

UNIVERSIDAD PRIVADA ANTENOR ORREGO

ESCUELA DE POSTGRADO



**ESTRATEGIAS DE AFRONTAMIENTO, BIENESTAR PSICOLOGICO
SUBJETIVO Y EL RENDIMIENTO ESCOLAR EN ESTUDIANTES DEL
QUINTO AÑO DE SECUNDARIA DE UNA INSTITUCION EDUCATIVA,
2018.**

**TESIS PARA OBTENER EL GRADO DE MAESTRO EN
EDUCACION.**

MENCION: EN PROBLEMAS DE APRENDIZAJE

AUTOR:

Honorio Anticona, Ángel Rubén

ASESORA:

Palacios Serna, Iris

Fecha de Sustentación: 2019-06-19

**TRUJILLO – PERÚ
2019**

DEDICATORIA

Consagro esta tesis a Dios y a mi familia, en especial a mi esposa Ruth y mi hijo Josías, por su compañía, motivación y constante amor brindado cada día.

A mi padre y hermanos, por ser mi ejemplo de lucha, dedicación y esfuerzo, el cual me sirvió de inspiración e impulso.

A mis amigos y hermanos en la fe, que siempre confiaron en mí y me brindaron oportunamente palabras de ánimos y me acompañaron con sus oraciones.

A los cientos de adolescentes que están por egresar de las aulas de la escuela secundaria e insertarse en una nueva etapa académica.

Ángel Rubén Honorio Anticona

AGRADECIMIENTOS

De todo mi corazón, mi gratitud a mi creador, Dios, por su infinito amor y gracia que me sostiene y me da las fuerzas y sabiduría para ser probo y consecuente en mis actos.

A mi hermosa familia, por su apoyo confianza y apoyo constante e incondicional. En especial a mi bella esposa y maravilloso hijo.

Al director del colegio, a cada directivo y profesores(as) que me brindaron las facilidades para desarrollar mi trabajo de investigación.

A mi asesora, la Dra. Iris Palacios Serna, por su apoyo incondicional y motivación para culminar mi tesis.

RESUMEN

La presente investigación tuvo como objetivo general determinar la relación de las estrategias de afrontamiento, bienestar psicológico subjetivo y el rendimiento escolar, en estudiantes del quinto año del nivel secundaria de una institución educativa nacional de Trujillo. El diseño fue de tipo correlacionales-causales, aplicado a 60 estudiantes. Se utilizaron tres instrumentos, Escalas de Afrontamiento para Adolescentes (1993), la escala de bienestar psicológico de Sánchez-Cánovas (2007); y las actas de evaluación de los estudiantes en los dos últimos trimestres académicos (2018). Los resultados mostraron que, cinco estrategias de afrontamiento se ubicaron en un nivel muy alto y; ocho estrategias en un nivel muy bajo; de las dieciocho. En el bienestar psicológico subjetivo, el 35% se ubicaron en un nivel muy alto y el 5% en un nivel normal. En cuanto a los niveles del rendimiento escolar, en el tercer trimestre, el 53% se ubicaron en el nivel Inicio y el 5% en nivel previo al inicio. Además, existieron correlaciones altamente significativas en las estrategias de afrontamiento y bienestar psicológico subjetivo. Sin embargo, en las relaciones, estrategias de afrontamiento y rendimiento escolar; como, bienestar psicológico subjetivo y rendimiento escolar, no hubo correlación significativa. Por lo tanto, se concluye que, no existe relación entre estrategias de afrontamiento, bienestar psicológico y rendimiento escolar.

Palabras clave: Estrategia de afrontamiento, bienestar psicológico subjetivo, rendimiento escolar, adolescentes.

ABSTRACT

The main objective of the present investigation was to determine the relationship of coping strategies, subjective psychological well-being and school performance in fifth-year students of the secondary level of a national educational institution in Trujillo. The design was correlational-causal, applied to 60 students. Three instruments were used, Coping Scales for Adolescents (1993), the scale of psychological well-being of Sánchez-Cánovas (2007); and the evaluation reports of the students in the last two academic quarters (2018). The results showed that five coping strategies were placed at a very high level and eight coping strategies at a very low level; of eighteen. In the subjective psychological well-being, 35% were located at a very high level and 5% at a normal level. Regarding the levels of school performance, in the third quarter, 53% were located at the Start level and 5% at the level prior to the start. In addition, there were highly significant correlations in coping strategies and subjective psychological well-being. However, in relationships, coping strategies and school performance; as, subjective psychological well-being and school performance, there was no significant correlation. Therefore, it is concluded that there is no relationship between coping strategies, psychological well-being and school performance.

Keywords: Coping strategy, subjective psychological well-being, school performance, adolescents.

ÍNDICE DE CONTENIDOS

DEDICATORIA	ii
AGRADECIMIENTOS	iii
RESUMEN	iv
ABSTRACT	v
I. INTRODUCCIÓN	11
1.1 Antecedentes del problema	14
1.2 Formulación del problema	17
1.3 Objetivos	18
1.4 Hipótesis	19
1.5 Justificación	19
1.6 Limitaciones de la investigación	20
II. MARCO TEORICO	21
2.1. Estrategias de afrontamiento	21
2.1.1. Importancia de las estrategias de afrontamiento	26
2.1.2. Estrategias de afrontamiento y adolescencia	26
2.2. Bienestar psicológico	27
2.2.1. Bienestar psicológico subjetivo	28
2.2.2. Teorías del bienestar psicológico subjetivo	30
2.2.3. Características del bienestar psicológico subjetivo	30
2.2.4. Bienestar psicológico subjetivo y adolescencia	31
2.3. Rendimiento Escolar	32
2.3.1. Características del rendimiento escolar	33
2.3.2. Componentes del aprendizaje	34

2.4.	Marco conceptual	35
III.	MATERIAL Y MÉTODOS	36
3.1.	MATERIAL	36
3.1.1.	Población	36
3.1.2.	Muestra	36
3.1.3.	Unidad de análisis	37
3.2.	MÉTODO	38
3.2.1.	Tipo de estudio	38
3.2.2.	Diseño de investigación	38
3.2.3.	Operacionalización de variables	39
3.2.4.	Instrumentos de recolección de datos	42
3.2.5.	Procedimiento y análisis estadístico de datos	45
3.2.6.	Consideraciones éticas	46
IV.	RESULTADOS	47
V.	DISCUSIÓN	61
VI.	PROPUESTA	74
6.1.	Definición.	74
6.2.	Fundamentación del taller	74
6.3.	Objetivos	74
6.4.	Programación de las sesiones del taller	75
6.5.	Evaluación de cada sesión del taller	76
VII.	CONCLUSIONES	77
VIII.	RECOMENDACIONES	79
IX.	REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS	80
X.	ANEXOS	85

Anexo 1: Escala de Bienestar Psicológico	85
Anexo 2: Escalas de Afrontamiento para Adolescentes	88
Anexo 3: Consentimiento Informado para Participantes de Investigación	92

ÍNDICE DE TABLAS

Tabla 01	Población de estudiantes del quinto año de secundaria, distribuidos por cada sesión.	37
Tabla 02	Muestra de estudiantes del quinto año de secundaria, distribuidos por cada sesión.	38
Tabla 3A	Niveles en la estrategia de afrontamiento, buscar apoyo social, en estudiantes del quinto año del nivel secundaria.	48
Tabla 3B	Niveles en la estrategia de afrontamiento, concentrarse en resolver el problema, en estudiantes del quinto año del nivel secundaria.	48
Tabla 3C	Niveles en la estrategia de afrontamiento, esforzarse y tener éxito en estudiantes del quinto año del nivel secundaria.	49
Tabla 3D	Niveles en la estrategia de afrontamiento, preocuparse, en estudiantes del quinto año del nivel secundaria.	49
Tabla 3E	Niveles en la estrategia de afrontamiento, invertir en amigos íntimos en estudiantes del quinto año del nivel secundaria.	50
Tabla 3F	Niveles en la estrategia de afrontamiento, buscar pertenencia, en estudiantes del quinto año del nivel secundaria.	50
Tabla 3G	Niveles en la estrategia de afrontamiento, hacerse ilusiones, en estudiantes del quinto año del nivel secundaria.	51
Tabla 3H	Niveles en la estrategia de afrontamiento, falta de afrontamiento, en estudiantes del quinto año del nivel secundaria.	51
Tabla 3I	Niveles en la estrategia de afrontamiento, reducción de tensión, en estudiantes del quinto año del nivel secundaria.	52
Tabla 3J	Niveles en la estrategia de afrontamiento, acción social, en estudiantes del quinto año del nivel secundaria.	52

Tabla 3K	Niveles en la estrategia de afrontamiento, ignorar el problema, en estudiantes del quinto año del nivel secundaria.	53
Tabla 3L	Niveles en la estrategia de afrontamiento, autoinculparse, en estudiantes del quinto año del nivel secundaria.	53
Tabla 3M	Niveles en la estrategia de afrontamiento, reservarse para sí, en estudiantes del quinto año del nivel secundaria.	54
Tabla 3N	Niveles en la estrategia de afrontamiento, buscar apoyo espiritual, en estudiantes del quinto año del nivel secundaria.	54
Tabla 3Ñ	Niveles en la estrategia de afrontamiento, fijarse en lo positivo, en estudiantes del quinto año del nivel secundaria.	55
Tabla 3O	Niveles en la estrategia de afrontamiento, buscar ayuda profesional, en estudiantes del quinto año del nivel secundaria.	55
Tabla 3P	Niveles en la estrategia de afrontamiento, buscar diversiones relajantes, en estudiantes del quinto año del nivel secundaria.	56
Tabla 3Q	Niveles en la estrategia de afrontamiento, distracción física, en estudiantes del quinto año del nivel secundaria.	56
Tabla 4	Niveles de bienestar psicológico subjetivo en estudiantes del quinto año del nivel secundaria.	57
Tabla 5	Niveles del rendimiento escolar en estudiantes del quinto año del nivel secundaria.	57
Tabla 6	Relación entre estrategias de afrontamiento y bienestar psicológico en estudiantes del quinto año del nivel secundaria.	58
Tabla 7	Relación entre estrategias de afrontamiento y rendimiento escolar en estudiantes del quinto año del nivel secundaria.	60
Tabla 8	Relación entre bienestar psicológico y rendimiento escolar en estudiantes del quinto año del nivel secundaria.	61

I. INTRODUCCIÓN

El interés que lleva a realizar este trabajo de investigación tiene como propósito desarrollar un estudio relacional acerca de las estrategias de afrontamiento, bienestar psicológico subjetivo y el rendimiento escolar en estudiantes del quinto año del nivel secundaria de una institución educativa nacional.

Siendo importante realizar este trabajo de investigación, como una manera de promover la salud mental en los estudiantes, el cual se considera, que es, de vital importancia en el ámbito educativo. En este sentido, la Organización Mundial de la Salud (OMS, 2000), define la salud mental como, el bienestar físico, psicológico y social, el cual, se enmarca ahora dentro de un nuevo enfoque; denominado, modelo biopsicosocial y que, aborda la salud de manera multicausal y multidisciplinaria. Es así que, dicho modelo debe ser aprendido y difundido por los profesionales involucrados en el sector salud, y construir un nuevo paradigma del quehacer profesional para enfrentar con mejor criterio las diversas demandas y estresores que se presenten en el diario accionar.

Se tiene en cuenta que los alumnos del quinto año del nivel secundaria están a un paso de empezar una nueva etapa de su vida personal y académica. El cual, muchas veces, lo asumen con tantas incertidumbres, miedos y grandes desafíos; por otro lado, se considera, en la mayoría de los casos, la presencia de características más emocionales, que racionales. En otras palabras, lo estudiantes egresados de la escuela secundaria, presentan inseguridad para confiar en sus aprendizajes logrados en los cinco años de estudios secundarios, los cuales se reducen bajo el concepto “estrategias de afrontamiento”, así como, el constructo “bienestar psicológico subjetivo”.

La existencia de estrategias de afrontamiento y un adecuado bienestar psicológico subjetivo puede producir sentimientos de seguridad, tranquilidad y optimismo suficiente para auto promover una calidad de vida y por ende repercute en el rendimiento escolar, convirtiendo dichos resultados en buenos referentes del éxito que el alumno consiga en su próxima etapa académica.

Casullo (2002) refirió que el Bienestar psicológico es un constructo mucho más amplio que la simple estabilidad de los afectos positivos a lo largo del tiempo, denominado felicidad por la sabiduría popular, esto debe incluir la aceptación de sí mismo, propósito en la vida, crecimiento personal, y buenos vínculos personales. En este sentido, según lo referido por el autor, es de suma importancia conocer en los estudiantes las estrategias de afrontamiento que más utilizan para afrontar sus problemas y como se relaciona con el bienestar psicológico subjetivo; y estos, cómo influyen en el rendimiento escolar, sabiendo que dichos estudiantes están por culminar su etapa de formación educativa de nivel secundaria e iniciar una nueva etapa en su vida académica, con miras a la autorrealización personal y profesional. En tal sentido, a los profesionales de salud mental, tendríamos indicadores que debemos prestarle mucha atención, y poder explicar con mejor criterio argumentativo las diversas situaciones problemáticas que presentan los jóvenes cuando inician esta nueva etapa de vida, los cuales lo reflejaran en los diferentes contextos donde ellos se desenvuelven y desarrollan. Los cuales muchas veces lo asumen con muchas incertidumbres, miedos y grandes desafíos. En otras palabras, varios de estos estudiantes al egresar de la escuela secundaria, tienen mucha inseguridad para confiar en sus aprendizajes logrados en los cinco años de estudios escolares, y enfrentan sus problemas con formas (estrategias) que les ayudan muy poco. En otro sentido, “bienestar psicológico subjetivo” es una

variable que se convierte en un gran soporte en la vida personal de los escolares, porque va a permitir al estudiante utilizar estrategias que le sean más favorables, de lo contrario, la falta de un buen bienestar les llevará a abandonarse en la indiferencia y la falta de entusiasmo por buscar soluciones más óptimas.

Además, un adecuado bienestar psicológico subjetivo les aportará a los estudiantes la medida de calma y certeza suficiente para utilizar adecuadas estrategias de afrontamiento y hacer frente a las dificultades frecuentes.

Por otro lado, el rendimiento escolar, es un reflejo de las condiciones, tanto intelectuales, como emocionales, por lo que, es evidente pensar si un estudiante cuyos resultados de aprendizaje son favorables de deban a que cuenta con diversos recursos, siendo algunos de ellos, las estrategias de afrontamiento y/o adecuado bienestar psicológico subjetivo, así lo señala García (2015), los modos en que los seres humanos, ante distintas situaciones o momentos, actúan están condicionados a las características particulares que tienen dichos individuos, pues estos recursos, premian su buen desempeño académico. Por consiguiente, un buen rendimiento escolar, les motiva más a seguir utilizando las estrategias más pertinentes que le favorecen y contribuyen a un mejor bienestar psicológico subjetivo. Ambos casos pueden suceder.

