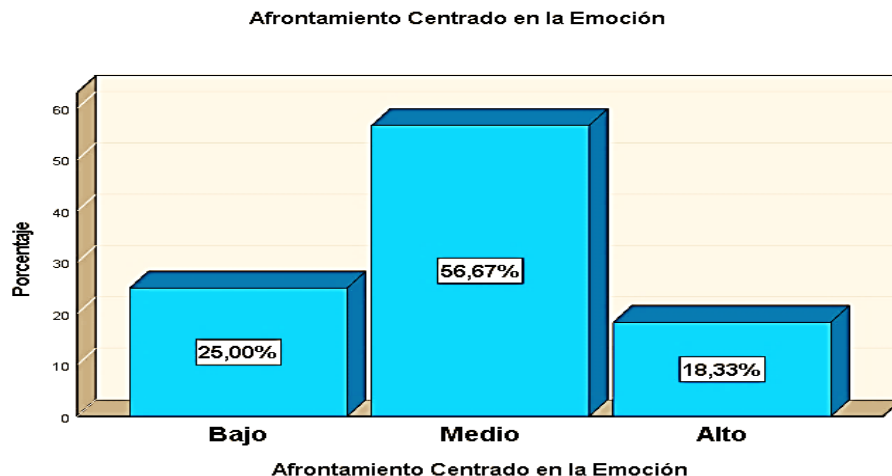
Desde una perspectiva teórica, estos resultados coinciden con lo planteado por **Lazarus y Folkman (1984, 1986)**, quienes indican que el afrontamiento centrado en el problema constituye una estrategia activa orientada a modificar la situación estresante y que su uso depende, en gran medida, de la percepción de control que tiene la persona.

Asimismo, el predominio del nivel medio sugiere que, aunque la mayoría de participantes cuenta con recursos de afrontamiento, todavía existe un grupo importante que necesita fortalecer estas habilidades, tal como lo

señalan **Cassaretto y Pérez (2016)** en la adaptación del cuestionario COPE en universitarios peruanos.

Gráfico 7

Desempeño en la variable Afrontamiento Centrado en la Emoción Agrupado



Fuente: Elaboración propia

El gráfico muestra la distribución de los niveles de **afrontamiento centrado en la emoción** en la población evaluada. La mayoría de los participantes (**56,67%**) se ubican en un **nivel medio**, lo que indica que utilizan estas estrategias de manera moderada para manejar el impacto emocional de las situaciones estresantes. Un **25%** presenta un **nivel bajo**, reflejando una menor utilización de este tipo de afrontamiento, mientras que el **18,33%** alcanza un **nivel alto**, lo que sugiere un manejo emocional más activo frente a las dificultades.

Los resultados obtenidos pueden ser explicados desde el modelo de Lazarus y Folkman (1984, 1986), que afirman que para el afrontamiento centrado en la emoción hay una propensión a la regulación de las respuestas emocionales ante el estrés; el nivel predominantemente medio, por otra parte, se alinea con recientes aportes como el de Cano y García (2023) que apuntan que este tipo de estrategias crea un patrón habitual

ante la percepción de un escaso control de las circunstancias. El hecho de que exista un grupo de participantes con un nivel alto parece demostrar que una parte del grupo tiene una fuerte tendencia a implementar la regulación emocional como preocupación ante este tipo de tensiones, algo que también han indicado Ramos y Paredes (2022) en contextos de alta exigencia.

4.2. Estadística Inferencial

4.2.1. Prueba de Normalidad de Kolmogorov Smirnov

Para determinar el tipo de correlación a utilizar (paramétrica o no paramétrica), se aplicó la prueba de Kolmogorov–Smirnov, con la finalidad de evaluar la normalidad de la distribución de los datos.

En este sentido, se formularon las siguientes hipótesis:

H1: La distribución de la variable en estudio difiere de una distribución normal.

H0: La distribución de la variable en estudio no difiere de una distribución normal.

El nivel de significancia establecido fue $\alpha = 0.05$.

Para establecer la normalidad de la distribución encontrada se utilizó la Prueba de Kolmogorov – Smirnov, porque la muestra del estudio superaba las 50 personas. Ver Tabla 7.

Tabla 7
Prueba de Kolmogorov-Smirnov para una muestra

Prueba de Kolmogorov-Smirnov para una muestra			Funcionalidad Familiar Total	Funcionalidad Familiar Cohesión	Funcionalidad Familiar Adaptabilidad	Afrontamiento Total	Afrontamiento centrado en el problema	Afrontamiento centrado en la emoción
N			120	120	120	120	120	120
Parámetros normales ^{a,b}	Media		14,33	14,58	14,07	13,48	12,43	14,53
	Desv. Desviación		4,087	4,789	3,974	4,096	4,076	4,526
Máximas diferencias extremas	Absoluta		,120	,093	,118	,115	,119	,233
	Positivo		,087	,067	,065	,091	,112	,106
	Negativo		-,120	-,093	-,118	-,115	-,119	-,233
Estadístico de prueba			,120	,093	,118	,115	,119	,233
Sig. asin. (bilateral) ^c			<,001	,012	<,001	<,001	<,001	<,001
Sig. Monte Carlo (bilateral) ^d	Sig.		<,001	,013	<,001	<,001	<,001	,000
	Intervalo de confianza al 99%	Límite inferior	,000	,010	,000	,000	,000	,000
		Límite superior	,001	,016	,001	,001	,001	,000

Fuente: Elaboración propia

El valor de p obtenido corresponde a la significación asintótica bilateral, el cual en todos los casos fue menor a 0.05 (ver Tabla del Estadístico de Prueba).

Habiendo verificado que el p para todas las variables consideradas resulta inferior a 0.05, se rechazó la hipótesis nula que postulaba que la distribución de las variables no difiere de una distribución normal. En tal caso, se concluye que la distribución de los puntajes no es normal, resultando de tal modo que corresponde usar estadística no paramétrica para el análisis que llevaremos a cabo. En consecuencia, se debe aplicarse la Correlación de Spearman o la Razón Chi Cuadrado para Tablas de Contingencia que se aplican específicamente cuando las variables no presentan una distribución normal.

4.2.2. Comprobación de la Hipótesis General

Esta Hipótesis planteaba que existe relación directa y significativa entre la funcionalidad familiar total y los estilos de afrontamiento al estrés en adolescentes de las comunidades del Distrito de Mazan. 2025.

Para facilitar la comprensión de la correlación aplicaremos la Razón Chi Cuadrado para Tablas de Contingencia 2 x 2.

Tabla 8

Tabla cruzada Afrontamiento Total Agrupado*Funcionalidad Familiar Total Agrupada						
			Funcionalidad Familiar Total Agrupada			Total
			Bajo	Medio	Alto	
Afrontamiento Total Agrupado	Bajo	Recuento	31	3	0	34
		% del total	25,8%	2,5%	0,0%	28,3%
	Medio	Recuento	3	44	8	55
		% del total	2,5%	36,7%	6,7%	45,8%
	Alto	Recuento	0	7	24	31
		% del total	0,0%	5,8%	20,0%	25,8%
Total	Recuento		34	54	32	120
	% del total		28,3%	45,0%	26,7%	100,0%

La **tabla cruzada** evidencia una relación importante entre la **funcionalidad familiar** y el **afrontamiento total**. Los participantes con **afrontamiento bajo** se concentran principalmente en familias con **baja funcionalidad (25,8%)**, mientras que el **afrontamiento alto** se asocia a

familias con **alta funcionalidad (20%)**. Estos hallazgos coinciden con el modelo **circumplejo de Olson (2000)**, que destaca la cohesión y adaptabilidad como factores que fortalecen la capacidad de enfrentar situaciones adversas. En la misma línea, investigaciones recientes sostienen que la funcionalidad familiar actúa como un **factor protector** ante el estrés, promoviendo el uso de estrategias de afrontamiento más adaptativas (**Gómez & Londoño, 2021; Ramos & Paredes, 2022**).

Análisis de la Relación entre Funcionalidad Familiar y Estrategias de Afrontamiento. El análisis de la tabla cruzada revela una asociación directa y proporcional entre la dinámica familiar y la capacidad de respuesta ante el estrés. Los hallazgos se detallan a continuación:

- **Disfuncionalidad y vulnerabilidad:** Se nota que el 25,8% de los participantes con un nivel bajo de afrontamiento provienen de familias con funcionalidad baja. Esta concentración indica que la falta de recursos sistémicos (adaptabilidad y cohesión) restringe el progreso de instrumentos individuales para manejar situaciones adversas.
- **Robustez sistémica:** Por otro lado, un nivel alto de afrontamiento se relaciona principalmente con familias que tienen un funcionamiento adecuado (20%), lo que indica que un entorno familiar equilibrado puede ayudar a los adolescentes a desarrollar habilidades para resolver problemas.

Sustento teórico y empírico: Estos resultados muestran una coherencia importante con el **Modelo Circumplejo de Olson (2000)**, el cual plantea que la cohesión y la adaptabilidad constituyen elementos centrales que brindan al individuo la estabilidad emocional necesaria para afrontar situaciones difíciles. Asimismo, coinciden con lo señalado por **Gómez y Londoño (2021)** y **Ramos y Paredes (2022)**, quienes afirman que la funcionalidad familiar es un factor protector clave, en el que este tipo de entornos no solo ayuda a reducir el impacto del estrés, sino que también contribuye al fortalecimiento de la salud mental del adolescente en contextos de

exigencia promoviendo el desarrollo de estrategias de afrontamiento más adaptativas.