En este sentido, con lo señalado anteriormente, los alumnos del quinto año de secundaria, de la institución educativa en estudio, se describen como adolescentes vulnerables e influenciados por el contexto social que les rodea. Como lo señala Gaeta (2008), la adolescencia es una etapa de profundos cambios e inestabilidad. Es por eso, que las conductas de los estudiantes, están inclinadas a dar primero respuesta a las actividades de carácter emocional, donde la diversión o el juego priman en sus comportamientos. Además, cuando se trata de asumir responsabilidades y

compromisos, se tardan en tomarlas, porque primero eligen pasar por actividades divertidas o entretenerse en competencias sociales; para luego ponerse al día en sus trabajos escolares o el tener que estudiar para algún examen o la presentación de algún trabajo o proyecto. Como consecuencia, sus resultados en rendimiento escolar, no son óptimos como podría serlo si usaran mejor sus recursos cognitivos y canalizarían objetiva y consecuentemente sus componentes emocionales. Por otro lado, se suma la condición personal formada en su contexto socio-familiar, ya que ahí han interiorizado aprendizajes que convierten en estrategias de afrontamiento y a la vez les brinda cierta condición de bienestar psicológico subjetivo. Sin embargo, El contexto en donde crecen y aprenden está dañado por estilos de vida y modelos parentales que proyectan condiciones impropias en la formación del carácter y la estabilidad emocional. Además, estos estudiantes, por su condición de varones, tienden a procesar distinto las cosas que les ocurre en su interior y alrededor. Esta realidad de los adolescentes varones, se sustenta en lo dicho por Reyes (2017), quien refiere que los adolescentes varones tienen mayores problemas para manejar sus conductas impulsivas y para aceptar las normas vigentes socialmente establecidas, lo cual lo convierte en un factor que incide en su adaptación social, así como en su rendimiento escolar.

1.1 Antecedentes del problema

En el ámbito Internacional, Chávez (2006) en su tesis de grado, realizó un estudio denominado, Bienestar psicológico y su influencia en el rendimiento académico de estudiantes de nivel medio superior, trabajaron con 92 estudiantes regulares, cuyas edades eran 17 a 18 años. Utilizó como instrumento la escala de bienestar psicológico en jóvenes adolescentes (BIEPS-J) de Casullo (2002). Los resultados encontrados señalaron que existe una correlación positiva entre el bienestar psicológico y el

rendimiento académico ($r = 0.709$, $p = .000$). Concluyendo que, debido al diseño de investigación, no pudieron establecer una relación causal entre ambas variables, esto significa que, se desconoce si el bienestar psicológico influye en el rendimiento académico.

Por su parte, Rodríguez (2014) en su tesis de grado, realizó el estudio denominado, Estrategias de Afrontamiento que utilizan los adolescentes del instituto nacional de educación básica telesecundaria, los humitos, Amatitlán ante el alcoholismo de su padre. Trabajaron con 25 adolescentes entre hombres y mujeres y que tenían las edades entre 13 y 17 años. Utilizó como instrumento para tal fin la Escala de Afrontamiento para Adolescentes ACS. Los resultados encontrados fueron los siguientes: el 60% puntuaron que “rara vez” utilizan la estrategia búsqueda de apoyo social. El 64% de los adolescentes “raras veces” utilizan la estrategia Concentrarse en resolver el problema. El 64% “algunas veces” utilizan la estrategia Esforzarse y tener éxito. El 40% utilizan con “mucho frecuencia” la estrategia de afrontamiento Preocuparse. El 56%, de la población, tienden a utilizar “raras veces” la estrategia Invertir en Amigos Íntimos. El 44% “a menudo” utilizan la estrategia Buscar pertenencia. El 40% de los adolescentes hijos de padre alcohólico, utilizan con “mucho frecuencia” la estrategia Hacer ilusiones. El 56% “algunas veces” utilizaron la estrategia Falta de afrontamiento. El 56% “alguna vez” utilizaron la estrategia Reducción de la tensión. El 56% “no utiliza” la estrategia de afrontamiento de Acción Social. El 52% utilizan “algunas veces” la estrategia de Ignorar el Problema. El 40% con “mucho frecuencia” utilizan la estrategia Auto-inculparse. El 48% de la población “a menudo” utilizan la estrategia de afrontamiento Reservarlo para sí. El 56% de la población, utilizan “a menudo” el Apoyo Espiritual. El 52% de la población utiliza “raras veces” la estrategia Fijarse en

lo positivo. El 44% “raras veces” utiliza la estrategia Buscar ayuda profesional. El 40% utilizan con “muchas veces” la estrategia Buscar diversiones relajantes y el 52% indicó que “raras veces” utiliza la estrategia Distracción física. Concluyendo, que gran parte de los adolescentes utilizan con mayor frecuencia la estrategia de buscar diversiones relajantes, seguida de la estrategia de esforzarse y tener éxito y fijarse en lo positivo.

En el ámbito nacional, Chávez, Ortega y Palacios (2016) en su tesis de Licenciatura, realizó un estudio denominado, estrategias de afrontamiento frente al estrés académico que utilizan los estudiantes de una academia preuniversitaria de Lima metropolitana. Trabajaron con 110 de estudiantes en las edades de 16 a 18 años. Utilizó como instrumento el cuestionario Brief Cope creado por Carver Ch. Los resultados que encontraron respecto a las Estrategias de afrontamiento fueron: un 76.37% de los estudiantes utilizan con mayor frecuencia las estrategias de afrontamiento centrado en el problema, Centrado en la emoción un 21,82 y un 1.81% utilizan con mayor frecuencia las estrategias centrado en la evitación del problema. Concluyeron su investigación, señalando que, las estrategias de afrontamiento más utilizadas están en la categoría, centrado en el problema, el cual se considera como un afrontamiento efectivo; porque permite al estudiante reconocer sus propias competencias y habilidades dirigidas a resolver el problema.

En el ámbito local, Casalino (2017), en su tesis de Licenciatura, realizó un estudio sobre el Bienestar Psicológico y Clima Social Escolar en alumnos de 1er y 2do grado de nivel secundario de una Institución Educativa nacional – Trujillo. Trabajó con 122 estudiantes del primero y segundo grado del nivel secundaria. Utilizó para su estudio los instrumentos, la Escala de Bienestar Psicológico (BIEPS – J) – Martha Casullo

(2002) y Escala del Clima Social Escolar (C.E.S.) De R.H. Moos, y E.J Tricket (1984). Obteniendo los siguientes resultados. Las dimensiones: Control, proyectos personales y aceptación de sí mismo, predomina en el nivel medio con porcentajes que oscilan entre 36.1% a 54.9%; y en la dimensión vínculos psicosociales predomina en el nivel alto con el 39.1% de los alumnos. Concluyendo que existen relación entre el bienestar psicológico y el clima social escolar.

Salvador (2016), en su tesis de Licenciatura, realizó un estudio sobre Bienestar Psicológico y Habilidades Sociales en alumnos de primer grado de nivel secundario de una Institución Educativa Particular de la Trujillo. La población estuvo conformada por 101 estudiantes del primero año del nivel secundario. Utilizó para su estudio los instrumentos, la Escala de Bienestar Psicológico (BIEPS – J) – Martha Casullo (2002) y Lista de chequeo de habilidades sociales Goldstein. Logrando las siguientes resultados: El Bienestar Psicológico correlaciona directamente y muy significativamente ($p < .01$), con las Habilidades Sociales a nivel general, en sus dimensiones; Control, Aceptación de sí mismo, Vínculos Psicosociales y la dimensión proyectos. Por lo que, concluyeron que, cada vez que el bienestar psicológico aumenta, las dimensiones de las habilidades sociales, también aumentan.

1.2 Formulación del problema

Percibidos los antecedentes, se esboza la siguiente interrogante: ¿Cuál es la relación entre estrategias de afrontamiento, el bienestar psicológico subjetivo y el rendimiento escolar, en estudiantes del quinto año del nivel secundaria de una institución educativa nacional de la ciudad de Trujillo?

1.3 Objetivos

1.3.1 Objetivo general

Determinar la relación entre las estrategias de afrontamiento, bienestar psicológico subjetivo y el rendimiento escolar, en estudiantes del quinto año del nivel secundario de una institución educativa nacional de la ciudad de Trujillo, 2018.

1.3.2 Objetivos específicos

- Identificar los niveles de las estrategias de afrontamiento en estudiantes del quinto año del nivel secundaria de una institución educativa nacional de la ciudad de Trujillo, 2018.
- Identificar los niveles del bienestar psicológico subjetivo en estudiantes del quinto año del nivel secundaria de una institución educativa nacional de la ciudad de Trujillo, 2018.
- Identificar los niveles del rendimiento escolar, en estudiantes del quinto año del nivel secundaria de una institución educativa nacional de la ciudad de Trujillo, 2018.
- Describir la relación entre las estrategias de afrontamiento y el bienestar psicológico subjetivo en estudiantes del quinto año del nivel secundaria de una institución educativa nacional de la ciudad de Trujillo, 2018.
- Identificar la relación entre las estrategias de afrontamiento y el rendimiento escolar en estudiantes del quinto año del nivel secundaria de una institución educativa nacional de la ciudad de Trujillo, 2018.
- Establecer la relación entre bienestar psicológico y el rendimiento escolar en estudiantes del quinto año del nivel secundaria de una institución educativa nacional de la ciudad de Trujillo, 2018.

1.4 Hipótesis

Hipótesis general

Hi: Existe relación significativa entre las estrategias de afrontamiento, el bienestar psicológico subjetivo y el rendimiento escolar en estudiantes del quinto año del nivel secundaria de una institución educativa nacional de la ciudad de Trujillo, 2018.

Hipótesis específica

H1: Existe relación significativa entre las estrategias de afrontamiento y el bienestar psicológico subjetivo en estudiantes del quinto año del nivel secundaria de una institución educativa nacional de la ciudad de Trujillo, 2018.

H2: Existe relación significativa entre las estrategias de afrontamiento y el rendimiento escolar en estudiantes del quinto año del nivel secundaria de una institución educativa nacional de la ciudad de Trujillo, 2018.

H3: Existe relación significativa entre bienestar psicológico y el rendimiento escolar en estudiantes del quinto año del nivel secundaria de una institución educativa nacional de la ciudad de Trujillo, 2018.

1.5 Justificación

Conscientes de los diversos desafíos que experimentan los profesionales de la salud mental, en el ámbito educativo, en la etapa de la adolescencia y, ante muchas crisis en diversas variables; psicológicos, académicos, sociales, entre otras. Vemos importante conocer la relación que existen entre las variables que miden las capacidades racionales, emocionales y subjetivas de los estudiantes adolescentes. Por lo que, el presente trabajo de investigación se hace relevante a nivel teórico, porque nos ubica en las variantes y cambios que se experimenta en el desarrollo humano y que, por ende, las respuestas de afrontamientos varían; además, nos hará conocer, la manera diferente

que se relacionan dichas variables, en la vida de los adolescentes, produciendo explicaciones que profundicen los contenidos existentes y conceda formas distintas de como estudiar mejor a la población en mención. Así mismo, contiene relevancia social porque servirá para que, la labor de los docentes y padres de familia tengan mejores argumentos para explicar y comprender los diversos comportamientos que presentan los adolescentes en este momento de su vida escolar. Logrando tener una mejor sociedad, a través de familias y/o educadores, que mostrarán más empatía con la difícil etapa de la adolescencia; evitando que, como adultos, tutores o apoderados, seamos insensibles e indiferentes con la situación de ellos, y como consecuencia, brindar un acompañamiento oportuno y, evitar que los adolescentes terminen en decisiones que pongan en peligro su integridad, o que caigan en situaciones de riesgo, el cual les producirá mayores problemas y crisis en sus vidas.

1.6 Limitaciones de la investigación

En esta investigación, las limitaciones que se presentaron están relacionadas a los pocos antecedentes que existen en el ámbito regional y local. Pero se pudo encontrar investigación con una o dos de las variables de estudio, el cual ayudaron a acercarse a algunos resultados que sirvieron de orientación para el presente trabajo de investigación.

También se señala la dificultad que existe para tener un ambiente apropiado y el momento más estratégico para la aplicación de la prueba, ya que sólo permitieron llegar a la población, gracias a la generosidad de los docentes que, brindaron parte de su tiempo, en su hora de clase, encontrando estudiantes que, en ese momento tenía otras motivaciones e intereses, ameritado por el curso en turno que tenían.

II. MARCO TEÓRICO

2.1. Estrategias de afrontamiento

Compete ahora abordar las diferentes definiciones de las variables de esta investigación. La primera variable que se tiene es: estrategias de afrontamiento. Contini (2003, cita a Frydenberg, 1997) señala que, para lograr una transición y adaptación efectiva, se requiere de estrategias de carácter conductual y cognitiva, y que estas estrategias pueden ser para un afrontamiento general o específico, es decir, si el adolescente se atreve a encarar una situación (general) cualquiera o una situación problema en particular (específico). (p.45)

Por su lado González (2002, cita a Plancherel y Bolognini, 1995) refiere “Los adolescentes muestran su forma de afrontamiento a través de un conjunto de conductas y cogniciones, los cuales lo preparan para minimizar o evitar los impactos que le producen al experimentar alguna situación estresante” (p.17).

Frydenberg (1997) define a las estrategias de afrontamiento como el conjunto de acciones cognitivas y afectivas que nacen en respuesta a una inquietud en particular. Ellas representan un intento por restaurar el equilibrio u oprimir la turbulencia para el individuo. Esto puede hacerse resolviendo el problema, es decir, cambiando el estímulo, o acomodándose a la preocupación sin necesariamente dar una solución.

Rodríguez (2014, cita a Solís y Vidal, 2006) señala “Los resultados de Frydenberg, los cuales están basados en las variables estrés y afrontamiento los cuales han sido producidos por Lazarus establecieron el estudio de tres estilos de estrategias de afrontamiento.” (p.23)

El primero, son lo que están dirigidos a la resolución de problemas, el cual se caracterizado en los atrevimientos de mantener una actitud optimista y socialmente conectada. Las estrategias que pertenecen a este estilo, son:

- Concentrarse en resolver el problema. El cual es una estrategia que está dirigida a dar solución a un problema, haciendo un análisis sistemático de las diversas opiniones o soluciones.
- Esforzarse y tener éxito. Esta estrategia consiste en manifestar conductas que están caracterizadas por la dedicación, ambición y compromiso.
- Fijarse en lo positivo. Son conductas orientadas en una visión positiva y optimista en cada situación que se presente, además, muestra la capacidad de enfocarse en el lado bueno de las cosas y sentirse dichoso
- Buscar diversiones relajantes. Es una conducta orientada a brindarse momentos relajantes y de ocio, como pintar o leer.
- Distracción física. Se manifiesta a través de una conducta que busca experiencias de esparcimientos, como el deporte u otra actividad física que implique trabajo físico y conservarse en forma.

Segundo estilo, se refiere al estilo de referencia a otros. Este estilo se manifiesta a través del trabajo de hacer frente a las demandas que generan problemas, a través de la búsqueda de ayudas y beneficiarse de las capacidades de los demás, los cuales pueden ser compañeros o amigos y algunos profesionales o deidades espirituales. En este estilo de afrontamiento le corresponde las siguientes estrategias:

- Buscar apoyo social. Hace referencia a la inclinación de dar a conocer las dificultades que se está enfrentando, a personas que inspiran confianza y a quienes se les considera idóneos para resolver situaciones problemáticas.
- Acción social. Hace mención en permitir que algunas personas se enteren de lo que está ocurriendo y, juntos generar acciones para conseguir ayudas a través de cartas u oficios solicitando ayuda, como también, organizar alguna actividad que genere recursos diversos para afrontar las exigencias que se esté viviendo.
- Buscar apoyo espiritual. Se caracterizan por reflejar una inclinación o actitud espiritual como el orar o buscar consejería u orientación de algún líder espiritual y creer y confiar en dichos recursos.
- Buscar ayuda profesional. Se caracteriza por la persona que acude a la afirmación profesional o personas destacadas o bien preparadas que puedan dar respuestas científicas a la situación que se esté viviendo.
- Invertir en amigos íntimos. Hace mención a una persona que se esfuerza por cultivar relaciones amicales muy cercanas, que se caracteriza por el compromiso y la lealtad, cultivando de esta manera buenas e íntimas amistades.
- Buscar pertenencia. Se manifiesta a través de una clara inquietud de saber si puede establecer relaciones que le sean significativas generando cierta tranquilidad al conocer lo que está pensando el otro.

El tercer estilo, se refiere al estilo afrontamiento no productivo. El cual se caracteriza porque presenta a individuos incapaces de hacer frente a las demandas del entorno a los cuales se les percibe como situaciones problemáticas, generando más bien formas o estrategias que buscan evitar exponerse en la búsqueda de

solución. Aunque este estilo no sea el idóneo, consigue aliviar o brindar calma temporal. Le pertenecen a este estilo, las estrategias:

- Preocuparse. Se refiere a elementos que indican temor por lo que ha de acontecer en el futuro, mostrando desconfianza o pesimismo en que se ponga riesgo la felicidad o tranquilidad futura.

- Hacerse ilusiones. Esta caracterizado por personas que se sostiene en una esperanza ilusoria, generándole una expectativa de un resultado feliz y que todo saldrá bien.

- Falta de afrontamiento o no afrontamiento. Se caracteriza por sujetos incapaces de generar acciones de afrontamiento a las dificultades, además, presenta la tendencia de desarrollar problemas de carácter psicossomáticos.

- Ignorar el problema. Les sucede a personas que, aunque son conscientes de lo que les ocurre, prefieren resistirse, negándose a aceptar la realidad.

- Reducción de la tensión. Les sucede a personas que tienen buenas intenciones para buscar sentirse mejor o de pensar en formas de hacer frente la tensión que le está generando los problemas.

- Reservarlo para sí. Son aquellas personas que eligen callar y reservarse las cosas que les están ocurriendo. Generando actitudes de silencio, aislamiento y reserva de sus problemas.

- Autoinculparse. Se caracteriza por sujetos que toman muy personal las cosas, sobre todo aquellas que no resultan o muestran resultados positivos, por lo que, dichas personas se asumen toda la responsabilidad de los problemas que están pasando.

En el trabajo de investigación de García (2015, cita a Richard S. Lazarus y Susan Folkman 1986) señala “Que ha logrado identificar los modos en que los seres humanos, ante distintas situaciones o momentos, actúan. Además, están condicionados a las características particulares que tienen dichos individuos, exigiéndole para su abordaje, procesos psicológicos mediadores” (p.63). De este modo, Lazarus y Folkman, consideran el afrontamiento como aquellos esfuerzos cognitivos y conductuales constantemente cambiantes que se desarrollan para manejar las demandas específicas externas y/o internas que son evaluadas como excedentes o desbordantes de los recursos del individuo. Así mismo, tales autores consideran el afrontamiento como un proceso, lo que implica asumir los siguientes principios:

El afrontamiento depende del contexto y, por lo tanto, puede cambiar durante una situación determinada.

Los pensamientos y las acciones del afrontamiento se definen por el esfuerzo y no por el éxito.

La teoría del afrontamiento como un proceso enfatiza que existen al menos dos funciones principales, una orientada al problema y otra orientada a la emoción, cuya utilización depende del grado de control que se tenga sobre la situación.

Algunas estrategias de afrontamiento son más estables o consistentes en situaciones estresantes que otras.

El afrontamiento es capaz de mediar el resultado emocional, modificando el estado emocional del inicio al fin en un encuentro estresante.

2.1.1. Importancia de las estrategias de afrontamiento

Se refiere a la importancia de las estrategias de afrontamiento, por lo que, señala García (2015, cita a Frydenberg y Lewis, 1996) quien estudia las estrategias de afrontamiento en adolescentes y plantean tres estilos básicos, los cuales son: estilo dirigido a la resolución de problemas, estilo dirigido a reducir la tensión y la reacción emocional y, por último, el estilo improductivo, que se refiere a la pasividad y evitación de la situación. (p.43)

2.1.2. Estrategias de afrontamiento y adolescencia

Gaeta (2008, cita a Garaigordobil, 2001) quien refiere “La adolescencia por ser una etapa de profundos cambios y una marcada inestabilidad, es crucial el desarrollo vital, porque en esta etapa se establecen los ideales de vida, en las que se construye la identidad personal para la etapa adulta” (p.28). Además, se produce la evolución de una persona dependiente a un independiente, por lo que, muestra la capacidad de ser una persona autónoma. Es así que, en esta nueva dinámica de relación se requiere de todos los recursos aprendidos para afrontar con éxito las demandas de esta etapa.

Reyes (2017, cita a Kirchner, Ferrer, Forns y Zanini, 2011) señala que, la etapa de los adolescentes es una que se conoce por ser un periodo evolutiva del ser humano y que presenta una gran inestabilidad emocional. Esto se debe a los múltiples cambios que enfrentan, los cuales aumentan el nivel de estrés y que pueden repercutir en, consecuencias presentes y futuras, desajustes psicológicos. (p.41) Por lo que, es de suma utilidad conocer los riesgos que pueden afectar el bienestar psicológico de los adolescentes.

Para Reyes (2017, cita a Fantin, Florentino y Correché, 2005) señala “que los adolescentes varones tienen mayores problemas para manejar sus conductas impulsivas y para aceptar las normas vigentes socialmente establecidas, lo cual lo convierte en un factor que incide en su adaptación social, así como en su rendimiento escolar” (p.29). Así mismo, afirma que durante la etapa de la adolescencia no es posible mencionar que la personalidad esté totalmente conformada y que sea estable, porque se trata de una etapa de desarrollo difícil, y que, se presentan con fuertes cambios, tanto físicos como hormonales, afectando directamente en la manera como se muestran afectivamente, los cuales son normalmente oscilantes y frágiles, por lo que, pueden llegar a causar malestar e incomprensión en las personas que rodean al adolescente. Por lo tanto, frente a situaciones generadoras de estrés, las personas suelen decidir por mecanismos que reciben el nombre de afrontamiento.

2.2. Bienestar psicológico

Coppari (2012, cita a Casullo y Castro, 2000) se acerca a una definición muy concreta sobre este constructo y, señala “cuando un individuo juzga su vida en términos satisfactorios está revelando un adecuado bienestar psicológico” (p.51).

Coppari (2012, cita a Ryff 1989) señala “el bienestar psicológico presenta variaciones significativas que están relacionadas con la cultura, la edad y el sexo; siendo esto, más que, el solo hecho de ver al individuo estable en sus afectos o experimentando felicidad”. (p.26)

Chávez (2015, cita a Diener, 1995) quien agrupa en tres categorías las concepciones de la variable bienestar. La primera se refiere a la satisfacción con la

vida. En esta categoría, el autor destaca, la felicidad que dura, es gracias al predominio de agradables sentimientos que permanecen en un prolongado periodo. Esta condición se refleja en las personas que se sienten usualmente contentas en sus vidas. Los significados de la palabra felicidad son sinónimos de la satisfacción, calidad y autorrealización de la vida. La segunda categoría, hace referencia o tiene incidencia en los sentimientos preponderantes, como los afectos efectivos que están por encima de los negativos. Por último, la categoría tercera, hace mención al bienestar, el cual que es vista como la heredad de condiciones acompañada con un régimen específico de valores. (p.39-41)

2.2.1. Bienestar psicológico subjetivo

Para Sánchez –Cánovas (2007) define, bienestar psicológico subjetivo, como la condición de felicidad ante la percepción subjetiva de la propia vida. También lo describe como el deleite con la vida, como resultado del desarrollo y crecimiento personal, establecer relaciones de calidad y; la afectividad positiva con otros. En resumen, significa, alcanzar logros significativos.

Chávez (2015, cita a Diener, 1984) señala que, para definir bienestar psicológico subjetivo, se debe realizar tres agrupaciones importantes. El primero, es el que hace descripciones sobre el bienestar, haciendo referencia a un sujeto que hace una valoración de su vida en términos favorables y que muestra contentamiento. El segundo, es la preponderancia de afectos positivos sobre los negativos, esto significa que, una persona cuando se define, lo hace resaltando más, los aspectos positivos y que superan a los negativos. Y el tercero y última agrupación, es la

felicidad, el cual es percibido como una dignidad y como el único valor terminable y suficiente en sí mismo. (p.48)

Es así que, siguiendo la línea del enfoque de este autor, se puede señalar que el bienestar psicológico subjetivo, hace referencia a la felicidad y, lo exhibe como la consecuencia de una autoevaluación y análisis del sentimiento positivo y negativo; el cual incluye la apreciación global y cognitiva de la vida humana, convirtiendo ambas en las nociones clásicas de la felicidad.

De este modo, se señala, ahora, una a una, según Sánchez –Cánovas (2007), las dimensiones, que conforman el bienestar psicológico.

- Bienestar subjetivo
- Bienestar material
- Bienestar laboral
- Bienestar en las relaciones de pareja

Para el bienestar psicológico subjetivo, lo conforman tres componentes; uno de ellos es de carácter cognitivo, el cual se refiere a la satisfacción con la vida, y los dos siguientes tiene que ver con los afectos, los cuales pueden ser positivo y negativo.

Para el autor, la persona puede evaluar su propio estado de satisfacción y; al mismo tiempo conocer y asignar un valor subjetivo en comparación con sus experiencias de su vida pasada, y de esta manera pueda relacionarlo con ámbitos concretos.

2.2.2. Teorías del bienestar psicológico subjetivo

En relación a las teorías, se tiene la de Chávez (2015, cita a Diener, 1984), quien habla sobre los puntos de vista del bienestar psicológico, señalando las siguientes teorías:

Teoría finalistas o teleológicas. Se refiere al logro de un objetivo y anhelo que se obtiene después de perseguir y alcanzar un estado o situación, al conseguirlo se logra el bienestar.

Teoría del placer-dolor. Hace referencia a determinadas mixturas que están entre el displacer y placer, dando como resultado el bienestar.

Teoría de la actividad. Hace mención del producto que se logra a través de la labor humana “bien hecha” al cual se le llama bienestar.

Teoría del top-down versus bottom-up. Esta teoría hace referencia a la acumulación de experiencias de felicidad, el cual se consigue por los procesos y las relaciones y, que están entre la felicidad y las predisposiciones personales.

Teoría asociacionista. Defienden la posición que la felicidad se consigue a partir de una base de redes que se asociación en la memoria, a las cogniciones de cada cual y al condicionamiento.

Teoría de juicio, o teorías valorativas. Comparan unas situaciones modelo con las condiciones reales, señalando que el producto que se logra es la felicidad.

2.2.3. Características del bienestar psicológico subjetivo

Chávez (2015, cita a Casas, 1999) quien habla del cómo se caracteriza el Bienestar Psicológico subjetivo. Señalando las siguientes características:

- Se consigue a través de la experiencia de la persona, a pesar de la influencia del contexto físico y material.

- No solo son las ausencias de situaciones negativas, sino que incluye las acciones positivas.
- Así mismo, tiene que ver con la evaluación completa de la vida de una persona.

2.2.4. Bienestar psicológico subjetivo y adolescencia

Casalino (2017) refiere que investigar sobre bienestar psicológico subjetivo es de gran importancia, sobre todo en la vida de los adolescentes, porque se podrá conocer la condición mental y el estado físico de ellos. Además, es indispensable saber cómo el estatus, influenciará en la manera de como resuelven sus problemas y como se manifiestan conductualmente, teniendo en cuenta que, ser adolescente implica ser vulnerable en una etapa que atraviesa por complicados cambios y adaptaciones, y que estos pueden manifestarse en su diario vivir. (p.61)

Casalino (2017, cita a Casullo y Castro, 2000) señala que, el adolescente no puede evitar pasar por diversas experiencias en su proceso de cambio, por lo que, dependiendo de cómo se conduzca, repercutirá en su desenvolvimiento y la manera de cómo hará frente a las demandas en su contexto social, así, en como emplea sus recursos para sostenerse en las crisis. De este modo, es muy importante conocer cómo se manifiestas sus factores tanto protectores como de salud. (p.54)

Para Contini (2003, cita Castro, 2000) refiere que la importancia del bienestar psicológico subjetivo en la adolescencia, es porque se trata de una etapa en que se manifiestan transformaciones sustanciales en su desarrollo de la personalidad, así como la definición de su identidad personal y de cómo planea un proyecto de vida favorable. (p.34)

2.3. Rendimiento Escolar

Huertas (2016, cita a Chadwick, 1979) señala que, el rendimiento escolar es la forma como los estudiantes manifiesta sus habilidades y capacidades, así también el reflejo de un bienestar psicológico. Estas características se han logrado desarrollar gracias a un continuo aprendizaje, favoreciéndole para conseguir logros y resultados positivos en su contexto escolar, a medida que avanza en su semestre académico y que se visualiza por medio de un calificativo cuantitativo. Además, aunque una nota cuantitativa sea referencial, da testimonio del logro alcanzado por el estudiante. (p.67)

Así mismo, Huertas (2016, cita a González, 1982) refiere. “hablando del rendimiento escolar, debe existir una relación entre el tiempo que al alumno le lleva graduarse y el número de cursos que aprobó, el cual lo refleja en sus calificativos finales que obtiene” (p.27).