El conjunto de datos sugiere que, si bien la mayoría de participantes cuentan con recursos de afrontamiento por un nivel moderado, por medio de la funcionalidad familiar se podría beneficiar el desarrollo de estrategias más adaptativas, fundamentalmente del tipo resolución de problemas. El antes citado se encuentra relacionado con lo indicado por Cano y García (2023), quienes apuntan que la resiliencia y el afrontamiento adaptativo ocurren en sistemas familiares con apoyo emocional y estabilidad.

Tabla 9
Prueba de Chi Cuadrado

Pruebas de chi-cuadrado			
	Valor	gl	Significación asintótica (bilateral)
Chi-cuadrado de Pearson	136,699 ^a	4	<,001
Razón de verosimilitud	135,241	4	<,001
Asociación lineal por lineal	83,897	1	<,001
N de casos válidos	120		

a. 0 casillas (0,0%) han esperado un recuento menor que 5. El recuento mínimo esperado es 8,27.

La tabla 9 muestra los resultados de una prueba de chi-cuadrado (χ^2), una prueba estadística utilizada para determinar si existe una asociación significativa entre dos variables categóricas. El análisis se realizó con la muestra utilizada que era de **120 casos válidos**.

A continuación, se detalla la interpretación de cada elemento:

1. **Chi-cuadrado de Pearson:**

- **Valor:** 136,699. Es el valor del estadístico χ^2 obtenido a partir de los datos.
- **gl (Grados de Libertad):** 4. Los grados de libertad son las categorías independientes en la prueba.
- **Significación asintótica (bilateral):** A lo que se debe que tenemos: <,001. Este es el denominado valor p (p-value). Un valor p inferior

a 0,05 (nivel habitual de significancia) es sinónimo de que la posibilidad de que la asociación observada tenga lugar por azar es muy baja. En este contexto ya es de $< 0,001$, por lo que evidenciaría que la evidencia encontrada es de una notable significancia.

Conclusión: La hipótesis nula (que no existe una relación entre las variables) es desestimada. Por ende, entre las variables analizadas hay una correlación estadísticamente muy relevante. En síntesis, la tabla ofrece un contundente respaldo estadístico que permite sostener que existe una correlación significativa y sólida entre las dos variables examinadas en el grupo de 120 individuos. La realización de los supuestos de la prueba chi-cuadrado respalda la validez de esta conclusión. Asimismo, la significación en la "Asociación lineal por lineal" indica que existe una tendencia direccional en el vínculo entre las variables, que probablemente sean ordinales.

4.2.3. Comprobación de la Hipótesis Específica 1

Esta Hipótesis planteaba que existe relación directa y significativa entre la funcionalidad familiar y los estilos de afrontamiento al estrés centrados en el problema.

En primer lugar, se muestran los estadísticos descriptivos de las variables, para la hipótesis general. Estos valores se pueden apreciar en el siguiente gráfico:

Tabla 10
Estadísticos descriptivos de las variables, para la hipótesis específica 1

	Media	Desviación estándar	N
Funcionalidad Familiar Total	14,33	4,087	120
Afrontamiento centrado en el problema	12,43	4,076	120

Fuente: Elaboración propia.

A continuación, se solicitó al programa SPSS, la Correlación de Spearman, lo cual se aprecia en la tabla que se presenta a continuación:

Tabla 11
Correlaciones entre las variables, para la hipótesis específica 1

Correlaciones			Funcionalidad Familiar Total	Afrontamiento centrado en el problema
Rho de Spearman	Funcionalidad Familiar Total	Coefficiente de correlación	1,000	,842**
		Sig. (bilateral)		<,001
		N	120	120
	Afrontamiento centrado en el problema	Coefficiente de correlación	,842**	1,000
		Sig. (bilateral)	<,001	
		N	120	120

** La correlación es significativa en el nivel 0,01 (bilateral).

Fuente: Elaboración propia.

Interpretación

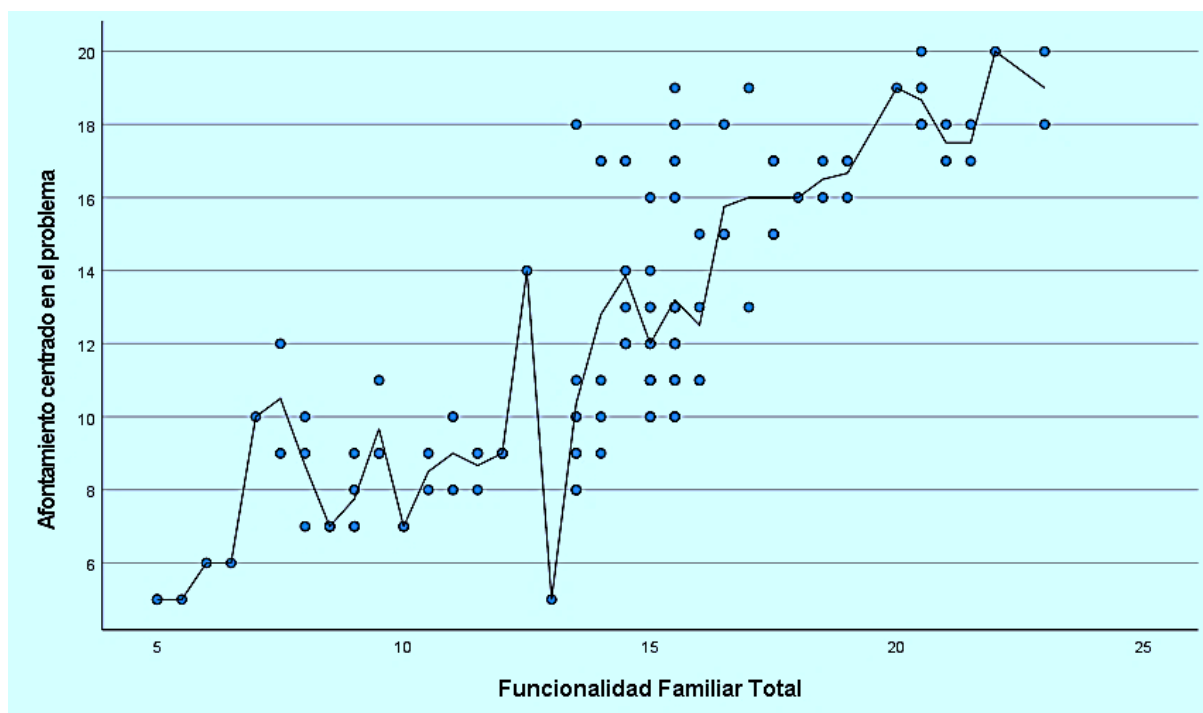
Se encontró una correlación de 0.84, comprobándose que existía una correlación directa y significativa entre ambos factores.

Conclusión

Se estableció que, a medida que aumenta la funcionalidad familiar mejoran los niveles de afrontamiento centrado en el problema en la muestra considerada, Por tanto, se consideró comprobada la Hipótesis Específica 1.

Esta relación puede apreciarse en el siguiente gráfico:

Gráfico10
Relación entre la funcionalidad familiar y el afrontamiento centrado en el problema



Fuente: Elaboración propia.

En este gráfico se observa que al aumentar la funcionalidad familiar mejora la capacidad para afrontar el estrés.

4.2.4. Comprobación de la Hipótesis Específica 2

Esta Hipótesis planteaba que existe relación directa y significativa entre la funcionalidad familiar y los estilos de afrontamiento al estrés centrados en la emoción. En primer lugar, se muestran los estadísticos descriptivos de las variables, para la hipótesis específica 2. Estos valores se pueden apreciar en el siguiente gráfico:

Tabla 12
Estadísticos descriptivos de las variables, para la hipótesis específica 2

Estadísticos descriptivos			
	Media	Desviación estándar	N
Funcionalidad Familiar Total	14,33	4,087	120
Afrontamiento centrado en la emoción	14,53	4,526	120

Fuente: Elaboración propia.

A continuación, se solicitó al programa SPSS, la Correlación de Spearman, lo cual se aprecia en la tabla que se presenta a continuación:

Tabla 13
Correlaciones entre las variables, para la hipótesis específica 2

Correlaciones			Funcionalidad Familiar Total	Afrontamiento centrado en la emoción
Rho de Spearman	Funcionalidad Familiar Total	Coefficiente de correlación	1,000	,829 ^{**}
		Sig. (bilateral)	.	<,001
		N	120	120
	Afrontamiento centrado en la emoción	Coefficiente de correlación	,829 ^{**}	1,000
		Sig. (bilateral)	<,001	.
		N	120	120

^{**}. La correlación es significativa en el nivel 0,01 (bilateral).