Por su parte, Herrera (2016, cita a Enríquez, 1998) refiere. “El rendimiento o aprovechamiento escolar es la consecuencia de un proceso de aprendizaje, manifestado en una serie de capacidades siguiendo un diseño curricular, con normas y demandas de metas, logros conductuales y manejo de condiciones psicosociales” (p.24). Además, agrega, la motivación que tenga el estudiando es indispensable para lograr su aprendizaje y desenvolverse en un contexto académico y social.

La directiva sobre evaluación de los aprendizajes de los estudiantes en la educación básica regular. Pues según la resolución ministerial N° 0234-2005-ED, establecen claramente las funciones que deben tener el ministerio, para lograr una adecuada formación y motivación en el estudiante, dentro del marco que estipula

la ley N°28044. Estas directrices son tanto para las instituciones educativas públicas como privadas. En este sentido, la valoración de los aprendizajes se expresa a través de notas cuantitativas que van consignadas en los reportes y actas de evaluación; siendo la escala de calificación, vigesimal. Siendo la nota mínima aprobatoria de 11.

Por lo tanto, al conocer, estas directrices del Ministerio de Educación, para efecto de esta investigación, se recurre al consolidado de los reportes de notas, para conocer las notas promedias de cada alumno, quienes de acuerdo a los criterios de inclusión forma parte de la investigación.

2.3.1. Características del rendimiento escolar

Huertas (2016, cita a García y Palacios, 1991) refiere. “Gracias a un estudio realizado respecto al rendimiento escolar, existe condiciones en el estudiante, uno es estático y, el otro dinámico los cuales son inherentes al sujeto como ser social” (p.15). Por lo que, presenta las siguientes características:

- El rendimiento, en su condición dinámica, se manifiesta de modo natural y consecuente al esfuerzo y capacidad que presenta el estudiante, el cual se da a través del proceso de aprendizaje.
- El rendimiento, en su condición estática, hace referencia al producto que consigue el alumno, el cual esta expresado en su aprovechamiento y conducta.
- El rendimiento condiciona juicios de valoración y medidas de seguridad.
- El rendimiento no un fin en sí mismo, es un medio.

- El rendimiento tiene relación con las razones éticas y que contienen perspectivas financieras, generando, en función al modelo, un tipo de rendimiento más esperado.

2.3.2. Componentes del aprendizaje

Para hablar de los componentes que intervienen en el aprendizaje, se cita a Salinas (2010) que refiere. “Los componentes son factores o variables que están necesariamente presentes en el rendimiento escolar, pudiendo ser exógenos o endógenos” (p.19).

Los factores endógenos. Hace referencia a los aspectos somáticos, psicológicos y personales del estudiante. Los cuales están ampliamente relacionados. Además, pueden incluir, en la trayectoria de vida del estudiante, sus hábitos de ver noticias, la frecuencia de leer algunos libros y si es hombre o mujer.

En cuanto a los factores exógenos, Salinas (2010, cita a Brunner y Elacqua, 2003) señala. “Dichos factores exógenos son los que vienen de fuera del estudiante o de su entorno” (p.22). Estos pueden ser:

La comunidad: el cual se refiere a lo que primero rodea al estudiante, el cual pueden ser los vecinos y las actividades negativas o positivas que ahí se desarrollen.

La familia: es otro aspecto importante de influencia, el cual está relacionada con la manera como está organizada la familia, la ocupación que tienen, los ingresos económicos, el grado de instrucción de los padres, la forma de vida familiar, los estilos de crianza, la afectividad, las condiciones físicas de la casa, los recursos que disponen para proveerlo al logro del aprendizaje y como está la relación de la escuela y la familia, etc.

La escuela: está referido primero, al sistema escolar, de manera integral, es decir, tanto la parte física (aula) y la pedagógica (enseñanza). Además, abarca, al contemplar el tipo de materiales que se usa para la enseñanza, como también el espacio y tiempo; como se organizan las clases que son dictadas, las reglas que se establecen para el proceso de enseñanza-aprendizaje, la manera de cómo se usa los diversos componentes de la comunicación para una mejor relación, la forma de cómo se evalúa los logros en el aprendizaje, el clima institucional en relación a los administrativos y docentes, como también los alumnos y los padres de familia junto a la comunidad.

2.4. Marco conceptual

Estrategias de afrontamiento

Frydenberg hace referencia que la estrategia de afrontamiento está relacionada con los aspectos cognitivos y conductuales del sujeto y que le sirven para responder de manera efectiva logrando mejor adaptación. (1993, p. 13)

Bienestar psicológico subjetivo

Sánchez-Cánovas (2007) refiere que el bienestar psicológico tiene que ver con el bienestar y la forma como el sujeto experimenta sensaciones placenteras relacionadas con sus logros personales, laborales, económico; considerando como una percepción subjetiva que tienen las personas frente a los eventos que experimentan.

Rendimiento escolar

Herrera (2016, cita a Enríquez, 1998) describe al rendimiento o aprovechamiento escolar como el resultado de un proceso de aprendizaje donde el alumno alcanza las capacidades requeridas en su formación conforme los parámetros de evaluación y seguimiento. (p.24)

III. MATERIAL Y METODOS

3.1. MATERIAL:

3.1.1. Población

La población estuvo conformada por 170 estudiantes, turno tarde, de una institución educativa nacional, matriculados en el año escolar 2018, la característica principal que tuvo esta población es que fueron varones y estaban enmarcados entre las edades de 16 y 18 años.

Tabla 1

Población de estudiantes del quinto año de secundaria, distribuidos por cada sesión

N°	Sesión	Cantidad
1	F	34
2	G	34
3	H	35
4	I	33
5	J	34
TOTAL		170

3.1.2. Muestra

La muestra estuvo conformada por 3 secciones debidamente seleccionadas, al igual que la selección de los estudiantes se dio según los criterios de inclusión-exclusión.

Tabla 2

Muestra de estudiantes del quinto año de secundaria, distribuidos por cada sesión

N°	Sesión	Cantidad
1	G	18
2	H	22
3	I	20
TOTAL		60

Muestreo: Se utilizó el muestreo no probabilístico, por conveniencia. Según Sánchez (2017), afirma “que este tipo de muestreo no probabilístico, se usa por ser más conveniente para el investigador, ya que los sujetos se eligen por la facilidad del reclutamiento” (p.13).

3.1.3. Unidad de análisis

Un estudiante del quinto año del nivel secundario de una institución educativa nacional, matriculado en el año escolar 2018.

Criterios de inclusión:

Los estudiantes seleccionados cumplieron los siguientes requisitos:

- Estudiantes que se encuentren registrados en el año escolar 2018.
- Estudiantes que estén presentes al momento de la aplicación del test.
- Estudiantes que tengan la edad cumplida de 17 años.
- Estudiantes que marquen correctamente el instrumento evaluado.
- Estudiantes que tengan cualquier rendimiento escolar.

Criterios de exclusión:

Los estudiantes no seleccionados deberán cumplir los siguientes requisitos:

- Alumnos que no se encuentren registrados en el año escolar 2018.

- Alumnos que no hayan cumplido sus 17 años.
- Alumnos que no marquen correctamente el instrumento evaluado.

3.2. MÉTODO

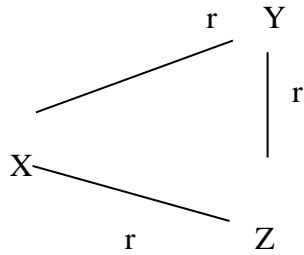
3.2.1. Tipo de estudio

Apoyados en Hernández (2014) el trabajo correspondió a un tipo de estudios exploratorios. Porque este tipo de cumple la finalidad de conocer la relación o grado de asociación que existe entre dos o más conceptos, categorías o variables en una muestra o contexto en particular. Además, en los estudios correlacionales primero se mide cada una de éstas, y después se cuantifican, analizan y establecen las vinculaciones. Tales correlaciones se sustentan en hipótesis sometidas a prueba. (p.126). En este sentido se aplicó dos test psicológicos estandarizados, Obteniendo resultados que luego fueron analizados junto al reporte de las actas de notas de cada estudiante del quinto año de secundaria, y seguidamente se logró hacer la correlación correspondiente.

3.2.2. Diseño de investigación

Se estableció un tipo de estudio básico, porque se buscó comprender y confirmar el conocimiento; es así que, para este fin se utilizó el diseño transeccionales exploratorios, de tipo transeccional correlacional, porque tuvo el objetivo, describir relaciones entre dos o más categorías, conceptos o variables en un momento determinado. Se analizó únicamente en términos correlacionales. (Hernández, 2014, p. 252).

El diagrama o esquema es el siguiente:



X: Variable de Bienestar Psicológico

Y: Variable de Afrontamiento

Z: Rendimiento Académico

3.2.3. Operacionalización de variables

VARIABLE	DEFINICIÓN CONCEPTUAL	DEFINICIÓN OPERACIONAL	INDICADORES	ESCALA DE MEDICIÓN
BIENESTAR PSICOLÓGICO SUBJETIVO	El bienestar psicológico es el bienestar y la forma como el sujeto experimenta sensaciones placenteras relacionadas con sus logros personales, laborales, económico; considerando como una percepción	Es el nivel de aceptación de la propia vida, el cuál será medido a través de la Escala de Bienestar Psicológico (EBP). Esta prueba se compone de los subtests bienestar subjetivo (el cual usaremos para este estudio), bienestar material, bienestar laboral y de pareja (que	1. Relaciones positivas 2. Autonomía 3. Dominio del entorno 4. Crecimiento personal 5. Propósito en la vida.	Escala Ordinal

	<p>subjetiva que tienen las personas frente a los eventos que experimentan.</p> <p>(Sánchez –Cánovas, 2007).</p>	<p>no se utilizarán en esta investigación).</p>		
<p>ESTRATEGIAS DE AFRONTAMIENTO</p>	<p>Las estrategias de afrontamiento son los aspectos cognitivos y conductuales del sujeto y que le sirven para responder de manera efectiva logrando mejor adaptación.</p> <p>(Frydenberg, 1993).</p>	<p>El afrontamiento se describe como las conductas y acciones que se generan en respuesta a las demandas planteadas al individuo. Algunas de estas acciones intentan modificar o remediar la fuente de la demanda.</p>	<p>I. Resolver el problema: es un estilo de afrontamiento que abarca las siguientes estrategias:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Concentrarse en resolver el problema 2. Esforzarse y tener éxito 3. Fijarse en lo positivo 4. Buscar diversiones relajantes 5. Distracción física. <p>II. Referencia a otros: es un segundo estilo de afrontamiento, el cual abarca las siguientes estrategias:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Buscar apoyo social 2. Acción social 	<p>Escala Ordinal</p>

			<p>3. Buscar apoyo espiritual</p> <p>4. Buscar ayuda profesional</p> <p>5. Invertir en amigos íntimos</p> <p>6. Buscar pertenencia.</p> <p>III. Afrontamiento no productivo: es el tercer y último estilo de afrontamiento. Contiene las siguientes estrategias:</p> <p>1. Preocuparse</p> <p>2. Hacerse ilusiones</p> <p>3. Falta de afrontamiento o No afrontamiento</p> <p>4. Ignorar el problema</p> <p>5. Reducción de la tensión</p> <p>6. Reservarlo para sí</p> <p>7. Auto inculparse.</p>	
<p>RENDIMIENTO ESCOLAR</p>	<p>El rendimiento o aprovechamiento escolar es el resultado de un proceso de</p>	<p>Resultados cuantitativos del logro alcanzado en los últimos trimestres correspondiente al año</p>	<p>Promedios finales de los dos últimos trimestre.</p>	<p>Escala Ordinal</p>

	<p>aprendizaje donde el alumno alcanza las capacidades requeridas en su formación conforme los parámetros de evaluación y seguimiento.</p> <p>(Herrera (2016, cita a Enríquez, 1998,24)</p>	<p>escolar 2018.</p>		
--	---	----------------------	--	--

3.2.4. Instrumentos de recolección de datos

Instrumento 1: Escala de bienestar psicológico – subescala de bienestar psicológico subjetivo.

- Este instrumento fue adaptado en el Departamento de TEA Ediciones en la Universidad de Valencia y elaborado por José Sánchez – Cánovas. Esta prueba está diseñada para una aplicación individual o colectiva y para sujetos que están en las edades entre 17 a 90 años. No cuenta con un tiempo límite, sin embargo, puede tener en promedio una duración de veinte a treinta minutos. La prueba contiene sesenta y cinco ítems, distribuidos en cuatro sub escalas, de los cuales, treinta ítems le corresponden a la subescala de bienestar psicológico subjetivo. La presentación de las respuestas se da en cinco opciones en la escala de Likert. La puntuación de

los ítems se obtiene realizando una suma aritmética de cada uno de los ítems.

- En cuanto a sus características psicométricas de su versión de origen, al correlacionar con el inventario de felicidad de Oxford (.899) se consiguió una correlación alta y significativa. Así mismo, con el cuestionario de satisfacción con la vida, diseñada por el mismo autor, se obtuvo una correlación moderada y significativa.
- En cuanto a su validez del constructo, se encontró a través de un análisis factorial exploratorio, un 35.64% de explicación de varianza, usando el método de rotación varimax, hallando resultados moderadamente altos y de carácter bipolar en todas las saturaciones.
- En cuanto a la confiabilidad, se consiguió la consistencia interna, para la cual se utilizó el estadístico de Alfa de Cronbach, obteniendo un resultado de .886 para la escala ponderada (24 ítems) y para la escala combinada (65 ítems) de .941. En cuanto en las subescalas se consiguieron índices entre .870 y .935.

Instrumento 2: Escalas de Afrontamiento para Adolescentes (ACS).

- El nombre de origen de este instrumento, en inglés, es Adolescent Coping Scale (ACS), el cual fue construido por Frydenberg y Lewis en 1993, el cual se estableció como una alternativa para el estudio del afrontamiento en el adolescente. Éste instrumento consta de 79 ítems cerrados más uno abierto, en los cuales identifican las estrategias de afrontamiento más cotidianos utilizados por los adolescentes. Los ítems se distribuyen en 18

escalas, cada una de las cuales refleja una respuesta de afrontamiento diferente y contiene entre 3 y 5 ítems por escala.

- La confiabilidad y validez de la prueba Adolescent Coping Scale (versión de origen), se consiguió a través de las descripciones sobre las conductas de afrontamiento dadas por un grupo de 2.041 adolescentes australianos, quienes dieron las bases para el desarrollo de este instrumento. A través de dos estudios, uno en 1990 (643 estudiantes australianos, de ambos sexos, entre los 15 y los 18 años de edad) y otro en 1992 (576 escolares, de ambos sexos, entre los 13 y los 17 años de edad). Es así que, al analizar la validez de constructo, se usó el análisis factorial a través del método de los componentes principales con rotación oblicua oblmin. Además, se hicieron tres análisis factoriales en cada grupo de ítems de las categorías respectivas, usando las respuestas dadas por los sujetos de la muestra. Luego que se realizaron estos tres análisis factoriales, se encontró que las 18 escalas tuvieron validez de constructo. Así mismo, respecto a la confiabilidad, se encontró que en ambos estudios las respuestas a los ítems tuvieron suficiente estabilidad. Las confiabilidades test-retest para las subescalas variaron de .49 a .82 ($M = .68$) en la forma específica, y de .44 a .84 ($M = .69$) en la forma general.
- La adaptación de esta prueba fue realizada por el departamento de psicología de la Universidad de Lima, 2002. Para su adaptación trabajaron con una muestra de 452 sujetos, compuesta por 162 (36%) varones y 290 (64%) mujeres. Del total de sujetos, 47 (10%) tenían entre 12 y 14 años de edad; 217 (48%) tenían entre 15 y 17 años de edad; y 188 (41%) tenían

entre 18 y 20 años de edad. Los resultados que obtuvieron, sirvieron para demostrar que la ACS eran confiables en todos los puntajes. Por lo que, se llegó a la conclusión de que el ACS tiene una validez, pues al realizar las correlaciones ítem-test, se consiguieron valores significativos en cada una de las escalas. En cuanto al análisis factoriales que se realizó, demostraron que las 18 escalas del ACS se mantienen con la versión adaptada para nuestro medio, pero en algunos casos, con la inclusión de ítems específicos.

Instrumento 3: Acta de evaluación.

- Permitió determinar la variable de rendimiento escolar y conocer el resultado final de cada alumno.

3.2.5. Procedimiento y análisis estadístico de datos.

Para el procesamiento de los datos estadísticos se utilizó la prueba estadística del SPSS versión 23.0 y se mostró los resultados en tablas utilizando el análisis de tipo descriptivo inferencial. Se usó la prueba de normalidad de Kolmogorov Smirnov para determinar la normalidad de la distribución de los datos.

Para la contrastación de hipótesis se utilizó el coeficiente de correlación de Pearson. El cual es una prueba estadística para analizar la relación entre dos variables medidas en un nivel por intervalos o de razón. Se le conoce también como “coeficiente producto-momento”. Además, el análisis de las dos variables en la prueba en sí, no considera a una como independiente y a otra como dependiente, ya que no evalúa la causalidad. La noción de causa-efecto (independiente-dependiente) es posible establecerla teóricamente, pero la prueba no asume dicha causalidad. Así mismo, el coeficiente de correlación de Pearson se

calculó a partir de las puntuaciones obtenidas en una muestra en dos variables. Se relacionaron las puntuaciones recolectadas de una variable con las puntuaciones obtenidas de la otra, con los mismos participantes. (Hernández, 2014, p.304-305)

3.2.6. Consideraciones éticas

Se consideró los siguientes aspectos:

- Informar al participante las características de la investigación que pueda influir en su decisión de participar y de explicar otros aspectos de la investigación.
- Respetar la libertad del individuo para declinar su participación, o para que se retire de la investigación.
- Se proporcionó al participante información sobre la naturaleza del estudio a fin de que al llenar los cuestionarios no sienta incomodidad o se genere malos entendidos.
- Por último, se le hizo presente, el mantener la confidencialidad sobre la información obtenida de la investigación.

IV. RESULTADOS

Tabla 3A

Niveles en la estrategia de afrontamiento, buscar apoyo social, en estudiantes del quinto año del nivel secundaria de una institución educativa nacional de la ciudad de Trujillo, 2018.

Estrategia	Niveles	f	%
	Muy Alto	22	37
Buscar Apoyo Social (As)	Alto	13	22
	Normal	9	15
	Bajo	11	18
	Muy bajo	5	8
Total		60	100

Fuente: Base de datos, estadística propia.

Tabla 3B

Niveles en la estrategia de afrontamiento, concentrarse en resolver el problema, en estudiantes del quinto año del nivel secundaria de una institución educativa nacional de la ciudad de Trujillo, 2018.

Estrategia	Niveles	f	%
	Muy Alto	7	12
Concentrarse en resolver el problema (Rp)	Alto	7	12
	Normal	10	16
	Bajo	17	28
	Muy bajo	19	32
Total		60	100

Fuente: Base de datos, estadística propia.

Tabla 3C (continuación)

Niveles en la estrategia de afrontamiento, esforzarse y tener éxito, en estudiantes del quinto año del nivel secundaria de una institución educativa nacional de la ciudad de Trujillo, 2018.

Estrategia	Niveles	<i>f</i>	%
Esforzarse y tener éxito (Es)	Muy Alto	10	16
	Alto	12	20
	Normal	15	25
	Bajo	7	12
	Muy bajo	16	27
Total		60	100

Fuente: Base de datos, estadística propia.

Tabla 3D

Niveles en la estrategia de afrontamiento, preocuparse, en estudiantes del quinto año del nivel secundaria de una institución educativa nacional de la ciudad de Trujillo, 2018.

Estrategia	Niveles	<i>f</i>	%
Preocuparse (Pr)	Muy Alto	4	7
	Alto	17	29
	Normal	7	12
	Bajo	19	32
	Muy bajo	13	22
Total		60	100

Fuente: Base de datos, estadística propia.

Tabla 3E (continuación)

Niveles en la estrategia de afrontamiento, invertir en amigos íntimos, en estudiantes del quinto año del nivel secundaria de una institución educativa nacional de la ciudad de Trujillo, 2018.

Estrategia	Niveles	f	%
Invertir en amigos íntimos (Ai)	Muy Alto	20	33
	Alto	20	33
	Normal	5	9
	Bajo	11	18
	Muy bajo	4	7
Total		60	100

Fuente: Base de datos, estadística propia.

Tabla 3F

Niveles en la estrategia de afrontamiento, buscar pertenencia, en estudiantes del quinto año del nivel secundaria de una institución educativa nacional de la ciudad de Trujillo, 2018.

Estrategia	Niveles	f	%
Buscar Pertenencia (Pe)	Muy Alto	16	27
	Alto	8	14
	Normal	14	23
	Bajo	5	8
	Muy bajo	17	28
Total		60	100

Fuente: Base de datos, estadística propia.

Tabla 3G (continuación)

Niveles en la estrategia de afrontamiento, hacerse ilusiones, en estudiantes del quinto año del nivel secundaria de una institución educativa nacional de la ciudad de Trujillo, 2018.

Estrategia	Niveles	<i>f</i>	%
	Muy Alto	14	23
Hacerse Ilusiones (Hi)	Alto	16	27
	Normal	12	20
	Bajo	8	13
	Muy bajo	10	17
Total		60	100

Fuente: Base de datos, estadística propia.

Tabla 3H

Niveles en la estrategia de afrontamiento, falta de afrontamiento, en estudiantes del quinto año del nivel secundaria de una institución educativa nacional de la ciudad de Trujillo, 2018.

Estrategia	Niveles	<i>f</i>	%
	Muy Alto	28	47
Falta de afrontamiento (Na)	Alto	12	20
	Normal	12	20
	Bajo	6	10
	Muy bajo	2	3
Total		60	100

Fuente: Base de datos, estadística propia.

Tabla 3I (continuación)

Niveles en la estrategia de afrontamiento, reducción de tensión, en estudiantes del quinto año del nivel secundaria de una institución educativa nacional de la ciudad de Trujillo, 2018.

Estrategia	Niveles	<i>f</i>	%
	Muy Alto	24	40
Reducción de tensión (Rt)	Alto	16	27
	Normal	8	13
	Bajo	6	10
	Muy bajo	6	10
Total		60	100

Fuente: Base de datos, estadística propia.

Tabla 3J

Niveles en la estrategia de afrontamiento, acción social, en estudiantes del quinto año del nivel secundaria de una institución educativa nacional de la ciudad de Trujillo, 2018.

Estrategia	Niveles	<i>f</i>	%
	Muy Alto	39	65
Acción Social (So)	Alto	8	13
	Normal	9	15
	Bajo	3	5
	Muy bajo	1	2
Total		60	100

Fuente: Base de datos, estadística propia.

Tabla 3K (continuación)

Niveles en la estrategia de afrontamiento, ignorar el problema, en estudiantes del quinto año del nivel secundaria de una institución educativa nacional de la ciudad de Trujillo, 2018.

Estrategia	Niveles	<i>f</i>	%
	Muy Alto	8	13
	Alto	9	15
Ignorar el problema	Normal	15	25
(Ip)	Bajo	9	15
	Muy bajo	19	32
Total		60	100

Fuente: Base de datos, estadística propia.

Tabla 3L

Niveles en la estrategia de afrontamiento, autoinculparse, en estudiantes del quinto año del nivel secundaria de una institución educativa nacional de la ciudad de Trujillo, 2018.

Estrategia	Niveles	<i>f</i>	%
	Muy Alto	7	11
Autoinculparse	Alto	4	7
(Cu)	Normal	10	17
	Bajo	14	23
	Muy bajo	25	42
Total		60	100

Fuente: Base de datos, estadística propia.

Tabla 3M (continuación)

Niveles en la estrategia de afrontamiento, reservarlo para sí, en estudiantes del quinto año del nivel secundaria de una institución educativa nacional de la ciudad de Trujillo, 2018.

Estrategia	Niveles	f	%
Reservarlo para sí (Re)	Muy Alto	5	8
	Alto	7	12
	Normal	12	20
	Bajo	13	22
	Muy bajo	23	38
Total		60	100

Fuente: Base de datos, estadística propia.

Tabla 3N

Niveles en la estrategia de afrontamiento, buscar apoyo espiritual, en estudiantes del quinto año del nivel secundaria de una institución educativa nacional de la ciudad de Trujillo, 2018.

Estrategia	Niveles	f	%
Buscar Apoyo Espiritual (Ae)	Muy Alto	7	11
	Alto	13	22
	Normal	9	15
	Bajo	19	32
	Muy bajo	12	20
Total		60	100

Fuente: Base de datos, estadística propia.

Tabla 3Ñ (continuación)

Niveles en la estrategia de afrontamiento, fijarse en lo positivo, en estudiantes del quinto año del nivel secundaria de una institución educativa nacional de la ciudad de Trujillo, 2018.

Estrategia	Niveles	f	%
Fijarse en lo positivo (Po)	Muy Alto	10	17
	Alto	4	6
	Normal	11	18
	Bajo	16	27
	Muy bajo	19	32
Total		60	100

Fuente: Base de datos, estadística propia.

Tabla 3O

Niveles en la estrategia de afrontamiento, buscar ayuda profesional, en estudiantes del quinto año del nivel secundaria de una institución educativa nacional de la ciudad de Trujillo, 2018.

Estrategia	Niveles	f	%
Buscar Ayuda profesional (Ap)	Muy Alto	37	62
	Alto	14	23
	Normal	8	13
	Bajo	1	2
	Muy bajo	0	0
Total		60	100

Fuente: Base de datos, estadística propia.

Tabla 3P (continuación)

Niveles en la estrategia de afrontamiento, buscar diversiones relajantes, en estudiantes del quinto año del nivel secundaria de una institución educativa nacional de la ciudad de Trujillo, 2018.

Estrategia	Niveles	<i>f</i>	%
	Muy Alto	4	7
Buscar diversiones relajantes (Dr)	Alto	4	7
	Normal	9	15
	Bajo	4	7
	Muy bajo	39	65
Total		60	100

Fuente: Base de datos, estadística propia.

Tabla 3Q

Niveles en la estrategia de afrontamiento, distracción física, en estudiantes del quinto año del nivel secundaria de una institución educativa nacional de la ciudad de Trujillo, 2018.

Estrategia	Niveles	<i>f</i>	%
	Muy Alto	10	17
	Alto	17	28
Distracción física (Fi)	Normal	21	35
	Bajo	9	15
	Muy bajo	3	5
Total		60	100

Fuente: Base de datos, estadística propia.

Tabla 4

Niveles de bienestar psicológico subjetivo en estudiantes del quinto año del nivel secundaria de una institución educativa nacional de la ciudad de Trujillo, 2018.

Variable	Niveles	<i>f</i>	%
Bienestar Psicológico	Muy Alto	22	35
	Alto	7	13
	Normal	3	5
	Bajo	12	20
	Muy bajo	16	27
Total		60	100

Fuente: Base de datos, estadística propia.

Tabla 5

Niveles del rendimiento escolar en estudiantes del quinto año del nivel secundaria de una institución educativa nacional de la ciudad de Trujillo, 2018.

Nota cuantitativa	Niveles	<i>f1</i>	%	<i>f2</i>	%
0 - 10	Previo al inicio	3	5	3	5
11 – 13	Inicio	28	47	32	53
14 – 17	Proceso	29	48	25	42
18 – 20	Satisfactorio	0	0	0	0
Total		60	100	60	100

Fuente: Base de datos, estadística propia.

Tabla 6

Relación entre estrategias de afrontamiento y bienestar psicológico subjetivo en estudiantes del quinto año del nivel secundaria de una institución educativa nacional de la ciudad de Trujillo, 2018.

Estrategia	<i>r</i>	<i>p</i>
Buscar Apoyo Social (As)	0.46 [0.24,0.64]	0.000**
Concentrarse en resolver el problema (Rp)	0.57 [0.37,0.72]	0.000**
Esforzarse y tener éxito (Es)	0.59 [0.40,0.73]	0.000**
Preocuparse (Pr)	0.51 [0.29,0.68]	0.000**
Invertir en amigos íntimos (Ai)	0.58 [0.38,0.73]	0.000**
Buscar Pertenencia (Pe)	0.53 [0.32,0.69]	0.000**
Hacerse Ilusiones (Hi)	0.39 [0.15,0.59]	0.002**
Falta de afrontamiento (Na)	-0.06 [-0.31,0.20]	0.649
Reducción de tensión (Rt)	-0.006 [-0.58,-0.14]	0.013*
Acción Social (So)	-0.34 [-0.55,-0.09]	0.007**

Ignorar el problema (Ip)	- 0.11 [-0.35,0.15]	0.405
Autoinculparse (Cu)	-0.32 [-0.53,-0.07]	0.013*
Reservarlo para sí (Re)	-0.32 [-0.53,-0.07]	0.012*
Buscar Apoyo Espiritual (Ae)	-0.21 [-0.44,0.05]	0.102
Fijarse en lo positivo (Po)	0.32 [0.07,0.53]	0.012*
Buscar Ayuda profesional (Ap)	0.4 [0.16,0.59]	0.002**
Buscar diversiones relajantes (Dr)	0.35 [0.11,0.55]	0.006**
Distracción física (Fi)	0.6 [0.41,0.74]	0.000**

* significativo - ** muy significativo

Fuente: Base de datos, estadística propia.