Fuente: *Elaboración propia.*

Interpretación

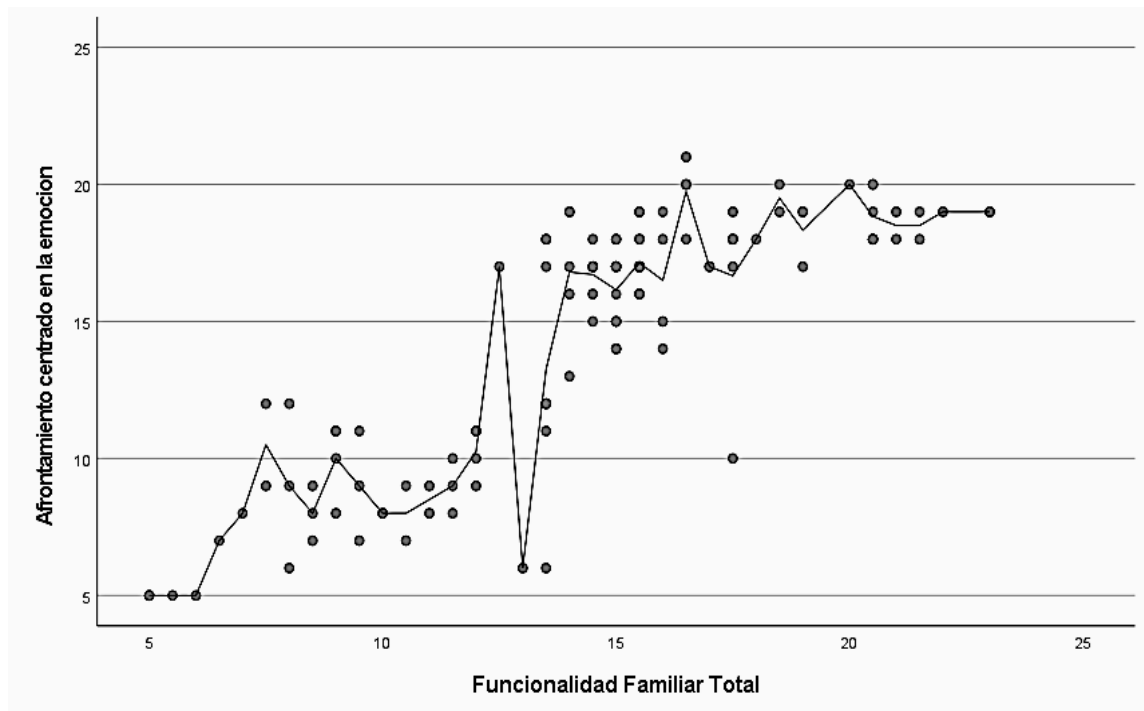
Se encontró una correlación de 0.82, comprobándose que existía una correlación directa y significativa entre ambos factores.

Conclusión

Se estableció que, a medida que aumenta la funcionalidad familiar mejoran los niveles de afrontamiento centrado en la emoción en la muestra considerada, Por tanto, se consideró comprobada la Hipótesis Específica 2.

Esta relación puede apreciarse en el siguiente gráfico:

Gráfico11
Relación entre la funcionalidad familiar y el afrontamiento centrado en la emoción



Fuente: *Elaboración propia.*

En este gráfico se observa que al aumentar la funcionalidad familiar mejora la capacidad para afrontar el estrés centrado en la emoción.

CAPÍTULO V. DISCUSION, CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

5.1. Discusión

Los resultados de la presente investigación referidos a una correlación positiva y significativa entre la funcionalidad familiar y las estrategias de afrontamiento al estrés en adolescentes es un resultado muy consistente con una gran cantidad de estudios en psicología del desarrollo y familiar.

De hecho, la conexión entre el Afrontamiento al Estrés y la Funcionalidad Familiar corrobora que la familia es el agente de socialización más importante y el primer entorno en el cual una persona aprende a responder e interpretar lo que ocurre en el mundo, sobre todo cuando se trata de dificultades. Un adolescente que ve a su familia como altamente funcional tiene una gran cantidad de recursos protectores que le ayudan a desarrollar su habilidad para gestionar el estrés de manera positiva.

La Teoría del Aprendizaje Social de Bandura (1977) señala que gran parte del comportamiento humano se aprende por observación, imitación y modelado y que la familia es el primer y más influyente contexto para este aprendizaje. En este medio familiar se producen las siguientes interacciones:

- **Estructuración de Estrategias de Afrontamiento:** En una familia funcional, los adolescentes observan a sus padres y otros miembros enfrentar problemas (económicos, de salud, relacionales) de manera positiva y constructiva.
- **Estructuración de la Ineficacia:** Un adolescente, al crecer en un entorno familiar disfuncional puede observar conductas como gritos, resistencia a enfrentarse a los conflictos, negación de los problemas, que le echen la culpa a los demás o que en algunos casos usen sustancias para manejar el estrés. Estas formas de afrontamiento poco adaptativas, suelen aprenderse y normalizarse dentro del propio entorno familiar.
- **Autoeficacia:** Bandura (1977) creó el término “autoeficacia”, que es la creencia en la propia capacidad para tener éxito en situaciones

específicas. Mediante el apoyo verbal y refuerzo positivo, una familia funcional puede fomentar una mayor autoeficacia en el adolescente, haciéndole sentir más capaz de manejar los estresores por sí mismo (**afrontamiento activo**).

La Teoría del Apego (Bowlby, 1988) afirma que el ser humano está equipado con la necesidad de establecer una conexión permanente con un cuidador y protector. El carácter de esa conexión servirá para formar los conocidos "modelos de representación internos". Estos, a su vez, afectarán cómo la persona percibe a otros, a ella misma y al ambiente circundante.

La teoría de sistemas familiares, propuesta por Salvador Minuchin en 1974 y David Olson en 2000. Crearon una teoría que considera a la familia no como la simple suma de personas, sino como un sistema interrelacionado en el que el conjunto es más que la mera adición de sus componentes. La "funcionalidad" se caracteriza por la estructura, las normas y los modelos de interacción que presenta el sistema.

Modelo Circumplejo de Olson: David Olson sugirió un modelo de gran impacto que establece la funcionalidad familiar a partir de tres dimensiones: es una referencia clave para entender la funcionalidad familiar por medio de estas tres dimensiones interrelacionadas. La cohesión, en primer lugar, se define como la conexión emocional entre los integrantes. Un sistema funcional conserva niveles de unión equilibrados que brindan apoyo afectivo sin perjudicar la individuación del adolescente. En segundo lugar, la adaptabilidad es la habilidad de cambiar roles, normas y estructuras de poder en respuesta a demandas situacionales o evolutivas, lo que promueve una respuesta flexible y resiliente en el joven.

Por último, la comunicación aparece como la dimensión facilitadora por excelencia, al ser una herramienta que permite negociar la cercanía entre los miembros y los procesos de cambio, se afianza como una estrategia de afrontamiento básica dentro del sistema familiar.

Estructura Familiar (Minuchin, 1974): Minuchin resaltaba la importancia de establecer límites claros entre los distintos subsistemas familiares

(parental y filial). En las familias funcionales, los padres se organizan como un equipo cohesionado, ejerciendo un liderazgo estructurado que brinda contención y orientación, lo cual ayuda a disminuir la carga de estrés en el adolescente y favorece la construcción de una jerarquía familiar estable y predecible.

El Modelo Transaccional del Estrés y el Afrontamiento (Lazarus y Folkman, 1984). Este es el modelo de afrontamiento más citado. Sostiene que el estrés es una transacción entre la persona y el entorno. El proceso de afrontamiento se da en dos fases de evaluación:

- Evaluación Primaria: *“¿Es esto estresante/amenazante para mí?”*
- Evaluación Secundaria: *“¿Qué puedo hacer al respecto? ¿Cuáles son mis recursos?”*

Los hallazgos se conectan directamente con la evaluación secundaria. Una familia funcional es uno de los recursos de afrontamiento más potentes que un adolescente puede tener.

- Un adolescente que proviene de una familia funcional tiende a percibir que puede contar con el respaldo de sus padres, lo cual amplía sus recursos personales y lo orienta hacia estrategias de afrontamiento más activas y centradas en la solución de los problemas.
- Un adolescente proveniente de una familia disfuncional, en su evaluación secundaria, puede llegar a percibir que se encuentra sin apoyo, que no es posible solicitar ayuda o que no dispone de recursos suficientes para afrontar la situación. Esta percepción de carencia puede orientarlo hacia estrategias de evitación, negación o escape, las cuales suelen ser menos efectivas a largo plazo.

En resumen, la familia funcional actúa como escuela donde se facilita el proceso de aprendizaje que promueve el desarrollo de la autoeficacia y la regulación emocional interna y fomenta habilidades de afrontamiento adaptativo como la valoración positiva del problema, la planificación y la solicitud de ayuda.

Por eso es lógico que, a mayor funcionalidad familiar, los adolescentes tiendan a desarrollar un repertorio más amplio, flexible y eficaz de estrategias de afrontamiento de las demandas propias en su etapa de vida.

Discusión de las conclusiones:

Conclusión general del estudio en función al Objetivo General: “La presente investigación se planteó como objetivo general determinar la relación entre la funcionalidad familiar y los estilos de afrontamiento al estrés en adolescentes de Mazan, 2025. Por tanto, se formuló una Hipótesis General que postulaba que existía relación directa y significativa entre la funcionalidad familiar y los estilos de afrontamiento al estrés. Se encontró una correlación significativa entre ambas variables con lo que se comprobó la Hipótesis General.”

El descubrimiento de una correlación directa y relevante entre la funcionalidad familiar y los estilos de manejo del estrés en adolescentes mazaneños se alinea con una amplia bibliografía existente en las áreas de terapia familiar y psicología del desarrollo. La familia es el primer y más poderoso agente de socialización, y la dinámica interna de esta tiene un papel fundamental en cómo los adolescentes aprenden a manejar y percibir las exigencias estresantes del medio. En relación con esto, se pueden mencionar las siguientes teorías y autores:

- **Teoría de los Sistemas Familiares (Minuchin, 1974; Bowen, 1978):** Esta teoría a gran escala sostiene que la familia es un sistema interrelacionado y que la conducta de cada uno de sus miembros tiene un impacto en los demás. Salvador Minuchin sostiene que un sistema familiar funcional se distingue por sus límites claros, su jerarquía establecida y sus patrones de comunicación abiertos y eficaces. En un contexto de este tipo, los adolescentes cuentan con el apoyo, la guía y la autonomía necesarios para desarrollar un conjunto de estrategias de afrontamiento adaptativas. La comunicación, la flexibilidad y la cohesión, como componentes centrales de la funcionalidad familiar, facilitan que el adolescente observe y reproduzca respuestas saludables frente al estrés, además de favorecer la

búsqueda y recepción de apoyo cuando lo necesita. En contraste, una familia disfuncional, caracterizada por límites poco claros o excesivamente rígidos y una comunicación deficiente, puede generar niveles de estrés sostenidos y no proporcionar las herramientas adecuadas para su manejo, lo que puede derivar en el uso de estrategias de afrontamiento poco adaptativas.