Tabla 7

Relación entre estrategias de afrontamiento y rendimiento escolar en estudiantes del quinto año del nivel secundaria de una institución educativa nacional de la ciudad de Trujillo, 2018.

Estrategia	R1	p	R2	p
Buscar Apoyo Social (As)	- 0.12	0.373	- 0.22	0.083
Concentrarse en resolver el problema (Rp)	0.020	0.882	- 0.033	0.801
Esforzarse y tener éxito (Es)	0.17	0.202	0.12	0.366
Preocuparse (Pr)	0.30	0.018*	0.28	0.030*
Invertir en amigos íntimos (Ai)	0.01	0.953	0.01	0.962
Buscar Pertenencia (Pe)	0.01	0.918	0.06	0.648
Hacerse Ilusiones (Hi)	- 0.083	0.528	- 0.02	0.860
Falta de afrontamiento (Na)	- 0.07	0.615	- 0.032	0.807
Reducción de tensión (Rt)	0.01	0.967	0.04	0.757
Acción Social (So)	- 0.20	0.131	- 0.15	0.252
Ignorar el problema (Ip)	- 0.04	0.736	0.00	0.977
Autoinculparse (Cu)	- 0.02	0.845	- 0.00	0.987
Reservarlo para sí (Re)	0.03	0.789	0.04	0.747
Buscar Apoyo Espiritual (Ae)	- 0.02	0.911	0.16	0.230
Fijarse en lo positivo (Po)	- 0.00	0.979	- 0.18	0.172
Buscar Ayuda profesional (Ap)	0.21	0.102	0.03	0.813
Buscar diversiones relajantes (Dr)	0.09	0.484	- 0.12	0.344
Distracción física (Fi)	0.22	0.088	0.11	0.393

Fuente: Base de datos, estadística propia.

Tabla 8

Relación entre bienestar psicológico subjetivo y rendimiento escolar en estudiantes del quinto año del nivel secundaria de una institución educativa nacional de la ciudad de Trujillo, 2018.

Bienestar psicológico subjetivo	<i>R1</i>	<i>p</i>	<i>R2</i>	<i>p</i>
	0.16	0.215	0.12	0.374

Fuente: Base de datos, estadística propia.

V. DISCUSIÓN

En el presente estudio se investigó la relación entre las estrategias de afrontamientos, bienestar psicológico subjetivo y rendimiento escolar en estudiantes del quinto año del nivel secundaria de una institución educativa nacional de la ciudad de Trujillo, con una muestra de 60 alumnos.

Los hallazgos señalaron el cumplimiento de objetivos propuestos trazados en el presente estudio.

En la tabla 3A, se muestran los niveles de la estrategia, buscar apoyo social. Se visualizó que el 37% le correspondió al nivel muy alto y el 8% al nivel muy bajo. Este resultado pone en evidencia que los adolescentes en mención tienden a usar más esta estrategia, para dar a conocer las dificultades, a personas de confianza y que consideran idóneos, y conseguir ayuda para resolver sus problemas. Este hallazgo confirma que los adolescentes le dan mucho realce al aspecto social, lugar donde ubican a las personas significativas. Sin embargo, este resultado es contrario a lo señalado por Rodríguez (2014), en su tesis de grado, donde realizó un estudio denominado, estrategias de afrontamiento en adolescentes del Instituto Nacional de educación básica Telesecundaria y que tenían edades entre 13 y 17 años, encontrando que 60% de los estudiantes de estas edades, “rara vez” usan la estrategia, buscar apoyo social. Este contraste se debe a las diferencias de edades, pues para nuestro estudio se ha seleccionado debidamente a los estudiantes, teniendo como característica principal la edad de 17 años. Además, las vivencias y experiencias son diferentes, porque a medida que crecen y se desarrollan van interiorizando nuevos aprendizajes. Reyes (2017) lo llama periodo evolutivo del ser humano.

En la tabla 3B, se encontró los niveles de la estrategia, concentrarse en el problema. Se vio que, el 32% se ubicó en el nivel muy bajo y el 12% en el nivel muy alto. Este resultado revela que los adolescentes no están dirigidos a dar solución inmediata al problema, más bien, suelen ocuparse en actividades de carácter social, que, enfocarse en resolver oportunamente algún problema. Este hallazgo se confirma con Reyes (2017), quien refiere que, los adolescentes son normalmente oscilantes y frágiles, por lo que, aun no son firmes en el momento de decidir por prioridades. Así mismo, Rodríguez (2014), en su tesis de grado, realizó un estudio denominado, estrategias de afrontamiento en adolescentes del Instituto Nacional de educación básica Telesecundaria, encontrando que el 64% de los adolescentes “rara vez” usan la estrategia concentrarse en el problema.

En la tabla 3C, referido a los niveles de la estrategia, esforzarse y tener éxito Se notó que, el 27% se ubicó en el nivel muy bajo y el 12% en el nivel bajo. Este resultado muestra que los adolescentes se inclinan más a manifiestan intenciones que están caracterizadas por la dedicación, ambición y compromiso. Por lo que, esforzarse y tener éxito es el deseo de la mayoría de adolescentes, sin embargo, pueden fallar en el intento, por lo señalado por Gaeta (2008), la adolescencia es una etapa de profundos cambios y una marcada inestabilidad.

En la tabla 3D, hace mención a los niveles de la estrategia, preocuparse. Se encontró que, el 32% se ubicó en el nivel bajo y el 7% en el nivel muy alto. Este resultado revela que más de la mitad de los adolescentes se inclinan por no tener temor por lo que ha de acontecer en el futuro y mostrar confianza en que no se pone en riesgo la felicidad o tranquilidad futura. Este hallazgo, en términos emocionales, favorece al adolescente, porque es una estrategia que Frydenberg

(1997) lo clasifica en “afrentamiento no productivo”. Esto significa que, los adolescentes disfrutaban vivir el presente, por encima de la preocupación del futuro; sin embargo, por lo señalado por Reyes (2011), los adolescentes son inestables emocionalmente, por lo que puede producir desajustes psicológicos en el futuro. En la tabla 3E, hace mención a los niveles de la estrategia, invertir en amigos íntimos. Se mostró que, el 33% se ubicó en un nivel alto y el 7% en el nivel muy bajo. Este resultado pone en evidencia que, los adolescentes se esfuerzan por cultivar relaciones amicales muy cercanas, mostrando compromiso y lealtad. Este resultado confirma lo encontrado anteriormente (tabla 3A), donde dan realce a buscar el apoyo social, es decir, acudir a las amistades que les brinda confianza y seguridad.

En la tabla 3F, hace mención a los niveles de la estrategia, buscar pertenencia. Se mostró que, el 28% se ubicó en un nivel muy bajo y el 8% en el nivel bajo. Este resultado permite ver que, más de la mitad de los adolescentes se inclinan por esta estrategia. Esto significa que, la mayoría de los adolescentes muestran una clara inquietud de saber si puede establecer relaciones que le sean significativas, un lugar donde se les provea espacios de aceptación y valoración. Por lo que, regularmente esta búsqueda lo suelen hacer en el contexto social, donde están los amigos íntimos (tabla 3E), siendo estos la mejor alternativa para resolver sus problemas.

En la tabla 3G, hace mención a los niveles de la estrategia, hacerse ilusiones. Se mostró que, el 27% se ubicó en un nivel alto y el 13% en el nivel bajo.

Este resultado revela una clara realidad de los adolescentes que tienden a una esperanza ilusoria, que les genera una expectativa de un resultado feliz y de que

todo saldrá bien, sin esfuerzo y trabajo. Este hallazgo se corrobora por lo señalado por Gaeta citando a Garaigordobil (2008), quien refiere que, la adolescencia es una etapa donde se manifiestan los ideales de vida, los cuales se irán redefiniendo hasta establecer una identidad personal para la etapa adulta.

En la tabla 3H, hace mención a los niveles de la estrategia, falta de afrontamiento. Se mostró que, el 47% se ubicó en un nivel muy alto y el 3% en el nivel muy bajo. Este resultado pone en evidencia que los adolescentes, en estas edades, aún son incapaces de generar acciones de afrontamiento a las dificultades, de modo adecuado. Por lo señalado en las tablas anteriores, nos damos cuenta que los adolescentes tiene estrategias sostenidas en la facilidad y superficialidad.

En la tabla 3I, hace mención a los niveles de la estrategia, reducción de tensión. Se mostró que, el 40% se ubicó en un nivel muy alto y el 10% en el nivel muy bajo. Este resultado revela que gran parte de los adolescentes tienen buenas intenciones para buscar sentirse mejor o de pensar en formas de hacer frente la tensión que le está generando los problemas. Sin embargo, de la intención a la acción aún es un camino incierto o de andar lento. Sus emociones pueden prevalecer más que un razonamiento consciente que les lleva a tomar acciones que les haga verse diferente. Esta realidad puede deberse a lo señalado por Gaeta (2008) cuando refiere que los adolescentes mostrarán la capacidad de ser una persona autónoma, sin embargo, requerirá de todos los recursos aprendidos para afrontar con éxito las demandas de esta etapa. Así mismo, la realidad nos muestra que la mayoría de los adolescentes utilizan recursos insuficientes para lograr el éxito, por lo que, en muchas ocasiones, tendrán que sucumbir en las tentaciones infructuosas de la vida.

En la tabla 3J, hace mención a los niveles de la estrategia, acción social. Se reveló que, el 65% se ubicó en un nivel muy alto y el 2% en el nivel muy bajo.

Este resultado muestra que gran parte de los adolescentes permiten que algunas personas se enteren de lo que está ocurriendo y, juntos generar acciones para conseguir ayudas a través de cartas u oficios solicitando ayuda. Este hallazgo pone en evidencia que los adolescentes tienen un gran potencial para las labores sociales, con el detalle de que requieren de otros para lograrlo, la iniciativa compartida es el mejor soporte para un adolescente para emprender acciones que le permitan resultados de mejora. De lo contrario, como señala la tabla 1I, sólo serán intenciones.

En la tabla 3K, hace mención a los niveles de la estrategia, ignorar el problema. Se reveló que, el 32% se ubicó en un nivel muy bajo y el 13% en el nivel muy alto. Este resultado refiere que la mayoría de los adolescentes se inclinan por ser personas conscientes de lo que les ocurre, pero prefieren resistirse y negarse a aceptar la realidad. Por lo que, esto les lleva a algunos tener intenciones pero limitarse en las acciones, esta inestabilidad en la vida de los adolescentes se explica por lo que señala Reyes (2017), la adolescencia es una etapa en donde los muchachos se muestran normalmente oscilantes y frágiles, por lo que pueden llegar a causar malestar e incompreensión en las personas que rodean.

En la tabla 3L, hace mención a los niveles de la estrategia, autoinculparse. Se reveló que, el 42% se ubicó en un nivel muy bajo y el 7% en el nivel alto. Este resultado permite comprobar que gran parte de los adolescentes no toman muy personal las cosas, sobre todo aquellas que no resultan o muestran resultados positivos, por lo que, estos no asumen toda la responsabilidad de los problemas

que están pasando. Además, este hallazgo permite ver que los adolescentes tienden a ser indiferentes por las cosas desfavorables que ocurran, aun cuando sea causado por ellos; no es de ellos culparse por lo que esté sucediendo. Esta actitud que presentan los adolescentes, para los autores de la prueba, Frydenberg y Lewis (1996), sería una estrategia no productiva, algo que no ocurre en gran parte de estos muchachos.

En la tabla 3M, podemos ver los niveles de la estrategia, reservarlo para sí. Se mostró que, el 38% se ubicó en un nivel muy bajo y el 8% en el nivel muy alto. Este resultado revela que la mayoría de los adolescentes tienen la tendencia de no reservarse las cosas que les está ocurriendo; por lo general, las actitudes de silencio, aislamiento y reserva de sus problemas, no son características habituales de los adolescentes de hoy. Por lo que, buscarán, las personas significativas que ellos consideran, para revelar sus circunstancias vivenciales.

En la tabla 3N, encontramos, los niveles de la estrategia, buscar apoyo espiritual. Se mostró que, el 32% se ubicó en un nivel bajo y el 11% en el nivel muy alto. Este hallazgo revela que gran parte de los adolescentes no se inclinan, o no presentan una actitud espiritual, como el orar o buscar consejería u orientación de algún líder espiritual y, creer y confiar en dichos recursos. Por lo que, prefieren buscar apoyo en el contexto amical (ver tabla 3E), amigos íntimos que les provea cierto soporte emocional, más que recurrir al ámbito espiritual.

En la tabla 3Ñ, visualizamos, los niveles de la estrategia, fijarse en lo positivo. Se presentó que, un 32% se ubicó en un nivel muy bajo y el 6% en el nivel alto. Este resultado pone en evidencia que, más de la mitad de los adolescentes de nuestro estudio, tienden a carecer de una visión positiva y optimista en cada situación que

se presente, además, muestran deficiente capacidad para enfocarse en el lado bueno de las cosas y sentirse dichoso. Este descubrimiento permite comprobar que los adolescentes se conducen más en base a las ilusiones (ver tabla 3G), que lo real y positivo. Este hallazgo se confirma en la declaración de Reyes (2017) quien señala que, los adolescentes son normalmente oscilantes y frágiles, el cual hace que, fácilmente sean influenciados por aspectos más emotivos que les provee cierta comodidad.

En la tabla 3O, encontramos, los niveles de la estrategia, buscar ayuda profesional. Se mostró que, un 62% se ubicó en un nivel muy alto y el 2% en el nivel bajo. Este resultado es claro en demostrar que, la gran mayoría de los adolescentes, tienen claro el acudir a la afirmación profesional o personas destacadas o bien preparadas que puedan dar respuestas, según la ciencia, a la situación que estén viviendo. Esto significa que los chicos pueden depositar su confianza en la ayuda de un experto que sepa abordar el tema desde una visión científica.

En la tabla 3P, encontramos, los niveles de la estrategia, buscar diversiones relajantes. Se mostró que, un 65% se ubicó en un nivel muy bajo y el 7% en el nivel bajo. Según este resultado, revela que los adolescentes no eligen conductas orientadas a brindarse momentos relajantes y de ocio, como pintar o leer. Esto significa que ellos suelen elegir diversiones relajantes de forma menos productiva, una falta de afrontamiento (ver tabla 3H) de manera beneficiosa.

En la tabla 3Q, encontramos, los niveles de la estrategia, distracción física. Se mostró que, un 35% se ubicó en un nivel promedio y el 5% en el nivel muy bajo. Este resultado se corrobora con la tabla anterior (3P), pues muestra que, los

adolescentes tienden a carecer de conductas y experiencias de esparcimientos, como el deporte u otra actividad física que implique trabajo físico y conservarse en forma. Por lo que, podría encontrarse en peligro de inclinarse por otro tipo de distracción que podría poner en riesgo la integridad del adolescente. Este hallazgo se fundamenta con lo señalado por Gaeta (2008), la adolescencia es una etapa crucial en el desarrollo vital, porque aquí se establece los ideales de la vida.

En la tabla 4, se refiere a los niveles de bienestar psicológico subjetivo. Se encontró que, el 35% de los adolescentes se ubicó en un nivel muy alto y el 5% al nivel normal. Además, observando la tabla, se nota que existe un reparto casi equilibrado, con una mínima diferencia entre los niveles altos y bajos. Estos resultados indican que existe un sector de los adolescentes que presentan una condición de felicidad ante la percepción subjetiva de la propia vida, a la vez le acompaña un deleite con la vida por el resultado del desarrollo y crecimiento personal y el de establecer relaciones de calidad y afectividad positiva con otros. Sánchez-Cánovas (2007). Mientras que, en el otro sector, los adolescentes se describen como personas con bajo nivel de satisfacción por sus logros, crecimiento y desarrollo personal. Este hallazgo se confirma con lo señalado por Casalino (2017), quien refiere que, el adolescente no puede evitar experimentar las diversas experiencias en su proceso de cambio, por lo que, dependerá del cómo se conduzca para repercutir en su desenvolvimiento y la manera de cómo haga frente a las demandas en su contexto social.

En la tabla 5, hace mención de los niveles del rendimiento escolar. Se vio que, en el segundo trimestre (*f1*) el 48% de los adolescentes se ubicó en un nivel de proceso y el 5% en un nivel previo al inicio. En el tercer trimestre (*f2*) observamos

que el 53% se ubicó en el nivel Inicio y el 5% en nivel previo al inicio. Estos resultados permiten, notar que, los estudiantes se mantienen en resultados promedios (Inicio – Proceso), aunque es bajo el porcentaje de estudiantes en el nivel previo al inicio, también es importante notar que ningún estudiante se ubica en el nivel satisfactorio. Este hallazgo se relaciona mucho con lo que señala Huertas (2016), refiriendo que, el rendimiento no es un fin en sí mismo, sino un medio. Esta afirmación da importancia a los factores exógenos o endógenos que hace mención Salinas (2010), por lo que, se debe prestar atención a los sucesos que acompañan a los adolescentes y las condiciones intrapersonales que cada uno tiene. En este sentido, una vez más, toma valor lo señalado por Huertas (2016) cuando menciona que, el rendimiento escolar es la forma que los estudiantes manifiesta sus habilidades y capacidades, como también el reflejo de un bienestar psicológico.

En la tabla 6, encontramos la relación entre las estrategias de afrontamiento y bienestar psicológico subjetivo. Se observó que las estrategias: Buscar apoyo social, concentrarse en resolver el problema, esforzarse y tener éxito, preocuparse, invertir en amigos íntimos, buscar pertenencia, hacerse ilusiones, acción social, buscar ayuda profesional, buscar diversiones relajantes y distracción física; presentó una correlación altamente significativa ($p < 0.01$), con el bienestar psicológico subjetivo. Así mismo, las estrategias de afrontamiento: reducción de tensión, auto inculparse, reservarlo para sí y fijarse en los positivo; mostró una correlación significativa ($p < 0.05$) con el bienestar psicológico subjetivo. Sin embargo, se encontró también, que existen estrategias de afrontamiento que no presentó una correlación significativa ($p > 0.05$) con el bienestar psicológico

subjetivo, estos son: falta de afrontamiento, ignorar el problema y buscar apoyo espiritual. Estos resultados describen las condiciones que tienen los adolescentes de hoy, los cuales usan estrategias diversas que, aunque parezcan no apropiadas, como lo señala Frydenberg (1993), para las estrategias, preocuparse (tabla 3D) y hacerse ilusiones (tabla 3G) a los cuales el autor lo llama estilos de afrontamiento no productivo; sin embargo, registró una correlación altamente significativa con el bienestar psicológico subjetivo. Este hallazgo aclara que, los adolescentes se inclinan por no tener temor por lo que ha de acontecer en el futuro, generándole una tranquilidad y bienestar. Así mismo, las estrategias, reducción de la tensión (tabla 3I), reservarlo para sí (tabla 3M) y Autoinculparse (tabla 3L), los cuales el autor los ubica en el mismo estilo de afrontamiento no productivo, presentó una correlación significativa con el bienestar psicológico subjetivo. Demostrando una vez más, la situación real de los adolescentes, en donde las emociones prevalecen más que un razonamiento consciente, generando cierto bienestar, que, aunque sea pasajero, les brinda la tranquilidad que desean y lo disfrutan. Gaeta (2008).

Por otro lado, en cuanto a las estrategias de afrontamiento, buscar apoyo espiritual (tabla 3N), falta de afrontamiento (tabla 3H) e ignorar el problema (tabla 3K), no correlacionó significativamente con bienestar psicológico subjetivo; este hallazgo revela el pensamiento divergente que tiene el adolescente, el cual les lleva a sostener sus ideales propios que, aunque sean infundadas o de poco criterio, prefieren experimentar situaciones emocionalmente oscilantes.

Por lo tanto, después de hacer el análisis de la tabla 4, podemos concluir que, la hipótesis 1 se acepta.

En la tabla 7, notamos la relación entre las estrategias de afrontamiento y el rendimiento escolar. Observándose que, sólo la estrategia de afrontamiento, preocuparse (tabla3D) presentó una correlación significativa con el rendimiento escolar. Sin embargo, las demás estrategias no correlacionaron. Este resultado, toma sentido en el análisis de la tabla 6, donde se mencionó que, la estrategia preocuparse, es una estrategia del estilo no productivo, según Frydenberg (1993), sin embargo, preocuparse, es la forma que los adolescentes usan para hacer frente a sus demandas escolares, por lo que, el resultado, según esta investigación, es favorable, en lo académico (nivel promedio), pero altamente significativo en relación al bienestar psicológico; y como señala García (2015) en su investigación, refiriéndose a la definición de afrontamiento, como un proceso. Esta afirmación tiene sentido cuando recordamos las diversas literaturas, cuyas afirmaciones convergen en que la adolescencia es una etapa de muchos cambios. Gaeta (2008).

Por otro lado, podemos mencionar que, la razón porque, las demás estrategias de afrontamiento no correlacionan con el rendimiento escolar, se deba a lo señalado por Reyes (2017), mencionando que la adolescencia es un periodo evolutivo del ser humano y que presentan una gran inestabilidad emocional y que, esto se debe a los múltiples cambios que enfrentan. En este sentido y, por el análisis hecho en las tablas (3A-3Q) podemos señalar la complejidad, la dinámica y la individualidad que describen a los adolescentes, haciendo que aquellas estrategias que pueden ser no productivas, son transformadas por la particularidad de cada individuo y usadas para su propio beneficio.

Por lo tanto, de acuerdo al análisis realizado, podemos concluir que, la hipótesis 2 no se acepta.

En la tabla 8, notamos la relación entre bienestar psicológico subjetivo y el rendimiento escolar. Notando que, el bienestar psicológico subjetivo no correlacionó con el rendimiento escolar en ninguno de los dos últimos trimestres escolares. Este resultado nos permite entender lo que señala Casalino (2017) mencionando que, el adolescente no puede evitar pasar por diversas experiencias en su proceso de cambio, por lo que, dependiendo de cómo se conduzca, repercutirá en su desenvolvimiento y la manera de cómo hará frente a las demandas en su contexto social, también, el cómo emplea sus recursos y se sostiene en las crisis. Es por eso que, al existir una diversidad de situaciones y de cómo el adolescente, en su propia individualidad lo afronta; le genera una influencia en su rendimiento escolar. En este sentido, ante la realidad propia de cada adolescente y por los cambios e inestables que son, se confirma la particularidad que muestran en su rendimiento escolar.

Por otro lado, este resultado no coincide con lo señalado por Chávez (2006) en su tesis de grado, quien realizó un estudio denominado, bienestar psicológico y su influencia en el rendimiento académico de estudiantes de nivel medio superior, cuyas edades eran 17 a 18 años. Encontrando que, los resultados muestran que existe una correlación positiva entre bienestar psicológico y rendimiento académico. Esta diferencia se explica con lo señalado por Casullo (2002) quien refiere que, el Bienestar psicológico es un constructo mucho más amplio que la simple estabilidad de los afectos positivos a lo largo del tiempo. Por lo que, se

debe tener en cuenta el aspecto cognitivo, el cual genera modificaciones en el sentimiento de cada adolescente. Sánchez –Cánovas (2007).

Por lo tanto, según lo analizado en las tablas anteriores, se puede notar la realidad que tiene hoy, los estudiantes adolescentes y de cómo se muestra inestables, vulnerables e impredecibles. Por tal motivo, podemos concluir que la hipótesis 3, se rechaza.

Finalmente, por el análisis realizado en las tablas 6,7 y 8; concluimos que la hipótesis general se rechaza, debido a que no se correlacionan las tres variables en estudio.

VI. PROPUESTA

6.1. Definición.

El coaching educativo, como estrategia para potenciar el éxito escolar. Es un taller que se sostiene en los aportes de Bou (2007) encargados en potenciar los procesos de “aprender a aprender” como una competencia básica para el logro de una formación de calidad.

Este taller consistirá en 5 sesiones, las cuales están fundamentadas en los escritos de Valls & López (2013) quienes hablan de los cinco principios del coaching educativo. Los cuales permitirá potenciar al estudiante, haciéndolo más consciente de sus recursos y aprendizajes logrados en el transcurso de su vida y formación escolar.

6.2. Fundamentación del taller

Whitmore (2011), señala que “el coaching consiste en liberar el potencial de una persona para incrementar al máximo su desempeño”. Además, consiste en enseñarle a aprender en lugar de enseñarle. Bajo esta declaración, el coaching educativa motivará al estudiante a explotar al máximo sus propios recursos. Es así que, de acuerdo a los resultados de las estrategias de afrontamiento encontrados en la investigación, se les desafiará a los estudiantes adolescentes, a ser más consecuentes con deseos y acciones.

6.3. Objetivos

a) General

Mejorar el rendimiento de los estudiantes a través de un aprendizaje consciente y eficaz.

b) Específicos

- Motivar la participación de los estudiantes en cada una de las sesiones del taller.
- Desarrollar cada una de las sesiones teniendo en cuenta los objetivos propuestos para su desarrollo.
- Velar por la asistencia y participación espontánea e intencional de cada estudiante.
- Evaluar el proceso de mejora experimentada por cada estudiante.

6.4. Programación de las sesiones del taller

N° SESIÓN	NOMBRE DE LA SESIÓN	OBJETIVO DE LA SESIÓN	FECHA	TIEMPO
1	El potencial de los adolescentes.	Comprender que una clave importante del coaching educativo no está en ser instruidos, sino en encontrar y desarrollar el verdadero potencial que posee cada uno.	Semana 1	90 min.
2	El valor de la autoconsciencia.	Potenciar la autoconsciencia, la reflexión, la observación y la interpretación de aquello que se experimenta.	Semana 2	90 min.
3	El impacto de la responsabilidad personal en el éxito escolar.	Empoderar a los estudiantes para que sean más independientes y reconozcan que la educación no sólo es la adquisición de	Semana 3	90 min.

		conocimiento, sino, la responsabilidad que supone este conocimiento.		
4	La importancia del Feedback en el aprendizaje.	Explicar como el feedback constante, es indispensable para poder maximizar el aprendizaje y beneficiarse del conocimiento.	Semana 4	90 min.
5	Mis competencias en acción	Entrenar las diversas competencias: escucha activa, inteligencia emocional, paciencia, atención, compasión, etc.	Semana 5	90 min.

6.5. Evaluación de cada sesión del taller

- Evaluación de inicio: se aplicará un cuestionario, a modo de pre test, orientadas a evaluar el conocimiento del estudiante respecto al coaching.
- Evaluación de progreso: se aplicará al final de cada sesión, una pequeña encuesta para medir el nivel de aprendizaje y motivación. Además, se llevará un control de asistencia de cada estudiante.
- Evaluación final: se aplicará el cuestionario de inicio, a modo de pos test.

VII. CONCLUSIONES

- Existen nivel muy alto en las estrategias de afrontamiento: Buscar apoyo social, acción social, buscar ayuda profesional, falta de afrontamiento o no afrontamiento y reducción de la tensión.
- Existen nivel alto en las estrategias de afrontamiento: Invertir en amigos íntimos y hacerse ilusiones.
- Existe nivel promedio en la estrategia de afrontamiento: Distracción física.
- Existen nivel bajo en las estrategias de afrontamiento: Buscar apoyo espiritual y preocuparse.
- Existen nivel muy bajo en las estrategias de afrontamiento: Concentrarse en resolver el problema, esforzarse y tener éxito, fijarse en lo positivo, buscar diversiones relajantes, buscar pertenencia, ignorar el problema, reservarlo para sí y auto inculparse.
- En el bienestar psicológico subjetivo, el 35% de los adolescentes se ubican en un nivel muy alto, el 13% en el nivel alto, el 5% en el nivel normal, el 20% en el nivel bajo y el 27% se ubican en el nivel muy bajo.
- En el rendimiento escolar, en el segundo trimestre (*f* 1), el 48% de los adolescentes se ubican en un nivel de proceso, el 47% en el nivel inicio y el 5% en un nivel previo al inicio. En el tercer trimestre (*f* 2) observamos que, el 53% se ubican en el nivel Inicio, el 42% en el nivel proceso y el 5% en nivel previo al inicio.
- Existe una correlación altamente significativa ($p < 0.01$) entre las estrategias: Buscar apoyo social, concentrarse en resolver el problema, esforzarse y tener éxito, preocuparse, invertir en amigos íntimos, buscar pertenencia,

hacerse ilusiones, acción social, buscar ayuda profesional, buscar diversiones relajantes y distracción física; y, el bienestar psicológico subjetivo.