- **Teoría del Aprendizaje Social (Bandura, 1977):**. Según Albert Bandura, la mayor parte de la conducta humana se adquiere mediante la observación y la imitación (modelado). Dentro de la familia, los padres y otros parientes se comportan como ejemplos de afrontamiento. Es muy probable que los adolescentes sigan estos mismos patrones si los padres manejan el estrés de manera constructiva, hablando entre ellos, buscando soluciones y regulando sus emociones. Los modelos de afrontamiento resiliente y activo proporcionados por una familia funcional explican la conexión directa que se descubrió en el estudio.

- **Modelo de Estrés y Afrontamiento (Lazarus y Folkman, 1984):** El afrontamiento, según Susan Folkman y Richard Lazarus, son los intentos de comportamiento y cognición que cambian de manera constante para manejar las exigencias externas e internas específicas que se perciben como excesivas o sobrepasadas con respecto a los recursos del sujeto. Estos "recursos" provienen en primer lugar de la familia. Una familia funcional incrementa los recursos sociales y personales del adolescente (percepción de control, autoestima, apoyo social), lo que tiene un impacto directo en su apreciación del estresor (evaluación primaria) y de sus habilidades para gestionarlo (evaluación secundaria). Por lo tanto, un adolescente que proviene de una familia funcional tiene más posibilidades de ver los factores estresantes como manejables y de utilizar un conjunto más diverso y eficaz de estrategias para afrontarlos.

Resumiendo. Para resumir la presentación de los resultados. En la validación de la hipótesis general se señala que la funcionalidad familiar no es un componente que resulte accesorio, sino que se inscribe dentro de un

conjunto de factores estructurales del desarrollo de la resiliencia y del mantenimiento de la salud mental del adolescente. Los resultados situaron la dimensión del entorno familiar como eje central en la disminución de los factores de riesgo y en el fortalecimiento del bienestar psicológico.

Conclusión Específica 1 del estudio referida a la relación entre la: Funcionalidad Familiar y Afrontamiento Centrado en el Problema.

El objetivo específico 1 se planteó como objetivo específico 1 determinar la relación entre la funcionalidad familiar y las estrategias de afrontamiento centradas en el problema en adolescentes de Mazan, 2025. Por tanto, se formuló la Hipótesis Específica 1 que postulaba que existía relación directa y significativa entre la funcionalidad familiar y las estrategias de afrontamiento al estrés basadas en el problema. Se encontró una correlación significativa entre ambas variables con lo que se comprobó la Hipótesis Específica 1.”

Este resultado es teóricamente coherente. Las estrategias de afrontamiento centradas en el problema implican tomar acciones directas para cambiar la situación estresante: analizar el problema, buscar información, planificar soluciones y ejecutarlas. El desarrollo y uso de estas estrategias están fuertemente ligados a un entorno que fomenta la autoeficacia, la autonomía y la resolución de conflictos. Al respecto, se pueden señalar las siguientes Teorías y Autores:

- **Modelo Circumplejo de los Sistemas Familiares (Olson, 2000):**

- Entorno de Seguridad y Exploración: Una familia caracterizada por niveles equilibrados de cohesión y flexibilidad constituye una base segura. Este respaldo emocional permite que el adolescente explore soluciones autónomas a sus conflictos, operando bajo la certeza de poseer una red de apoyo sólida pero no asfixiante.

- Modelado del Afrontamiento Centrado en el Problema: La comunicación abierta y asertiva dentro de la familia se constituye como un recurso educativo ya que, si los problemas se enfrentan de manera racional y conjunta, la familia puede modelar directamente las fases del

afrontamiento centrado en el problema, las cuales son: identificar la situación estresante, plantear posibles alternativas de solución y tomar decisiones informadas.

- Capacidad Adaptativa: La flexibilidad familiar enseña al adolescente que las reglas y roles no son estáticos, lo cual fomenta una mentalidad resiliente y una mayor capacidad para ajustar sus propias estrategias ante entornos cambiantes o situaciones de alta demanda externa.

- **Teoría de la Autoeficacia (Bandura, 1997):** Una percepción de que uno es capaz de organizar y ejecutar las acciones necesarias cuando se trata de situaciones futuras (autoeficacia) es un factor importante en el uso de estrategias centradas en la resolución de problemas. En familias funcionales, esta autoeficacia se potencia mediante cuatro fuentes principales: las experiencias de logro, en las que se les motiva a resolver por sí mismos sus problemas y se reconoce su éxito; el aprendizaje vicario, observando modelos de resolución de problemas en su entorno; la persuasión social, a través de mensajes de apoyo y confianza en sus capacidades; y los estados emocionales y fisiológicos, propiciados por un clima tranquilo que facilita el pensamiento racional. En ese sentido, un adolescente con una autoeficacia alta, reforzada en un entorno familiar funcional, tiene mayor tendencia a enfrentar directamente las dificultades.

La correlación significativa que se ha encontrado significa que las familias de Mazán, al propiciar la comunicación, el apoyo y la autonomía en vez de recurrir a la evitación, están ofreciendo recursos cognitivos y conductuales a los adolescentes y siendo ellos mismos quienes gestionan frente a sus estresores.

Conclusión Específica 2 referida al Funcionalidad Familiar y Afrontamiento Centrado en la Emoción.

El objetivo específico 2 del estudio se planteó: “La presente investigación se planteó como objetivo específico 2 determinar la relación entre la funcionalidad familiar y las estrategias de afrontamiento centradas en la emoción en adolescentes de Mazan, 2025. Por tanto, se formuló la

Hipótesis Específica 2 que postulaba que existía relación directa y significativa entre la funcionalidad familiar y las estrategias de afrontamiento al estrés basadas en la emoción. Se encontró una correlación significativa entre ambas variables con lo que se comprobó la Hipótesis Específica 2.”

Este hallazgo, aunque también esperado, requiere una interpretación más matizada. El afrontamiento centrado en la emoción se refiere a los esfuerzos para regular la respuesta emocional al estrés (p. ej., buscar apoyo emocional, reevaluar positivamente, desahogarse, evitar pensar en el problema). Estas estrategias pueden ser adaptativas o desadaptativas. La significancia de la relación sugiere que la funcionalidad familiar influye en el tipo y la calidad de las estrategias emocionales que se emplean. En este sentido, pueden considerarse las siguientes teorías y autores:

- **Teoría del Apego (Bowlby, 1969; Ainsworth, 1978):** Un apego seguro, desarrollado en el contexto de una familia sensible y receptiva a las necesidades emocionales del niño y del adolescente, constituye la base para una adecuada regulación emocional. Los adolescentes con apego seguro suelen sentirse más cómodos al expresar sus emociones y al buscar apoyo o consuelo en sus figuras de apego. Por lo tanto, una familia funcional fomenta estrategias de afrontamiento emocional adaptativas como la búsqueda de apoyo social emocional, una de las estrategias más efectivas. Saben que sus emociones serán validadas y contenidas, no ridiculizadas o ignoradas.

- Según el constructo de la inteligencia emocional (Goleman, 1995; Salovey y Mayer, 1990), la habilidad para regular, percibir y entender las emociones tiene su origen en el núcleo familiar, que es visto como la primera etapa de alfabetización emocional. Un sistema familiar que funciona bien sirve como un ambiente propicio en el que el adolescente aprende a reconocer y nombrar sus estados de ánimo, desarrollando así métodos constructivos para canalizarlos.

▪ **Mecanismos Adaptativos:** En familias con un buen funcionamiento se debaten además estrategias como la reevaluación positiva o la aceptación. En este sentido, los adolescentes van a enfrentarse con más facilidad a la carga emocional, estableciendo una relación de apoyo social y apelando a reestructurar o reinterpretar situaciones dolorosas para reducir su carga negativa. **Mecanismos Desadaptativos:** Por el contrario, en entornos familiares invalidantes o caóticos es más frecuente el desarrollo de estrategias de afrontamiento como la evitación, la negación o la autculpa. En contextos de disfuncionalidad, el adolescente puede recurrir a conductas de escape o a procesos de rumiación, los cuales tienden a ser menos favorables y pueden generar efectos negativos en el tiempo.

Interpretación de la correlación: La relación directa establecida en esta investigación sugiere que la funcionalidad familiar en Mazán puede ser un factor que facilite el desarrollo de un repertorio emocional más adecuado. Lo que se quiere significar es que los adolescentes que provienen de familias con funcionalidad emocional no sólo hacen un mayor uso de las estrategias centradas en la emoción, sino que éstas son más adaptativas; el ambiente seguro que ofrece la familia permite al adolescente identificar y dar salida a sus propias emociones de forma más eficaz, facilitando la adaptación psicológica y el aprendizaje a partir del estrés.

5.2. Conclusiones

1. La presente investigación se planteó como objetivo general **determinar** la relación entre la funcionalidad familiar y los estilos de afrontamiento al estrés en adolescentes de Mazan, 2025. Por tanto, se formuló una Hipótesis General que postulaba que existía relación directa y significativa entre la funcionalidad familiar y los estilos de afrontamiento al estrés. Se encontró una correlación significativa entre ambas variables con lo que se comprobó la Hipótesis General.

2. La presente investigación se planteó como objetivo específico 1 determinar la relación entre la funcionalidad familiar y las estrategias de

afrontamiento centradas en el problema en adolescentes de Mazan, 2025, Por tanto, se formuló la Hipótesis Específica 1 que postulaba que existía relación directa y significativa entre la funcionalidad familiar y las estrategias de afrontamiento al estrés basadas en el problema. Se encontró una correlación significativa entre ambas variables con lo que se comprobó la Hipótesis Específica 1.

3. La presente investigación se planteó como objetivo específico 2 determinar la relación entre la funcionalidad familiar y las estrategias de afrontamiento centradas en la emoción en adolescentes de Mazan, 2025, Por tanto, se formuló la Hipótesis Específica 2 que postulaba que existía relación directa y significativa entre la funcionalidad familiar y las estrategias de afrontamiento al estrés basadas en la emoción. Se encontró una correlación significativa entre ambas variables con lo que se comprobó la Hipótesis Específica 2.

5.3. Recomendaciones

- **Promover la Cohesión y la Flexibilidad Familiar (Basado en la Conclusión 1):** Es recomendable que las familias efectúen actividades en conjunto con el fin de reforzar sus vínculos (cohesión). Deben ser capaces, a la vez, de ir modificando sus normas y roles a medida que el adolescente va creciendo y requiriendo de mayor autonomía (flexibilidad):

- Es importante implementar estrategias que promuevan un adecuado equilibrio entre la flexibilidad de las normas y el fortalecimiento del vínculo afectivo. Por ello, se recomienda la sincronización afectiva, con el fin de incentivar la participación en actividades compartidas que fortalezcan el sentido de pertenencia e identidad familiar, colaborando así con una cohesión funcional.

- El sistema familiar desarrollará la capacidad del individuo para negociar democráticamente roles, normas e incluso límites. Esta capacidad es fundamental durante la adolescencia porque le permite al familiar adaptarse a las demandas de autonomía del adolescente, apoyando una transición suave hacia permisos y responsabilidades.

- Comunicación en términos de negociación: Crear espacios de diálogo donde exista una estructura de poder flexible, de tal forma que el adolescente pueda ir construyendo su autonomía en un ambiente emocionalmente seguro.

- **Fomentar la Comunicación Abierta y la Resolución de Problemas (Basado en la Conclusión 2)**

Recomendar a los padres de familia que desarrollen lugares de diálogo donde los adolescentes puedan expresar sus problemas sin temor a ser juzgados, para que analicen la situación, piensen en posibles soluciones y elijan un curso de acción. Al respecto se puede recomendar implementar “reuniones familiares” semanales de 15-20 minutos para hablar sobre los desafíos y logros de la semana, practicando la escucha activa y la búsqueda conjunta de soluciones.

- **Validar las Emociones y Ofrecer Apoyo Emocional (Basado en la Conclusión 3):**

Se debe estimular constantemente a los padres de familia a reconocer y validar los sentimientos de sus hijos adolescentes (tristeza, frustración, ansiedad), incluso si no comprenden completamente la causa. Ya que estas frases fortalecen el apego y enseñan al adolescente que buscar apoyo emocional es una estrategia válida y efectiva.

Recomendaciones para las familias de Mazán

- Las escuelas son un punto estratégico para realizar intervenciones para adolescentes y sus familias. Ejecución de talleres comunitarios tipificados como “Estilos de crianza positiva y funcionalidad familiar”: como idea se sugiere ejecutar programas tipo “Escuela para padres”, donde se fortalezcan habilidades como comunicación asertiva, habilidades de resolución de conflictos, inteligencia emocional y lo fundamental que es un hogar cohesionado y flexible. Los talleres se fundamentan en los resultados obtenidos en el estudio, explicándole a los progenitores cómo al involucrarse directamente, influirán en la salud mental de cada uno de los hijos e hijas.

- **Promover la identificación de Detección y Apoyo Temprano:**

Capacitar a los a los padres para identificar a sus adolescentes que muestran dificultades en el manejo del estrés o que provienen de entornos familiares visiblemente disfuncionales, para poder ofrecerles apoyo psicopedagógico temprano y, si es necesario, derivarlos a centros de salud mental.

Recomendaciones para las Autoridades de Mazán

La salud mental de los adolescentes es una responsabilidad comunitaria, de parte de los líderes comunales.

- **Promover Programas Comunitarios de Fortalecimiento Familiar:** Con la oficina de Desarrollo e inclusión Social de la Municipalidad, en conjunto con el centro de salud local y DEMUNA, para promover las campañas de atención domiciliaria accesibles para todas las familias de Mazán, no solo las vinculadas a una escuela. Estos programas es un factor de protección para la salud mental de niños y adolescentes.

- **Se surge la coordinación con los Servicios de Salud Mental de la comunidad con Enfoque Familiar:** Asegurar que el centro de salud local cuente con psicólogos capacitados en terapia familiar sistémica. La investigación demuestra que intervenir sobre el sistema familiar es clave, por lo que ofrecer terapia familiar, y no solo individual para el adolescente, puede generar cambios más profundos y duraderos.

CAPÍTULO VI. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

Ainsworth, M. D. S., Blehar, M. C., Waters, E., & Wall, S. (1978). *Patterns of attachment: A psychological study of the strange situation*. Lawrence Erlbaum Associates.

American Psychological Association. (2018). Los distintos tipos de estrés. <http://www.apa.org/centrodeapoyo/tipos.aspx>

Ander-Egg, E. (2004). *Introducción a las técnicas de investigación social*. Humanitas.

Ardon, R. (2008). *Influencia del estrés académico en el rendimiento de los estudiantes de II de Bachillerato del Instituto Salesiano San Miguel* [Tesis de licenciatura, Universidad Nacional Autónoma de Honduras].

Báez, L. (2013). *Las familias disfuncionales y su incidencia en el comportamiento de las niñas de quinto grado de educación básica de la escuela Sagrado Corazón de Jesús de la Parroquia La Magdalena Provincia de Pichincha* [Tesis de licenciatura, Universidad Técnica de Ambato].

Bandura, A. (1977). *Social learning theory*. Prentice Hall.

Bandura, A. (1977). *Social learning theory*. Prentice Hall.

Bandura, A. (1997). *Self-efficacy: The exercise of control*. W.H. Freeman.

Banmen, J. (1986). Virginia Satir's family therapy model. *Individual Psychology*, 42(4), 480.

Barrezueta, L. (2013). *El estrés laboral en el personal administrativo del sistema hospitalario docente de la Universidad de Guayaquil* [Tesis de licenciatura, Universidad de Guayaquil].

Bazo-Álvarez, J., Bazo-Álvarez, O., Jeins, A., Peralta, F., Mormontoy, W., & Bennett, I. (2016).

Bowen, M. (1961). The family as the unit of study and treatment: Workshop, 1959: 1. Family psychotherapy. *American Journal of Orthopsychiatry*, 31(1), 40.

Bowen, M. (1978). *Family therapy in clinical practice*. Jason Aronson.

Bowen, M. (1991). *De la familia al individuo: La diferenciación del sí mismo en el sistema familiar*. Paidós.

Bowlby, J. (1988). *A secure base: Parent-child attachment and healthy human development*. Basic Books.

Bradshaw, J. (2000). La familia. Selector. Ecuador. <https://ojs.unemi.edu.ec/index.php/faso-unemi/article/view/856>

Bradshaw, J. (2000). Secretos de familia: El camino hacia la autoaceptación y el reencuentro. Obelisco. <https://archive.org/details/secretosdefamili0000brad>

Buendía, J., Riquelme, A., & Rodríguez, M. (1993). Estrategias de afrontamiento y apoyo social en personas con estrés económico. *Psicothema*, 5(1), 83–89.

Bustamante Maita, S. T. (2020). Afrontamiento y resiliencia en víctimas de violencia familiar en la Provincia de Tarma [Tesis de maestría, Universidad San Martín de Porres].

Canales Colffer De Gambini, Z. R. (2022). Resiliencia y estilos de afrontamiento en hijos de pacientes oncológicos [Tesis de licenciatura, Universidad Autónoma del Perú].

Cano, A., & García, M. (2023). Estrategias de afrontamiento y resiliencia en contextos familiares complejos. *Revista Latinoamericana de Psicología Familiar*, 11(2), 45–61.

Carabaño, T. (2019). ¿Qué es una familia disfuncional y cómo puede afectar a los hijos? *Mejorconsalud*.

Cárdenas Flores, G. G., & Suarez Ruiz, J. M. (2024). Estrés parental y estilos de afrontamiento en padres con hijos con habilidades especiales en cebs de la ciudad de Iquitos, 2024.

Carver, C., Scheier, M., & Weintraub, J. K. (1989). Assessing Coping Strategies: A theoretically based approach. *Journal of Personality and Social Psychology*, 56(2), 267–283.

Cassaretto, M., & Pérez, C. (2016). Afrontamiento al estrés: Adaptación del cuestionario COPE en universitarios de Lima. *Revista Iberoamericana de Diagnóstico y Evaluación*, 30(2), 95–109. https://doi.org/10.21865/RIDEP42_95

Castilla, K. P. (2017). Estudio de consumo de sustancias adictivas en el ámbito universitario [Tesis doctoral, Universidad Nacional Autónoma de Nicaragua]. <https://repositorio.unan.edu.ni/8789/1/Tesis%20final%2026092017.pdf>

Casullo, M., & Castro, A. (2000). Evaluación del bienestar psicológico en estudiantes adolescentes argentinos. *Revista de Psicología de la PUCP*, 18(2), 35–68.

Casullo, M., Brenlla, M., Castro, A., Gonzáles, R., Maganto, C., & Morote, R. (2002). Evaluación del bienestar psicológico en Iberoamérica. Paidós.

Casuso, L. (1996). Adaptación de la prueba COPE sobre estilos de afrontamiento en un grupo de estudiantes universitarios de Lima [Tesis de licenciatura, Pontificia Universidad Católica del Perú].

Cazau, P. (2006). Introducción a la investigación en ciencias sociales. Amorrortu.

Cogollo, Z., Gómez, E., De Arco, O., Ruiz, I., & Arias, A. (2009). Asociación entre disfuncionalidad familiar y síntomas depresivos en estudiantes de Cartagena. *Revista Colombiana de Psiquiatría*.

Condori Chambi, M., & Feliciano Cauna, V. (2020). Estrategias de afrontamiento al estrés y ansiedad en trabajadores de un centro de salud en cuarentena por COVID-19 [Tesis de licenciatura, Universidad Autónoma de Ica].

Condori Morán, J. F. (2021). Afrontamiento y bienestar psicológico en estudiantes de ingeniería en una universidad privada de Lima Metropolitana [Tesis de licenciatura, Pontificia Universidad Católica del Perú].

Corsino, E. (2000). Estrés: concepto, causas y control. <http://www.saludmed.com/Documentos/Estres.html>

Cosenza, G. (2010). La teoría del estrés de Hans Selye. <https://psicosenza.blogspot.pe/2010/01/la-teoria-del-estres-de-hans-selye>.

Dulanto, E. (2008). Disfuncionalidad familiar [Tesis, Universidad de Cuenca].

Fernández, E. (2019). Familia disfuncional: Definición, causas, tipos y más. *Hablemos de Relaciones*.

García Ferrando, M. (1993). La encuesta. En M. García, J. Ibáñez, & F. Alvira (Eds.), *El análisis de la realidad social: Métodos y técnicas de investigación* (pp. 141–170). Alianza Universidad Textos.

Glass, G. S. (1994). *Métodos estadísticos aplicados a las ciencias sociales*. Prentice Hall.

Goleman, D. (1995). *Emotional intelligence*. Bantam Books.

Gómez, D., & Londoño, C. (2021). Dinámica familiar y bienestar psicológico: Una revisión del modelo circumplejo. *Psicología y Sociedad*, 33(1), 105–121.

Horna Dávila, D. (2022). Afrontamiento al estrés y resiliencia en estudiantes de enfermería del noveno y décimo ciclo [Tesis de licenciatura, Universidad Privada Norbert Wiener].

Juárez-García, A. (2007). Factores psicosociales laborales relacionados con la tensión arterial y síntomas cardiovasculares en personal de enfermería en México. *Salud Pública de México*, 49(2), 109–117.

Karasek, R. (1979). Job demands, job decision latitude and mental strain: Implications for job re-design. *Administrative Science Quarterly*, 24, 285–308.

La Torre Mendoza, M. (2020). Afrontamiento al estrés en estudiantes de psicología de una Universidad Privada de Huancaayo [Tesis de licenciatura, Universidad Peruana Los Andes].

Larroca, F. (2005). La familia funcional y la familia disfuncional. Paidós.

Lazarus, R. S., & Folkman, S. (1984). *Stress, appraisal, and coping*. Springer Publishing Company.

Lazarus, R. S., & Folkman, S. (1984). *Stress, appraisal, and coping*. Springer Publishing Company.

Lazarus, R. S., & Folkman, S. (1986). *Stress, appraisal, and coping*. Springer.

Lazarus, R., & Folkman, J. (1984). Emoción y adaptación. Oxford University Press.

Lazarus, R., & Folkman, J. (2000). Hacia una mejor investigación sobre el estrés y el afrontamiento. *Psicólogo estadounidense*, 55(6), 665–673.

Lazarus, R., & Folkman, S. (1984). Estrés y procesos cognitivos. Martínez Roca.

Llerena Reátegui, L. P. (2022). Evaluación del funcionamiento familiar bajo el modelo circumplejo de Olson en un centro de orientación familiar en Lima [Tesis de licenciatura, Universidad de Piura].

López, D. (2005). Estrés, epidemia del siglo XXI: Cómo entenderlo, entenderse y vencerlo. Lumen Humanitas.

Mejía, R. (2010). Qué es una familia disfuncional. *Saludymedicinas*.

Mercado, O. (2018). Funcionamiento familiar y rendimiento académico en alumnos de cuarto grado de secundaria [Tesis de maestría, Universidad César Vallejo].

Minuchin, S. (1974). *Families and family therapy*. Harvard University Press.

Minuchin, S., & Fishman, H. C. (1984). Técnicas de terapia familiar. Espasa.

Morales, F., Díaz, J., & Herrera, L. (2023). Afrontamiento del estrés en contextos de alta presión social: Un estudio comparativo. *Revista Internacional de Psicología Social*, 18(3), 77–92.

Olson, D. H. (2000). Circumplex Model of Marital and Family Systems. *Journal of Family Therapy*, 22(2), 144–167. <https://doi.org/10.1111/1467-6427.00144>

Olson, D. H. (2000). Circumplex Model of Marital and Family Systems. *Journal of Family Therapy*, 22(2), 144–167. <https://doi.org/10.1111/1467-6427.00144>

Olson, D. H., & Gorall, D. M. (2022). Circumplex model of marital and family systems: Assessing cohesion and adaptability. *Journal of Family Therapy*, 44(4), 487–503.

Olson, D., Portner, J., & Lavee, Y. (1985). Escala de cohesión y adaptabilidad familiar. Trillas.

Ormeño Tambini, A. P. (2021). Modos de afrontamiento al estrés en pandemia según ciclo de estudiantes de Psicología de Ica [Tesis de licenciatura, Universidad Continental].

Otero, M. (2021). Familia disfuncional: ¿Cómo afectan al desarrollo psicológico de los niños? *Mundopsicólogos*.

Pérez Martínez, J. (2009). Qué es el estrés. Rioduero.

Pérez, A., & Reinoza, M. (2011). El educador y la familia disfuncional. Educere.

Polanco Cano, J. K. (2019). Adaptación del inventario de afrontamiento COPE [Tesis de licenciatura, Universidad de Lima].

Ramos, E., & Paredes, V. (2022). Estrategias de afrontamiento y su relación con el bienestar subjetivo en adultos jóvenes. *Revista de Psicología Aplicada*, 39(1), 112–130.

Riofrío, V. (2013). Influencia del abuso sexual sufrido durante la infancia, la disfuncionalidad familiar, y el maltrato infantil [Tesis de licenciatura, Pontificia Universidad Católica del Ecuador].

Rodas, A., & Tapia, S. (2014). Disfuncionalidad familiar y su relación con la depresión en adolescentes [Tesis de licenciatura, Universidad de Cuenca].

Salanova, M., Grau, R., & Martínez, I. (2005). Demandas laborales y conductas de afrontamiento: El rol modulador de la autoeficacia profesional. *Psicothema*, 17(3), 390–395.

Salovey, P., & Mayer, J. D. (1990). Emotional intelligence. *Imagination, Cognition and Personality*, 9(3), 185-211. <https://doi.org/10.2190/DUGG-P24E-52WK-6CDG>

Sánchez Carlessi, H. (2005). Metodologías y diseños en la investigación científica. HSC.

Satir, V. (1977). Nuevas relaciones humanas en el núcleo familiar. Pax.

Selye, H. (1956). El estrés de la vida. McGraw-Hill.

Sierra Bravo, R. (1994). Técnicas de investigación social. Paraninfo.

Tello, D. (2017). Disfuncionalidad familiar como factor determinante de las habilidades sociales en adolescentes [Tesis de licenciatura, Pontificia Universidad Católica del Ecuador].

Troht, M., & Andersen, J. (1997). Escala de estresores laborales. Paidós.

Ursin, H., & Eriksen, H. R. (2004). The cognitive activation theory of stress. *Psychoneuroendocrinology*, 29, 567–592. [https://doi.org/10.1016/S0306-4530\(03\)00091-X](https://doi.org/10.1016/S0306-4530(03)00091-X)

Valdez Ramos, A. D. (2022). Afrontamiento y resiliencia en adolescentes de centros de atención residencial de Huancayo [Tesis de licenciatura, Universidad Continental].

Valdez López, Yeniséi Carolina, Marentes Patrón, Ricardo Antonio, Correa Valenzuela, Sheida Eunice, Hernández Pedroza, Reyna Isabel, Enríquez Quintero, Isamar Daniela, & Quintana Zavala, María Olga. (2022). Nivel de estrés y estrategias de afrontamiento utilizadas por estudiantes de la licenciatura en Enfermería. *Enfermería Global*, 21(65), 248-270. Epub 28 de marzo de 2022. <https://dx.doi.org/10.6018/eglobal.441711>

Wertsch, V. (1995). Vygotsky y la formación social de la mente. https://issuu.com/luisorbegoso/docs/wertsch_james_-_vygotsky_y_la_forma

Woods, M. D., & Martin, D. (1984). The work of Virginia Satir: Understanding her theory and technique. *American Journal of Family Therapy*, 12(4), 3–11.

ANEXOS

MATRIZ DE CONSISTENCIA

TITULO: Relación entre familia funcional y los estilos de afrontamiento en adolescentes de las comunidades del Distrito de Mazan. 2025.

PROBLEMA	OBJETIVOS	HIPÓTESIS	DEFINICIÓN DE LAS VARIABLES	METODOLOGÍA
Problema general ¿Qué relación existe entre la funcionalidad familiar y los estilos de afrontamiento al estrés en adolescentes de las comunidades del Distrito de Mazan? 2025. Problemas específicos ¿Qué relación existe entre la funcionalidad familiar y los estilos de afrontamiento al estrés centrados en el problema en adolescentes de las comunidades del Distrito de Mazan 2025? ¿Qué relación existe entre la funcionalidad familiar y los estilos de afrontamiento al estrés centrados en la emoción en adolescentes de las comunidades del Distrito de Mazan 2025?	Objetivo General Determinar la relación que existe entre la funcionalidad familiar y los estilos de afrontamiento al estrés en adolescentes de las comunidades del Distrito de Mazan. 2025. Objetivos Específicos Determinar la relación que existe entre la funcionalidad familiar y los estilos de afrontamiento al estrés centrados en el problema en adolescentes de las comunidades del Distrito de Mazan 2025. Determinar la relación que existe entre la funcionalidad familiar y los estilos de afrontamiento al estrés centrados en la emoción en adolescentes de las comunidades del Distrito de Mazan 2025.	Hipótesis General Existe relación directa y significativa entre la funcionalidad familiar y los estilos de afrontamiento al estrés en adolescentes de las comunidades del Distrito de Mazan. 2025. Hipótesis Específicas 1) Existe relación directa y significativa entre la funcionalidad familiar y los estilos de afrontamiento al estrés centrados en el problema en adolescentes de las comunidades del Distrito de Mazan 2025. 2) Existe relación directa y significativa entre la funcionalidad familiar y los estilos de afrontamiento al estrés centrados en la emoción en adolescentes de las comunidades del Distrito de Mazan 2025.	Identificación de las variables Variable 1 Estilos de afrontamiento a) Definición de estilos de afrontamiento Definición conceptual de la variable estilos de afrontamiento Carver et al. (1989) definen los estilos de afrontamiento como una serie de respuestas comportamentales, cognoscitivas y emocionales utilizadas para gestionar y afrontar el estrés, disminuir la tensión y restituir el equilibrio biopsicosocial. Definición operacional de la variable estilos de afrontamiento Esta variable se mide operacionalmente aplicando el Cuestionario de Estimación de Afrontamiento (COPE) cuyo autor es Carver, et al (1989) y Variable 2 Funcionalidad familiar Definición conceptual de funcionalidad familiar Funcionalidad familiar es aquella interrelación de lazos afectivos entre los integrantes de una familia y que tiene capacidad de modificar su estructura para hacer frente a los problemas que se presenten (Olson, 2000) . Definición operacional de funcionalidad familiar Definición operacional. Con respecto a funcionalidad familiar se cuantificó dicha variable aplicando la escala de evaluación de Cohesión y Adaptabilidad Familiar FACES III de David Olson (1985) . La adaptación a la realidad peruana se hizo en el año 2016 por Juan Carlos Bazo Álvarez y cols. (2016) ,	Tipo de investigación: Descriptiva explicativa. Diseño: No experimental. Enfoque: Cuantitativo. Diseño estadístico: Correlacional Correlación de Spearman o Chi Cuadrado. Población: personas Muestra y muestreo: personas Técnicas e instrumentos: La técnica de recolección de datos que se empleó en la presente investigación fue la “observación por encuesta”. Según García Ferrando (1993) Complementariamente, Sierra Bravo (1994: 83) señala que la observación por encuesta, consiste en la obtención de datos de interés sociológico mediante la interrogación a los miembros de la sociedad, es el procedimiento sociológico de investigación más importante y el más empleado. Los instrumentos que específicamente se utilizaron en la investigación fueron dos cuestionarios para evaluar las variables consideradas en el estudio. Ambos cuestionarios antes de ser aplicados definitivamente fueron sometidos a estudios de validez aplicando el criterio de expertos y a estudios de confiabilidad utilizando la Prueba Alpha de Cronbach.

San Juan Bautista, 05 de junio de 2025.

OFICIO N° 1350-2025-UCP-FCS

SEÑOR:
JUAN MARCOS AREVALO RODRIGUEZ
DIRIGENTE – AA.HH. CESAR ANDRADE PEÑA - MAZÁN.
Presente. -

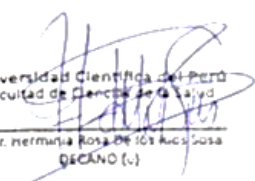
ASUNTO: SOLICITO AUTORIZACION PARA REALIZAR INVESTIGACION.

De mi mayor consideración:

Es grato dirigirme a usted para expresarle un cordial saludo y asimismo solicitarle autorización para ingresar al Asentamiento Humano César Andrade Peña - Mazán, el cual se encuentra a su cargo, a la Srta.: **JULY CARMELITA AJON PAYAHUA**, de la UNIVERSIDAD CIENTÍFICA DEL PERÚ, quien se encuentra en la etapa de la aplicación de los instrumentos de su investigación de tesis, titulado RELACION ENTRE FAMILIA FUNCIONAL Y LOS ESTILOS DE AFRONTAMIENTO AL ESTRÉS EN ADOLESCENTES DE LAS COMUNIDADES DEL DISTRITO DE MAZAN. 2025, motivo por el cual solicito dicho permiso, con el fin de conseguir los datos requeridos.

Sin otro particular, me suscribo de usted.

Atentamente,


Universidad Científica del Perú
Facultad de Ciencias de la Salud
Mgr. Nermana Rosa de los Angeles
DECANO (v)


44017139

Iquitos 20 de junio de 2025

Dra. Herminia Rosas de los Ríos Sosa
Decana (e) Facultad de Ciencias de la Salud
Universidad Científica del Perú - UCP
Presente.-

Asunto: Autorización para de recolección de datos en nuestra comunidad.

Referencia: Res. Dec. N° 1507-2024-UCP-FCS (12/11/2024) / 03-06-2025

Estimada Doctora Herminia Rosas de los Ríos Sosa:

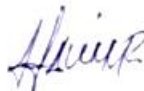
Por medio de la presente, reciba un cordial y respetuoso saludo a nombre del Asentamiento Humano "César Andrade Peña" de la comunidad de Mazán. Nos dirigimos a usted para informarle que hemos recibido y analizado su solicitud, en la cual se pide **autorización para que la Bachiller en Psicología, July Carmelita Ajon Payahua, pueda ingresar a nuestra comunidad y llevar a cabo la recolección de información** necesaria para su investigación o proyecto académico.

En ese sentido, comunicamos nuestra **aceptación y plena disposición para colaborar** con la Bachiller July Carmelita Ajon Payahua en la aplicación y ejecución de los instrumentos de recolección de datos que sean requeridos. Entendemos la importancia de este proceso para la formación académica y el desarrollo de conocimientos.

Agradecemos su interés en nuestra comunidad y reiteramos nuestro compromiso de apoyar las iniciativas que benefician el desarrollo de la investigación.

Sin otro particular, le expresamos las muestras de nuestra más alta consideración y estima.

Atentamente,


Juan Marco Arevalo Rodríguez
Presidente de la calle César Andrade Peña
Comunidad de Mazán

DNI 44017139

Consentimiento informado

Consentimiento del padre/madre o tutor para su participación de su hijo(a)

El propósito de esta ficha de consentimiento informado es promover en los participantes en esta investigación con una clara explicación de la naturaleza de la misma, así como de su rol en ella como participante.

La presente investigación es conducida por el Bachiller en Psicología July Carmelita Ajon Payahua, DNI: 74685642, de la Universidad Científica Del Perú. El objetivo de esta investigación es determinar la Relación entre familia funcional y los estilos de afrontamiento en adolescentes de las comunidades del Distrito de Mazan. 2025.

Este documento en el que queda sentado su firma es muestra de aceptación para que su hijo(a) participen voluntariamente en el proyecto de investigación.

Nombre del Padre/Madre/Tutor

Firma:

Relación con el menor participante:

Nombre completo del adolescente

En la Ciudad de Mazan,

Cuestionario socio demográfico

1. Sexo

Masculino ☐ Femenino ☐

2. Edad: _____ años

3. Grado instrucción: _____

4. Estado civil de los padres

Soltero ☐ Casado ☐ Conviviente ☐ Divorciado ☐ Viudo ☐

5. Con quien vives

Ambos padres ☐ solo papa ☐ solo mamá ☐ tíos ☐ abuelos ☐ otros ☐

6. Lugar de procedencia de mazan

.....

Escala de evaluación de Cohesión y Adaptabilidad familiar (FACES III)

Ficha técnica

Nombre : Escala de evaluación de Cohesión y Adaptabilidad familiar
(FACES III) Family Adaptability and Cohesión Evaluation Scales)

Autores : David H.Olson. Joyce Portner, Yoav Lavee

Lugar : Universidad de Minesota

Año : 1985

Base teórica : Familiar sistémico

Nivel de evaluación: La familia y la pareja

Foco de evaluación: Percepción real familiar

Percepción ideal familiar

Satisfacción familiar

Escalas : Escala de cohesión

: Escala de adaptabilidad

Administración : Individual o colectiva

Aplicación : Sujetos de 12 años en adelante

Numero de ítems : 40 ítems

Normas : Percentiles

Duración : 15 min

Descripción de la prueba

Escala de Evaluación de Cohesión y Adaptabilidad Familiar, fue elaborado por Olson (1985), desarrollada para evaluar el Funcionamiento Familiar, a través de sus dos dimensiones.

- Cohesión familiar, que evalúa la conexión emocional que los miembros de la familia tienen entre sí, cuenta con niveles de: Desligada, Separada, Conectada y Amalgamada.
- Adaptabilidad familiar, evalúa la capacidad que tiene el sistema de cambiar su estructura (poder, roles, reglas) de acuerdo a su desarrollo y los eventos que le toca vivir, cuenta con los niveles: Rígida, Estructurada, Flexible y Caótica.

El cuestionario es individual o colectiva puede ser resuelto en 15 minutos.

Se puntúa mediante una escala de tipo Likert, desde el punto de vista cuantitativo.

La puntuación oscila entre 1 y 5 puntos.

Los parámetros: casi nunca, una que otra vez, a veces, con frecuencia y casi siempre, son contemplados desde la visión cualitativa Escala de tipo Likert

Atributo	Valor
Casi nunca	1
Una que otra vez	2
A veces	3
Con frecuencia	4
Casi siempre	5

Validez y confiabilidad

Confiabilidad. El proceso estadístico de la confiabilidad fue elaborada por el mismo autor del instrumentos, el cual se basó en la utilización del método de consistencia interna, así como el método del test- retest (Olson, 1985), los resultados indican que: Para aplicar el método de consistencia interna se utilizó el coeficiente de Pearson, el cual arrojó el índice de confiabilidad del 0.68, obteniendo un coeficiente de 0.77, para la dimensión cohesión y un coeficiente de 0,62 para la dimensión de adaptabilidad.

Luego de cuatro a cinco semanas se aplicó un retest obteniéndose un coeficiente de 0,83 para la dimensión de cohesión, y de 0,80 para la dimensión de adaptabilidad, lo cual indica una buena confiabilidad en ambos casos.

Validez. Para hallar la validez del instrumento se utilizó el método de validez de constructo. Para tal efecto también se procedió a establecer la correlación entre las dimensiones cohesión y adaptabilidad, obteniendo en ambos casos un coeficiente del 0.03.

De acuerdo con el manual de la prueba psicológica, el proceso de calificación e interpretación de los resultados se suman los reactivos impares, como son los ítems 1, 3, 5, 7, 9, 11, 13, 15, 17 y 19; de manera similar, para la dimensión de adaptabilidad familiar también se realiza la suma en las respuestas de los reactivos pares, como son el número 2, 4, 6, 8, 10, 12, 14, 16, 18 y 20. Posteriormente éstos directos son convertidos en percentiles, para hallar los niveles de cohesión y adaptabilidad familia.

ESCALA DE EVALUACIÓN DE COHESIÓN FAMILIAR Y ADAPTABILIDAD FAMILIAR FACES III

Instrucciones:

A continuación, encontrarás una serie de afirmaciones acerca de cómo son las familias. Lea cada afirmación y marque con una (X) solo una alternativa que refleje cómo vive su familia, ninguna de las frases es falsa y verdadera, pues varía según la familia.

Nunca = N Casi nunca = CN A veces = AV Casi siempre = CS Siempre = S

Nº	Pregunta	N	CN	AV	CS	S
1	Los miembros de tu familia se piden ayuda unos a otros.					
2	En la solución de problemas se tienen en cuenta las sugerencias de los hijos.					
3	En tu familia, todos aprueban los amigos que cada uno tiene.					
4	En cuanto al comportamiento, se tienen en cuenta la opinión de los hijos para establecer normas y obligaciones.					
5	Nos gusta hacer cosas solo con nuestra familia (con la que vive).					
6	Diferentes miembros de tu familia actúan en ella como líderes.					
7	Los miembros de tu familia se sienten más cerca entre sí, que con personas externas de la familia.					
8	En nuestra familia hacemos cambios en la forma de realizar los quehaceres cotidianos.					
9	A los miembros de tu familia les gusta pasar juntos su tiempo libre.					
10	Padres e hijos dialogan juntos las sanciones.					
11	Los miembros de tu familia se sienten muy cerca unos de otros.					
12	Los hijos toman las decisiones en tu familia.					
13	Cuando en tu familia se comparten actividades, todos están presentes.					
14	En tu familia las normas pueden cambiarse.					
15	Fácilmente se les ocurren cosas que pueden hacer en familia.					
16	Se turnan las responsabilidades de la casa.					
17	Los miembros de tu familia se consultan entre sí sus decisiones.					
18	Es difícil identificar quién es o quiénes son líderes en tu familia.					
19	La unión familiar es muy importante.					
20	Es difícil decir quién se encarga de determinadas labores del hogar.					

(NO APLICABLE AL USUARIO)

COHESION (Puntaje impares)					
Tipo:					
ADAPTABILIDAD (Puntaje pares)					
Tipo:					

FICHA TÉCNICA DE ESCALA DE ESTILOS DE AFRONTAMIENTO.

Nombre : Cuestionario de Estimación del Afrontamiento (COPE)

Autor : Carver, Scheier y Weintraub (1989)

Adaptación : Polanco (2019)

Objetivo : Evaluación del afrontamiento al estrés.

Aplicación : individual o colectiva

Tiempo : 15 – 20 minutos

Dimensiones: Estrategia centradas en el problema y Estrategias centradas en la emoción

Ítems : 44

Según Polanco (2019) el COPE está constituido por 44 preguntas, con escala Likert desde 1 al 4, compuesta por 2 dimensiones: estrategias centradas en el problema y estrategias centradas en la emoción.

De acuerdo Cassaretto Bardales y Chau Perez-Aranibar (2016), el Inventario Multidimensional de Estimación del Afrontamiento COPE es un instrumento creado para evaluar las diferentes maneras en que las personas responden al estrés. Actualmente es considerada una de las principales herramientas para medir tales estrategias e identificar los estilos de afrontamiento al estrés.

CUESTIONARIO DE ESTILOS DE AFRONTAMIENTO

A continuación, se presentan un conjunto de enunciados. Lo que tiene que hacer es indicar la frecuencia con que se presentan, marcando con un aspa el número correspondiente de acuerdo con la siguiente escala:

1 No suelo hacer esto en absoluto	2 Suelo hacer esto un poco	3 Suelo hacer esto moderadamente	4 Suelo hacer esto mucho
---	-------------------------------	--	--------------------------------

AFIRMACIONES	1	2	3	4
01.Intentó desarrollarme como persona a partir del resultado de la experiencia.				
02. Me altero manifestando mis emociones.				
03.Intentó conseguir consejo de alguien sobre qué hacer en situaciones estresantes.				
04.Concentro mis esfuerzos en hacer algo acerca de la situación estresante.				
05.Me digo a mí mismo: "Esto no es real".				
06.Admito que no puedo con ello y dejo de intentarlo.				
07.Me convengo a mí mismo de no hacer algo con demasiada rapidez.				
08.Para sentirme mejor consumo alcohol y/o drogas.				
09.Me acostumbro a la idea de que sucedió un evento estresante.				
10.Hablo con alguien para saber más acerca de la situación.				
11.Sueño despierto con otras cosas diferentes.				
12.Me altero, siendo realmente consciente de ello.				
13.Hago un plan de acción.				
14.Me tomo un tiempo en tomar acción sobre el tema hasta que la situación lo permita.				
15.Intentó conseguir apoyo emocional de amigos y/o familiares.				
16.Simplemente dejo de intentar lograr mi objetivo.				
17.Tomo medidas adicionales para intentar librarme del problema.				
18.Intentó distraerme un rato consumiendo alcohol y/o drogas.				
19.Me niego a creer que haya sucedido.				
20.Intentó ver el suceso estresante de una forma diferente, para que parezca más positivo.				
21.Hablo con alguien que pudiera hacer algo concreto acerca del problema.				
22.Duermo más de lo habitual.				
23.Intentó encontrar una estrategia de qué hacer frente al acontecimiento estresante.				
24.Me concentro en el manejo del problema, apartando otros temas un poco, en caso sea necesario.				
25.Consigo la compasión y comprensión de alguien.				
26.Para pensar menos en ello consumo drogas y/o alcohol.				
27.Evito tomar la situación con tanta seriedad, incluso hago chistes.				
28.Renuncio a intentar lograr lo que quiero.				
29.Busco algo positivo a partir de lo que está sucediendo.				
30.Pienso acerca de cómo podría manejar mejor el problema.				
31.Actúo como si realmente no hubiera sucedido.				
32.Me aseguro de no empeorar las cosas por actuar demasiado pronto.				
33.Intentó evitar que otras cosas interfirieran con mis esfuerzos de manejar la situación estresante.				
34.Acepto la realidad que el hecho ha sucedido.				
35.Pregunto a personas que han tenido experiencias similares qué hicieron.				
36.Siento un gran malestar emocional y expreso estos sentimientos en gran medida				
37.Llevo a cabo una acción directa en torno al problema.				
38.Reduzco la cantidad de esfuerzo que dedico a resolver el problema.				
39.Hablo con alguien acerca de cómo me siento frente a la situación estresante.				
40.Consumo alcohol y/o drogas para ayudarme a superarlo.				
41.Pienso profundamente acerca de qué pasos tomar.				
42.Actúo como si nunca hubiera ocurrido.				
43.Hago lo que hay que hacer, paso a paso.				
44.Aprendo algo de la experiencia.				