- Existe una correlación significativa ($p < 0.05$) entre las estrategias de afrontamiento: reducción de tensión, auto inculparse, reservarlo para sí y fijarse en lo positivo; y, el bienestar psicológico subjetivo.
- No existe correlación significativa ($p > 0.05$) entre las estrategias de afrontamiento: falta de afrontamiento, ignorar el problema y buscar apoyo espiritual; y, el bienestar psicológico subjetivo.
- Existe correlación significativa ($p < 0.05$) entre la estrategia de afrontamiento, preocuparse; y, el rendimiento escolar. Con las demás estrategias de afrontamiento no existe correlación.
- No existe correlación entre el bienestar psicológico subjetivo; y, el rendimiento escolar.

VIII. RECOMENDACIONES

- Brindar los resultados y con una propuesta de intervención, a los directivos de la institución educativa, con la finalidad de que tomen decisiones en beneficio de la integridad y formación integral de sus estudiantes.
- Elaborar y desarrollar un programa de mentoreo y/o acompañamiento que le provea herramientas para hacer frente, en forma positiva, a los obstáculos que se presentan en el camino.
- Realizar conversatorios intencionales, en el tiempo de tutoría, con temas dirigidos a preparar al adolescente para la siguiente etapa (juventud) de su vida.
- Elaborar y aplicar en forma gradual, cuestionarios con preguntas abiertas, que sirva como evaluación y monitoreo de los avances y mejoras de los estudiantes en relación a las variables de estudio.

IX. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Andrade, M; Miranda C. y Freixas, I. (Ed.) (2003). *Rendimiento académico y variables modificables en 2do. medio de Liceos municipales de la comuna de Santiago*. Santiago de Chile, Chile: Oficina regional de educación para América Latina y el Caribe / UNESCO.
- Bou, J.F. (2009) (3ª edic.) *Coaching para docentes. El desarrollo de habilidades en el aula*. Alicante, España: Editorial Club Universitario. (p.56).
- Casalino X. (2017). *Bienestar psicológico y clima social escolar en alumnos de 1er y 2do grado de nivel secundaria de una institución educativa nacional* (tesis de pregrado). Universidad Privada Antenor Orrego, Trujillo.
- Cassaretto, M. (2013). *Relación entre las cinco grandes dimensiones de la personalidad y el afrontamiento en estudiantes preuniversitarios de Lima Metropolitana* (tesis de maestría). Universidad Nacional Mayor de San Marcos, Lima, Perú.
- Casullo, M. (2002). *Evaluación del bienestar psicológico en Iberoamérica*. Buenos Aires, Argentina: Paidós.
- Contini N. (2003). *Estrategias de afrontamiento y bienestar psicológico en adolescentes escolarizados de Tucumán*. Universidad Nacional de Tucumán, 21(1), 20-23.
Recuperado de <https://dialnet.unirioja.es/descarga/articulo/993965.pdf>

- Coppari N. (2012). *Nivel de bienestar psicológico de estudiantes de secundaria de dos instituciones educativas (pública y privada) de Asunción*. Recuperado de <http://pepsic.bvsalud.org/pdf/eureka/v9n1/a06.pdf>
- Chávez A. (2006). *Bienestar psicológico y su influencia en el rendimiento académico de estudiantes del nivel medio superior* (tesis de maestría). Universidad de Colima, México.
- Chávez A. (2016). *Estrategias de afrontamiento frente al estrés académico que utilizan los estudiantes de una academia preuniversitaria de Lima metropolitana* (tesis de pregrado). Universidad Peruana Cayetano Heredia, Lima.
- Chávez C. (2015). *Calidad de vida y bienestar psicológico en personas con discapacidad motriz de un centro de integración de discapacitados de Trujillo* (tesis de pregrado). Universidad Privada Antenor Orrego, Trujillo.
- Frydenberg, E. (1997): *ACS Escalas de afrontamiento para adolescentes*. Adaptación española de Jaime Pereña y Nicolás Seisdedos. Madrid: TEA Ediciones.
- Gaeta M. y Martín P. (2008). *Estrés y adolescencia: estrategias de afrontamiento y autorregulación en el contexto escolar*. *Revista de humanidades*, 15 (9), 11-17.
Recuperado de <file:///C:/Users/Infineon/Downloads/Dialnet-stresYAdolescencia-3074506.pdf>
- García J. (2015). *Estrategias de afrontamiento y bienestar psicológico en estudiantes universitarios de primer y segundo semestre académico* (tesis de pregrado). Universidad de Antioquia, Colombia. Recuperado de <https://evaluacion.educacionbogota.edu.co/files/Factores%20que%20influyen%20en%20el%20rendimiento%20escolar.pdf>

- Gerrig, R. y Zimbardo, P. (2005). *Psicología y vida*. Pearson educación México, (17), p.11.
- González R. (2002). *Relación entre estilos y estrategias de afrontamiento y bienestar psicológico en adolescentes*. Psicothema. Recuperado de <http://www.psicothema.com/pdf/733.pdf>
- Hernández R. (Ed.) (2014). *Metodología de la investigación*. México: McGRAW-HILL / Interamericana Editores, S.A.
- Hernández R. (Ed.) (2014). *Metodología de la investigación*. México: McGRAW-HILL / Interamericana Editores, S.A.
- Hernández R. (Ed.) (2014). *Metodología de la Investigación*. México: McGRAW-HILL / Interamericana Editores, S.A. DE C.V. p.157.
- Herrera H. (2016). *Relación entre el estrés y el rendimiento académico de los estudiantes del vi ciclo, de la escuela profesional de estomatología* (tesis de maestría). Universidad Privada Antenor Orrego, Trujillo.
- Huertas R. (2016). *El clima social familiar y su influencia en la inteligencia emocional y en su rendimiento académico en formación ciudadana y cívica de los estudiantes del 5to año de secundaria del colegio nacional Ramón Castilla de Ascope* (tesis de maestría). Universidad Privada Antenor Orrego, Trujillo.
- Jiménez A. (2013). *Relación entre afrontamiento, asertividad y rendimiento académico en estudiantes de primer ciclo* (tesis de maestría). Universidad Particular Antenor Orrego, Trujillo.
- Macías M., Madariaga C., Valle M. y Zambrano J. (2013). *Estrategias de afrontamiento individual y familiar frente a situaciones de estrés psicológico*. Psicología desde

el Caribe, 30(1), 34-36. Recuperado de
<http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=21328600007>

Miyasato, S. (2014). *Afrontamiento y satisfacción de pareja en un grupo de estudiantes universitarios de Lima* (tesis de licenciatura). Pontificia Universidad Católica del Perú, Lima.

Rodríguez M. (2014). *Estrategias de Afrontamiento que utilizan los adolescentes del Instituto Nacional de Educación Básica telesecundaria, los Humitos, Amatitlán ante el alcoholismo de su padre* (tesis de maestría). Universidad Rafael Landívar, Guatemala.

Reyes, V., Reséndiz, A., Alcázar, R. y Reidl, L. (2017). *Las estrategias de afrontamiento que utilizan los adolescentes ante situaciones que provocan miedo*. *Psicogente*, 20(38), 240-255. Recuperado de <http://doi.org/10.17081/psico.20.38.2544>

Sánchez C. (2017). *Características de los muestreos probabilísticos y no probabilísticos*. Gestipolis. Recuperado de <https://www.gestipolis.com/caracteristicas-los-muestreos-probabilisticos-no-probabilisticos/>

Sánchez-Cánovas, J. (2007). *Manual Escala de Bienestar Psicológico (2ª)*. Madrid: TEA Ediciones, S.A.

Salas J. (2010). *Bienestar psicológico y síndrome de burnout en docentes de la ugel n.º.7* (tesis de maestría). Universidad Nacional Mayor de San Marcos, Lima.

Salinas F. (2010). *Estudio sobre los factores que influyen en el rendimiento escolar*. Secretaria de educación distrital. (3), p. 12.

Salvador D. (2016). *Bienestar psicológico y habilidades sociales en alumnos de primer grado de nivel secundario* (tesis de licenciatura). Universidad privada Antenor Orrego, Trujillo.

Valls M. y López R. (2013). *Coaching educativo: Las emociones al servicio del aprendizaje*, Madrid: Biblioteca Innovación Educativa, SM.

Vielma, J. y Alonso, L. (2010). *El estudio del bienestar psicológico subjetivo, una breve revisión teórica*. Artículos arbitrados, 14(49), 265 – 275.

Whitmore J (2011). *Coaching, el método para mejorar el rendimiento de las personas*. México DF: Paidós. (p.71).

X. ANEXOS

Anexo 1: Escala de Bienestar Psicológico Subjetivo

Es importante señalar que la prueba consta de cuatro subtests, pero sólo se colocará el subtest de Bienestar psicológico subjetivo, que es el que se utilizará para el presente proyecto de investigación.

EBP

ESPERE. NO ABRA ESTE CUADERNILLO HASTA QUE
SE LE INDIQUE

1

INSTRUCCIONES

En la presente prueba encontrarás una lista de sentimientos que las personas suelen experimentar en cada etapa de sus vidas. Sólo tiene que leer frase por frase, y preguntarse si esto es lo que le ocurre a usted o si así es como se siente. Luego responda en forma sincera y espontánea. Recuerde que no necesita pensar mucho en cada frase. Nada más tiene que en forma sencilla y rápida ver si esto es lo que le pasa en su vida en estos momentos.

Por ejemplo, tendrá frases como:

“Me siento muy ilusionado”

Entonces usted se pregunta si esto le está ocurriendo. Luego marcar de acuerdo a su auto reconocimiento. Si no se siente así en ninguna ocasión, marcará en su hoja de respuestas, con una cruz, la casilla **NUNCA**; pero si se da cuenta que algunas veces se siente “ilusionado”, pondrá una cruz en **ALGUNAS VECES**; pero si considera que le pasa más a menudo, marcará una cruz en **BASTANTES VECES**; pero si se da cuenta que le pasa con mucha frecuencia, pondrá la cruz en **CASI SIEMPRE**; finalmente, si le sucede se siente de esta manera en casi todos los momentos, marcará **SIEMPRE**.

**POR FAVOR NO DEJE NINGUNA PREGUNTA SIN CONTESTAR.
GRACIAS.**

Apellidos y Nombres: _____

Sexo: ____ Edad: _____ Localidad: _____

Grado: _____ Fecha: _____

CUESTIONARIO

N°	ITEMS	Nunca o casi nunca	Algunas veces	Bastantes veces	Casi siempre	Siempre
1	Acostumbro a ver el lado favorable de las cosas.					
2	Me gusta transmitir mi felicidad a los demás.					
3	Me siento bien conmigo mismo.					
4	Todo me parece interesante.					
5	Me gusta divertirme.					
6	Me siento jovial.					
7	Busco momentos de distracción y descanso.					
8	Tengo buena suerte.					
9	Estoy ilusionado/a.					
10	Se me han abierto muchas puertas en mi vida.					
11	Me siento optimista.					

12	Me siento capaz de realizar mi trabajo.					
13	Creo que tengo buena salud.					
14	Duermo bien y de forma tranquila.					
15	Me creo útil y necesario/a para la gente.					
16	Creo que me sucederán cosas agradables.					
17	Creo que como persona (madre/padre, esposa/esposo, trabajador/trabajadora) he logrado lo que quería.					
18	Creo que valgo tanto como cualquier otra persona.					
19	Creo que puedo superar mis errores y debilidades.					
20	Creo que mi familia me quiere.					
21	Me siento “en forma”.					
22	Tengo muchas ganas de vivir.					
23	Me enfrento a mi trabajo y a mis tareas con buen ánimo.					
24	Me gusta lo que hago.					
25	Disfruto de las comidas.					
26	Me gusta salir y ver a la gente.					
27	Me concentro con facilidad en lo que estoy haciendo.					
28	Creo que, generalmente, tengo buen humor.					
29	Siento que todo me va bien.					
30	Tengo confianza en mí mismo/a.					

Anexo 2: Escalas de Afrontamiento para Adolescentes

Instrucciones

Sabemos que los estudiantes pasan por una variedad de problemas o preocupaciones en diversos temas que les aqueja, y lo viven en diferentes ámbitos: los amigos, la familia, el trabajo, la escuela, el mundo en general, etc. La presente prueba es un cuestionario en dónde hallarás una lista de situaciones diversas que pasan los adolescentes de tu edad y que tienen que enfrentar. Por lo que, debes indicar la letra correspondiente, en donde señalas para manera como enfrentas dichas dificultades o problemas. Por eso, en cada ítems debes marcar con una "X" la letra A, B, C, D o E según consideras como reacciones o como actúas.

Recuerda que no hay respuestas correctas o incorrectas. Solo no tomes mucho tiempo en cada ítems; sólo tienes que responder lo que mejor va contigo.

Nunca lo hago A

Lo hago raras veces B

Lo hago algunas veces C

Lo hago a menudo D

Lo hago con mucha frecuencia E

CUESTIONARIO

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

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

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

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

Anexo 3

Consentimiento Informado para Participantes de Investigación

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

La presente investigación es conducida por Ángel Rubén Honorio Anticona, de la Universidad Particular Antenor Orrego. La meta de este estudio es determinar la correlación entre bienestar psicológico, estrategias de afrontamiento y rendimiento académico en los estudiantes del 5to. año del nivel secundario de la Institución Educativa Nacional “Marcial Acharán y Smith” del presente año escolar 2017.

Si usted accede a participar en este estudio, se le pedirá responder preguntas de unas encuestas. Esto tomará aproximadamente 25 minutos de su tiempo.

La participación en este estudio es estrictamente voluntaria. La información que se recoja será confidencial y no se usará para ningún otro propósito fuera de los de esta investigación. Sus respuestas al cuestionario serán codificadas usando un número de identificación y por lo tanto, cuidaremos su identidad personal.

Si tiene alguna duda sobre este proyecto, puede hacer preguntas en cualquier momento durante su participación en él. Igualmente, puede retirarse del proyecto en cualquier momento sin que eso lo perjudique en ninguna forma. Si alguna de las preguntas durante la prueba le parece incómodas, tiene usted el derecho de hacérselo saber al investigador. Desde ya le agradecemos su participación.

Acepto participar voluntariamente en esta investigación, conducida por _____ . He sido informado (a) de que la meta de este estudio es _____

Me han indicado también que tendré que responder cuestionarios y preguntas en una entrevista, lo cual tomará aproximadamente _____ minutos.

Reconozco que la información que yo provea en el curso de esta investigación es estrictamente confidencial y no será usada para ningún otro propósito fuera de los fines de este estudio sin mi consentimiento. He sido informado de que puedo hacer preguntas sobre el proyecto en cualquier momento y que puedo retirarme del mismo cuando así lo decida, sin que esto acarree perjuicio alguno para mi persona.

Nombre del Participante:
(En letras de imprenta)

Firma del Participante:

Fecha: