UNIVERSIDAD NACIONAL DE UCAYALI

FACULTAD CIENCIAS DE LA SALUD

ESCUELA PROFESIONAL DE PSICOLOGÍA

ANSIEDAD Y ESTILOS DE AFRONTAMIENTO EN ESTUDIANTES DE SECUNDARIA EN LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA JORGE CHÁVEZ - PUCALLPA 2025

Tesis para optar el título profesional

LICENCIADO EN PSICOLOGÍA

FERNANDO, DEL AGUILA RIOS

MARCO FRANCO, TEJADA ISUIZA

Pucallpa, Perú

2026

UNIVERSIDAD NACIONAL DE UCAYALI
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
COMISIÓN DE GRADOS Y TÍTULOS

ACTA DE SUSTENTACIÓN DE TESIS MODALIDAD PRESENCIAL

En Pucallpa, a los **veintisiete (27)** días del mes de octubre del 2026, siendo las **11:00** horas y de acuerdo a lo señalado en el Reglamento de Grados y Títulos de la Universidad Nacional de Ucayali, se reunieron los miembros del Jurado Calificador, conformados por los siguientes docentes:

PRESIDENTE : Dra. Francisca Amarilis Domínguez Palpa
MIEMBRO : Dra. Madelen Estrada Rivera
MIEMBRO : Mg. José Nelton Romero Chuquipiondo

Para proceder a la evaluación de la sustentación pública de la tesis titulada:

ANSIEDAD Y ESTILOS DE AFRONTAMIENTO EN ESTUDIANTERS DE SECUNDARIA EN LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA JORGE CHÁVEZ-PUCALLPA 2025

Presentado por los Bachilleres en Psicología:

FERNANDO DEL AGUILA RIOS y
MARCO FRANCO TEJADA ISUIZA

Teniendo en calidad de Asesor al: **Mg. Victor Manuel Noria Aliaga (ORCID 0000-0002-3035-1528) (DNI 22660433)**
Finalizada la sustentación de la misma, se procedió a realizar la evaluación respectiva, llegando a la siguiente conclusión: La tesis ha sido: .....APROBADO POR MAYORIA.....

Quedando los graduados expeditos para que se les otorgue el Título Profesional de:
LICENCIADOS EN PSICOLOGÍA

Siendo las 12:15 horas del mismo día se dio por concluido el acto académico.

Pucallpa, **27 de octubre 2026**

Dra. Francisca Amarilis Domínguez Palpa
PRESIDENTE

Dra. Madelen Estrada Rivera
MIEMBRO

Mg. José Nelton Romero Chuquipiondo
MIEMBRO

La tesis titulada: **"ANSIEDAD Y ESTILOS DE AFRONTAMIENTO EN ESTUDIANTES DE SECUNDARIA EN LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA JORGE CHÁVEZ - PUCALLPA 2025",** fue aprobada por los miembros del Jurado Calificador, conformado por:

.....
Dra. Francisca Amarilis Domínguez Palpa
Presidente

.....
Dra. Madelen Estrada Rivera
Miembro

.....
Mg. José Nelton Romero Chuquipiondo
Miembro

UNIVERSIDAD NACIONAL DE UCAYALI

DIRECCIÓN DE PRODUCCIÓN INTELECTUAL

CONSTANCIA

ORIGINALIDAD DE TRABAJO DE INVESTIGACIÓN

Nº V/816-2025.

La Dirección de Producción Intelectual de la Universidad Nacional de Ucayali, hace constar por la presente, que el trabajo académico de investigación, titulado:

"ANSIEDAD Y ESTILOS DE AFRONTAMIENTO EN ESTUDIANTES DE SECUNDARIA EN LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA JORGE CHAVEZ- PUCALLPA 2025"

Autor(es)	:	**DEL AGUILA RIOS, FERNANDO**
		TEJADA ISUIZA, MARCO FRANCO
Facultad	:	**CIENCIAS DE LA SALUD**
Escuela	:	**PSICOLOGÍA**
Asesor(a)	:	**Mg. NORIA ALIAGA VICTOR MANUEL**

Presenta un **porcentaje de similitud de 10%,** verificado en el Sistema Antiplagio COMPILATIO,

De acuerdo a los criterios de porcentaje establecidos en el artículo 9 de la DIRECTIVA DE USO DEL SISTEMA ANTIPLAGIO, el cual indica que todo trabajo de investigación no debe superar el 10%. **En tal sentido, se declara, que el presente trabajo de investigación presenta un porcentaje aceptable de similitud,** procediéndose a emitir la presente Constancia de Originalidad de Trabajo de Investigación (COTI) a solicitud del asesor.

En señal de conformidad se firma y sella el presente documento.

Fecha: 30/12/2025

Dr. JOSÉ MANUEL CÁRDENAS BERNAOLA
Director de Producción Intelectual

UNIVERSIDAD NACIONAL DE UCAYALI

DIRECCIÓN DE PRODUCCIÓN INTELECTUAL

AUTORIZACIÓN DE PUBLICACIÓN

Repositorio de la Universidad Nacional de Ucayali

Yo, Fernando Del aguila Rios

Autor de la tesis titulada : "Ansiedad y Estilos de Afrontamiento en Estudiantes de Secundaria en la Institucion educativa Jorge Chavez - Pucallpa 2025"

Sustentada el año 2026

Asesor(a): Mg. Victor Manuel Noria Aluaga

Facultad: Ciencias de la Salud

Escuela Profesional: Psicologia

Autorizo la publicación:

PARCIAL [ ] TOTAL [X]

De mi trabajo de investigación en el Repositorio Institucional de la Universidad Nacional de Ucayali (www.repositorio.unu.edu.pe), bajo los siguientes términos:

Primero: Otorgo a la Universidad Nacional de Ucayali licencia no exclusiva para reproducir, distribuir, comunicar, transformar (únicamente mediante su traducción a otros idiomas) y poner a disposición del público en general mi tesis (incluido el resumen) a través del Repositorio Institucional de la UNU, en formato digital sin modificar su contenido, en el Perú y en el extranjero; por el tiempo y las veces que considere necesario y libre de remuneraciones.

Segundo: Declaro que la tesis es una creación de mi autoría y exclusiva titularidad, por tanto me encuentro facultado a conceder la presente autorización, garantizando que la tesis no infringe derechos de autor de terceras personas, caso contrario, me hago único(a) responsable de investigaciones y observaciones futuras, de acuerdo a lo establecido en el estatuto de la Universidad Nacional de Ucayali, la Superintendencia Nacional de Educación Superior Universitaria y el Ministerio de Educación.

En señal de conformidad firmo la presente autorización.

Fecha: 27 / 10 / 2026

Email: fdelaguila2358@gmail.com Firma:

Teléfono: 917705695 DNI: 44687604

www.repositorio.unu.edu.pe
repositorio@unu.edu.pe

UNIVERSIDAD NACIONAL DE UCAYALI

DIRECCIÓN DE PRODUCCIÓN INTELECTUAL

AUTORIZACIÓN DE PUBLICACIÓN

Repositorio de la Universidad Nacional de Ucayali

Yo, Marco Franco Tejada Isuiza

Autor de la tesis titulada: "Ansiedad y estilos de afrontamiento en estudiantes de secundaria de la institución educativa Jorge Chavez – Pucallpa-2025"

Sustentada el año: 2026

Asesor(a): Mg. Victor Manuel Noria Aliaga

Facultad: Ciencias de la salud

Escuela Profesional: Psicología

Autorizo la publicación:

PARCIAL [ ] TOTAL [X]

De mi trabajo de investigación en el Repositorio Institucional de la Universidad Nacional de Ucayali (www.repositorio.unu.edu.pe), bajo los siguientes términos:

Primero: Otorgo a la Universidad Nacional de Ucayali licencia no exclusiva para reproducir, distribuir, comunicar, transformar (únicamente mediante su traducción a otros idiomas) y poner a disposición del público en general mi tesis (incluido el resumen) a través del Repositorio Institucional de la UNU, en formato digital sin modificar su contenido, en el Perú y en el extranjero; por el tiempo y las veces que considere necesario y libre de remuneraciones.

Segundo: Declaro que la tesis es una creación de mi autoría y exclusiva titularidad, por tanto me encuentro facultado a conceder la presente autorización, garantizando que la tesis no infringe derechos de autor de terceras personas, caso contrario, me hago único(a) responsable de investigaciones y observaciones futuras, de acuerdo a lo establecido en el estatuto de la Universidad Nacional de Ucayali, la Superintendencia Nacional de Educación Superior Universitaria y el Ministerio de Educación.

En señal de conformidad firmo la presente autorización.

Fecha: 27 / 10 / 2026

Email: tfejadaisuiza@gmail.com Firma:

Teléfono: 927497015 DNI: 61265991

www.repositorio.unu.edu.pe
repositorio@unu.edu.pe

DEDICATORIA

A mis amados padres, por ser la inspiración constante en cada paso de mi vida. Por sus sacrificios, consejos y el amor incondicional que me han brindado, porque con su ejemplo me enseñaron el valor del esfuerzo, la perseverancia y la importancia de mantener siempre la fe y la espera

Fernando

A todas las personas que están interesados en la investigación, como, profesionales, estudiantes y la sociedad en su conjunto, para informarse, fortalecer sus conocimientos y que sea un antecedente en futuras investigaciones.

Marco Franco.

AGRADECIMIENTO

Con un profundo agradecimiento a la Universidad Nacional de Ucayali por ser parte de este logro profesional a la apertura de sus profesionales para este logro académico.

Expreso mi agradecimiento al director de la Institución Educativa Jorge Chávez por bridar las facilidades y el consentimiento para lograr la evaluación de los estudiantes.

Expreso mi agradecimiento al nuestro tutor al Mg. Víctor Manuel Noria Aliaga por el tiempo y dedicación en la asesoría de la tesis.

Nuestra gratitud al jurado evaluador por las orientaciones bridadas durante el proceso de evaluación de la tesis sin ello no hubiera sido posible la sustentación.

RESUMEN

Estudio que tuvo por objetivo determinar la relación entre la ansiedad y los estilos de afrontamiento en estudiantes de secundaria en la institución educativa Jorge Chávez- Pucallpa 2025 el tipo de metodología fue correlacional, con una metodología cuantitativa y diseño no experimental, tuvo como población 450 estudiantes y una muestra 208, se utilizaron los instrumentos como el inventario de ansiedad rasgo-estado (IDARE) y Cuestionario de Estilos de Afrontamiento al Estrés COPE. En cuanto a la relación entre la ansiedad y los estilos de afrontamiento se evidencio una relación baja (rho=0.297), y que dictamino que no existe relación entre estas dos variables. En la dimensión afrontamiento dirigido a la tarea y ansiedad existe una relación baja (rho=0.113), además que el valor p fue mayor a 0.05, por, que dicta que no existe relación entre ellas. La relación entre la dimensión afrontamiento social y ansiedad existe una relación baja. (rho=0.064), además que el valor p fue mayor a 0.05, por lo que dicta que no existe relación. La relación entre la dimensión afrontamiento emocional y ansiedad denotan que existe una relación muy baja entre ellas, por lo tanto, se aprueba la hipótesis nula de la investigación, que dicta que no existe relación entre ellas. De la misma manera en la correlación entre la dimensión afrontamiento evitativo y ansiedad se determinó existe una relación (rho=0.201), además que el valor p fue mayor a 0.05, por lo sé que dicta que no existe relación entre ellas.

Palabra clave: Ansiedad, estilos de afrontamiento, estudiantes**.**

ABSTRACT

This study aimed to determine the relationship between anxiety and coping styles in secondary school students at the Jorge Chávez Educational Institution in Pucallpa in 2025. The methodology was correlational, quantitative, and non-experimental. The population consisted of 450 students, and the sample comprised 208. The standardized instruments used were the State-Trait Anxiety Inventory (STAI) and the Coping Styles Questionnaire (COPE) – Brief. Regarding the correlation between anxiety and coping styles, a weak relationship was found (rho = 0.297), indicating no relationship between these two variables. Similarly, a weak relationship was found between task-directed coping and anxiety (rho = 0.113), and the p-value was greater than 0.05, further indicating no relationship between these dimensions. The correlation between the social coping dimension and anxiety shows a weak relationship (rho=0.064), and the p-value was greater than 0.05, indicating no relationship between them. The correlation between the emotional coping dimension and anxiety also shows a very weak relationship; therefore, the null hypothesis of the research, which states that there is no relationship between them, is accepted. Similarly, the correlation between the avoidant coping dimension and anxiety was found to be weak (rho=0.201), and the p-value was greater than 0.05, indicating no relationship between them.

Keywords: Anxiety, coping styles, students.

ÍNDICE GENERAL

Pág.

DEDICATORIA vii

AGRADECIMIENTO viii

RESUMEN ix

ABSTRACT x

ÍNDICE GENERAL xi

ÍNDICE TABLAS xiii

INTRODUCCIÓN xiv

CAPÍTULO I. EL PROBLEMA DE INVESTIGACIÓN 18

1.1. Descripción del problema 18

1.2. Formulación del problema 25

1.2.1. Problema general 25

1.2.2. Problemas específicos 25

1.3. Objetivos de la investigación 26

1.3.1. Objetivo general 25

1.3.2. Objetivos específicos 25

1.4. Justificación de la investigación 26

1.5. Propósito e importancia. 29

CAPÍTULO II. MARCO TEÓRICO 31

2.1. Antecedentes de la investigación 31

2.2. Bases teóricos 48

2.3. Definición de términos básicos. 64

2.4. Hipótesis, variables y operacionalización de variables 66

CAPÍTULO III. METODOLOGÍA 70

3.1. Tipo de investigación 70
3.2. Población y muestra 71
3.3. Técnicas e instrumentos de recolección de datos 73
3.4. Procedimiento de recolección de datos 79
3.5. Procesamiento y tratamiento de datos.....81
3.6. Aspectos éticos.....82
CAPÍTULO IV. RESULTADOS Y DISCUSIÓN 84
CAPÍTULO V. CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES.....102
5.1. Conclusiones. 102
5.2. Recomendaciones. 104
REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS.....107
ANEXOS.....113

ÍNDICE DE TABLAS

Pág.

Tabla 1. Operacionalización de variables. 69

Tabla 2. Ficha técnica del inventario de ansiedad rasgo-estado (IDARE)....74

Tabla 3. Ficha técnica del cuestionario de estilos de afrontamiento al estrés 76

Tabla 4. Baremación de los niveles de los estilos de afrontamiento segùn sus dimensiones 78

Tabla 5. Nivel de ansiedad en estudiantes de secundaria 84

Tabla 6. Nivel de estilos de afrontamiento en estudiantes de secundaria….84

Tabla 7. Correlacion entre la ansiedad y los estilos de afrontamiento.....85

Tabla 8. Correlación entre la dimensión afrontamiento dirigido a la tarea y ansiedad……. ……...…..86

Tabla 9. Correlación entre la dimensión afrontamiento social y ansiedad …87

Tabla 10. Correlación entre la dimensión afrontamiento emocional y ansiedad……...88

Tabla 11. Correlación entre la dimensión afrontamiento evitativo y ansiedad……..89

INTRODUCCIÓN

La salud mental constituye un componente fundamental del bienestar integral de las personas, especialmente durante la adolescencia, etapa caracterizada por importantes transformaciones físicas, psicológicas, emocionales y sociales. Durante este periodo, los adolescentes experimentan diversas situaciones que pueden generar preocupación, inseguridad y tensión emocional, relacionadas con las exigencias académicas, las relaciones interpersonales, las expectativas familiares y los cambios propios de su desarrollo. Cuando estas experiencias superan los recursos personales disponibles, pueden presentarse manifestaciones de ansiedad que dificultan el desenvolvimiento cotidiano y la adaptación al entorno educativo.

La ansiedad es una respuesta emocional que permite al individuo anticipar situaciones percibidas como amenazantes y prepararse para enfrentarlas. Sin embargo, cuando se presenta de manera intensa, persistente o desproporcionada, puede afectar la concentración, la estabilidad emocional, las relaciones sociales y el desempeño académico. Según la Organización Mundial de la Salud (2023), los problemas relacionados con la ansiedad representan una preocupación importante para la salud mental, debido a sus repercusiones en el funcionamiento personal y social. En el ámbito educativo, esta situación adquiere especial relevancia porque los estudiantes se encuentran expuestos a diversas demandas que requieren habilidades de regulación emocional y adaptación.

Por otra parte, los estilos de afrontamiento comprenden los esfuerzos cognitivos y conductuales que las personas utilizan para manejar situaciones

consideradas estresantes o que exceden sus recursos personales. De acuerdo con Lazarus y Folkman (1986), el afrontamiento constituye un proceso dinámico mediante el cual el individuo intenta responder a las exigencias internas y externas de su entorno. Estas respuestas pueden orientarse hacia la resolución de problemas, la búsqueda de apoyo social, el manejo de las emociones o la evitación de situaciones difíciles. La utilización de determinados estilos de afrontamiento puede variar según las características personales, las experiencias previas y las condiciones del contexto.

En la población adolescente, la relación entre la ansiedad y los estilos de afrontamiento constituye un tema de interés para la psicología educativa, debido a que permite comprender cómo los estudiantes responden emocionalmente ante las dificultades que enfrentan durante su formación escolar. El conocimiento de estas variables resulta relevante para identificar necesidades de orientación psicológica y promover estrategias que contribuyan al bienestar emocional. Asimismo, permite reconocer la importancia de fortalecer los recursos personales y sociales que favorecen una adecuada adaptación a las exigencias académicas y a las relaciones interpersonales.

En el contexto peruano, la salud mental de los adolescentes representa una preocupación que requiere atención desde las instituciones educativas y los servicios de salud. Las dificultades emocionales pueden manifestarse mediante preocupación excesiva, inseguridad, problemas de concentración y respuestas inadecuadas frente a situaciones estresantes. En la región Ucayali, resulta necesario desarrollar investigaciones que proporcionen

información sobre estas manifestaciones y las estrategias que emplean los estudiantes para afrontarlas, considerando las características del entorno educativo y social en el que se desenvuelven.

En este contexto, la presente investigación, titulada “Ansiedad y estilos de afrontamiento en estudiantes de secundaria en la Institución Educativa Jorge Chávez – Pucallpa, 2025”**,** tuvo como objetivo general determinar la relación entre la ansiedad y los estilos de afrontamiento en los estudiantes de educación secundaria de dicha institución. Específicamente, se buscó identificar la relación entre la ansiedad y los estilos de afrontamiento dirigidos a la tarea, social, emocional y evitativo, con la finalidad de contribuir al conocimiento de estas variables en la población adolescente.

La investigación se desarrolló mediante un enfoque cuantitativo, de alcance correlacional y diseño no experimental, con una población de 450 estudiantes y una muestra de 208 participantes. Para la recolección de información se utilizaron el Inventario de Ansiedad Rasgo-Estado (IDARE) y el Cuestionario de Estilos de Afrontamiento al Estrés (COPE). Estos instrumentos permitieron obtener información sobre las características de las variables estudiadas y analizar estadísticamente su relación, sin manipular las condiciones de los participantes.

La importancia del estudio radica en su contribución al conocimiento de la ansiedad y los estilos de afrontamiento en adolescentes del contexto educativo de Pucallpa. Los resultados constituyen una referencia para los profesionales de Psicología, docentes y autoridades educativas interesados en promover acciones preventivas y estrategias de acompañamiento psicológico. Asimismo, proporcionan información que puede orientar futuras

investigaciones y propuestas dirigidas al fortalecimiento de habilidades socioemocionales y al bienestar psicológico de los estudiantes.

Para una mejor comprensión, la investigación se encuentra organizada en cinco capítulos. El capítulo I comprende el planteamiento del problema, su formulación, los objetivos, la justificación y el propósito o importancia del estudio. El capítulo II desarrolla el marco teórico, que incluye los antecedentes internacionales, nacionales y locales, las bases teóricas, la definición de términos básicos, las hipótesis y la operacionalización de las variables. El capítulo III presenta la metodología, considerando el tipo y diseño de investigación, la población y muestra, las técnicas e instrumentos de recolección de datos, los procedimientos, el procesamiento estadístico y los aspectos éticos. El capítulo IV expone los resultados obtenidos y su discusión en relación con los antecedentes y fundamentos teóricos. Finalmente, el capítulo V presenta las conclusiones y recomendaciones derivadas de los hallazgos de la investigación.

De esta manera, el estudio busca aportar evidencia científica sobre la relación entre la ansiedad y los estilos de afrontamiento en estudiantes de educación secundaria, contribuyendo a una mejor comprensión de sus necesidades psicológicas y proporcionando información útil para la promoción de la salud mental en el ámbito educativo.

CAPÍTULO I

EL PROBLEMA DE INVESTIGACIÓN

1.1. Descripción del problema

La salud mental constituye un componente esencial del bienestar integral de las personas, debido a su influencia en el desarrollo emocional, cognitivo, conductual y social. Sin embargo, las condiciones socioeconómicas desfavorables, los acontecimientos traumáticos, los conflictos familiares, el aislamiento social y la exposición continua a situaciones estresantes pueden afectar el equilibrio psicológico y aumentar la vulnerabilidad frente a diversos problemas emocionales. Entre estos, la ansiedad representa una preocupación importante para la salud pública, especialmente durante la adolescencia, etapa caracterizada por transformaciones físicas, psicológicas y sociales que requieren constantes procesos de adaptación.

La ansiedad es una respuesta emocional que permite al individuo anticipar situaciones percibidas como amenazantes y prepararse para afrontarlas. No obstante, cuando se manifiesta de manera intensa, persistente o desproporcionada, puede generar dificultades en la concentración, alteraciones del sueño, inseguridad, preocupación excesiva y problemas en las relaciones interpersonales. En el ámbito educativo, estas manifestaciones pueden interferir en el aprendizaje, la participación escolar y el bienestar psicológico de los adolescentes, quienes enfrentan exigencias académicas, expectativas familiares y desafíos propios de su desarrollo personal.

En el contexto internacional, la Organización Mundial de la Salud (OMS, 2022) informó que, durante 2019, aproximadamente 301 millones de personas presentaban trastornos de ansiedad en el mundo, entre ellas 58 millones de niños y adolescentes. Estos trastornos se caracterizan por sentimientos intensos de miedo y preocupación, acompañados de manifestaciones físicas, cognitivas y conductuales que pueden afectar significativamente el funcionamiento cotidiano. Entre sus principales formas se encuentran el trastorno de ansiedad generalizada, el trastorno de pánico, la ansiedad social y la ansiedad por separación. Estas cifras evidencian la magnitud de la problemática y la necesidad de fortalecer las acciones de prevención, identificación oportuna y atención psicológica.

Asimismo, Sierra (2003) señala que la ansiedad constituye un fenómeno psicológico de especial interés por sus manifestaciones emocionales y fisiológicas, asociadas con sensaciones de amenaza, temor e inseguridad. Desde esta perspectiva, su estudio permite comprender las respuestas que experimentan las personas frente a situaciones consideradas peligrosas o difíciles de controlar. En la población adolescente, estas respuestas adquieren particular importancia debido a que los recursos de regulación emocional y afrontamiento continúan desarrollándose.

En el contexto peruano, los problemas relacionados con la ansiedad y la depresión han adquirido mayor relevancia en los servicios de salud mental. El Instituto Nacional de Salud Mental Honorio Delgado-Hideyo Noguchi reportó cambios en las manifestaciones de problemas

emocionales durante la emergencia sanitaria por COVID-19, periodo caracterizado por restricciones sociales, incertidumbre y modificaciones en las actividades cotidianas. Estas circunstancias evidenciaron la importancia de prestar atención a las necesidades psicológicas de la población y fortalecer los servicios de orientación y acompañamiento emocional.

De manera complementaria, el Ministerio de Salud (2022) destacó la importancia de atender los problemas de salud mental en el país, especialmente aquellos relacionados con la ansiedad y la depresión. Estas condiciones pueden presentarse en diferentes etapas de la vida y afectar el funcionamiento personal, familiar, social y académico. En el caso de los adolescentes, las dificultades emocionales requieren especial atención debido a que pueden relacionarse con las exigencias escolares, los cambios propios de la edad y las características del entorno familiar y social.

En el ámbito educativo, la ansiedad puede manifestarse ante situaciones como evaluaciones académicas, exposición de trabajos, dificultades de aprendizaje, conflictos interpersonales y expectativas relacionadas con el rendimiento escolar. Díaz (2014) sostiene que las exigencias académicas y sociales pueden constituir fuentes importantes de tensión emocional en los estudiantes. Aunque estas experiencias forman parte de la vida escolar, su intensidad y frecuencia pueden variar según los recursos personales y las estrategias utilizadas para enfrentarlas.

En la región Ucayali, la problemática de la salud mental también constituye un motivo de atención. Según información del Hospital II Pucallpa de la Red Asistencial Ucayali de EsSalud, la ansiedad, la depresión y las alteraciones del sueño se encontraban entre los principales problemas atendidos en el servicio de Psicología. Asimismo, se reportó que aproximadamente el 70% de los pacientes atendidos en dicho servicio presentaba problemas relacionados con la ansiedad y la depresión, registrándose alrededor de 700 atenciones mensuales. Estos datos reflejan la importancia de fortalecer la atención psicológica en la región, aunque corresponden a usuarios de un servicio asistencial y no representan necesariamente la situación de toda la población adolescente.

En relación con la población escolar de Pucallpa, Aparcana (2025) desarrolló una investigación sobre los niveles de ansiedad en estudiantes de una institución educativa. Los resultados evidenciaron que el 34,5% presentó ansiedad baja y el 33,5%, ansiedad media, mientras que 64 estudiantes registraron niveles altos. Estos hallazgos permiten reconocer la presencia de diferentes manifestaciones de ansiedad en adolescentes del contexto local y destacan la necesidad de continuar investigando los factores psicológicos relacionados con su bienestar emocional.

Por otra parte, los estilos de afrontamiento constituyen recursos psicológicos que las personas utilizan para responder a situaciones percibidas como estresantes. López y Vélez (2018) sostienen que estas estrategias comprenden diferentes formas de enfrentar las dificultades,

reducir las tensiones y manejar los conflictos cotidianos. Sin embargo, su utilización no garantiza necesariamente resultados favorables, debido a que su efectividad depende de las características de la situación, los recursos disponibles y las respuestas individuales.

En el contexto escolar, los estilos de afrontamiento adquieren especial importancia porque permiten comprender cómo los adolescentes responden a las exigencias académicas, los conflictos interpersonales y las dificultades emocionales. Algunas estrategias se orientan a la resolución de problemas, mientras que otras se relacionan con la búsqueda de apoyo social, la regulación de las emociones o la evitación de situaciones estresantes. La identificación de estos estilos resulta relevante para comprender las diferencias individuales en las respuestas frente a la ansiedad.

En el ámbito internacional, Morales y Trianes (2015) señalaron que, en España, más del 20% de los estudiantes evaluados presentó niveles bajos de estrategias de afrontamiento frente al estrés. Esta situación puede representar una dificultad para manejar problemas cotidianos y responder adecuadamente a las exigencias del entorno educativo. Los hallazgos destacan la importancia de fortalecer las habilidades de afrontamiento durante la etapa escolar, especialmente en estudiantes que experimentan situaciones de tensión emocional.

En el contexto nacional, Marchán (2020) investigó los estilos de afrontamiento y la ansiedad en una población estudiada en Tumbes. Los resultados evidenciaron que el 40% presentó un nivel promedio en la estrategia de evitación cognitiva. Respecto al afrontamiento conductual,

el 83% registró puntuaciones considerablemente superiores al promedio en la búsqueda de orientación y apoyo, mientras que el 71,67% destacó en la búsqueda de recompensas alternativas. Asimismo, el 98,33% presentó niveles de ansiedad dentro de los límites normales. Estos resultados muestran la diversidad de estrategias utilizadas para afrontar situaciones estresantes y la importancia de examinar su relación con las manifestaciones de ansiedad.

En el ámbito regional, Huaranga y Loyola (2020) realizaron una investigación sobre estilos de afrontamiento en una muestra de 302 estudiantes de instituciones educativas vinculadas al contexto de Ucayali y Huánuco. Los resultados evidenciaron que el 44,70% utilizaba predominantemente el estilo de resolución de problemas, seguido del afrontamiento no productivo, con el 31,46%, y la referencia a otros, con el 23,84%. Estos hallazgos muestran que los adolescentes emplean diferentes estrategias para enfrentar situaciones difíciles, con predominio de aquellas orientadas a la solución de problemas.

A pesar de la existencia de investigaciones sobre ansiedad y estilos de afrontamiento, resulta necesario profundizar en el conocimiento de la relación entre ambas variables en estudiantes de educación secundaria de la ciudad de Pucallpa. Los antecedentes revisados presentan diferencias en las poblaciones, los instrumentos y los contextos de estudio, por lo que sus resultados no pueden generalizarse directamente a los estudiantes de la Institución Educativa Jorge Chávez.

En este contexto, la Institución Educativa Jorge Chávez, ubicada en Pucallpa, constituye el escenario de interés de la presente investigación. Los estudiantes de educación secundaria atraviesan una etapa en la que deben responder a exigencias académicas, cambios emocionales y diversas situaciones familiares y sociales. Estas circunstancias pueden relacionarse con manifestaciones de ansiedad y con la utilización de diferentes estilos de afrontamiento. Sin embargo, se requiere información específica que permita conocer cómo se relacionan ambas variables en esta población escolar.

Por consiguiente, surge la necesidad de determinar la relación entre la ansiedad y los estilos de afrontamiento en los estudiantes de educación secundaria de la Institución Educativa Jorge Chávez, Pucallpa, durante el año 2025. La investigación considera los estilos de afrontamiento dirigidos a la tarea, social, emocional y evitativo, con la finalidad de identificar su relación con la ansiedad y aportar evidencia que contribuya a comprender las respuestas psicológicas de los adolescentes frente a situaciones estresantes.

Los resultados permitirán disponer de información relevante para el ámbito de la psicología educativa y podrán servir como referencia para orientar futuras acciones de prevención, acompañamiento psicológico y fortalecimiento de habilidades socioemocionales. Asimismo, constituirán un antecedente para posteriores investigaciones relacionadas con la salud mental adolescente en instituciones educativas de la región Ucayali.

1.2. Formulación del problema

1.2.1. Problema general

- ¿Cuál es la relación entre la ansiedad y estilos de afrontamiento en estudiantes de secundaria en la institución educativa Jorge Chávez Pucallpa 2025?

1.2.2. Problemas específicos

- ¿Cuál es la relación entre la ansiedad y el estilo de afrontamiento dirigido a la tarea en estudiantes de secundaria en la institución educativa Jorge Chávez - Pucallpa 2025?
- ¿Cuál es la relación entre la ansiedad y los estilos de afrontamiento social en estudiantes de secundaria en la institución educativa Jorge Chávez - Pucallpa 2025?
- ¿Cuál es la relación entre ansiedad y estilo de afrontamiento emocional en estudiantes de secundaria en la institución educativa Jorge Chávez - Pucallpa 2025?
- ¿Cuál es la relación entre la ansiedad y el estilo de afrontamiento evitativo en estudiantes de secundaria en la institución educativa Jorge Chávez - Pucallpa 2025?

1.3. Objetivos de la investigación

1.3.1. Objetivo general

- Determinar la relación entre la ansiedad y estilos de afrontamiento en estudiantes de educación secundaria en la institución educativa Jorge Chávez - Pucallpa 2025.

1.3.2. Objetivos específicos

- Identificar la relación entre la ansiedad y el estilo de afrontamiento dirigida la tarea en estudiantes de secundaria en la institución educativa Jorge Chávez - Pucallpa 2025.
- Identificar la relación entre la ansiedad y estilos de afrontamiento social en estudiantes de secundaria en la institución educativa Jorge Chávez - Pucallpa 2025.
- Identificar la relación entre la ansiedad y estilos de afrontamiento emocional en estudiantes de secundaria en la institución educativa Jorge Chávez - Pucallpa 2025
- Identificar la relación entre la ansiedad y estilos de afrontamiento evitativo en estudiantes de secundaria en la institución educativa Chávez - Pucallpa 2025.

1.4. Justificación de la investigación

La presente investigación se justifica por la necesidad de comprender la relación entre la ansiedad y los estilos de afrontamiento en los estudiantes de educación secundaria de la Institución Educativa

Jorge Chávez, Pucallpa, durante el año 2025. La adolescencia constituye una etapa del desarrollo caracterizada por cambios físicos, psicológicos, emocionales y sociales que pueden generar situaciones de preocupación, inseguridad y tensión. En este contexto, las exigencias académicas, las relaciones interpersonales y las dificultades familiares pueden influir en el bienestar emocional de los estudiantes. Por ello, resulta relevante conocer los niveles de ansiedad y las formas de afrontamiento que utilizan ante situaciones que perciben como estresantes.

Justificación teórica. La investigación contribuye al conocimiento científico sobre la ansiedad y los estilos de afrontamiento en adolescentes, mediante el análisis de ambas variables desde los fundamentos de la psicología. Asimismo, permite comprender las manifestaciones de la ansiedad y las diferentes respuestas cognitivas, emocionales y conductuales que los estudiantes emplean para enfrentar situaciones difíciles. Los resultados constituyen un aporte para ampliar la información disponible sobre esta problemática en el contexto educativo de Pucallpa y servirán como antecedente para futuras investigaciones relacionadas con la salud mental y el bienestar psicológico de los adolescentes.

Justificación práctica. El estudio proporciona información relevante sobre los niveles de ansiedad y los estilos de afrontamiento presentes en los estudiantes de secundaria. Estos hallazgos pueden ser utilizados por los profesionales de Psicología, docentes y autoridades educativas para identificar necesidades de orientación y

acompañamiento psicológico. Asimismo, pueden servir como referencia para diseñar estrategias preventivas, actividades de educación emocional y programas de fortalecimiento de habilidades de afrontamiento, orientados a promover el bienestar psicológico y favorecer la adaptación de los estudiantes a las exigencias del entorno escolar.

Justificación metodológica. La investigación se sustenta en un enfoque cuantitativo, de alcance correlacional y diseño no experimental, que permite analizar la relación entre las variables sin manipularlas. Para la recolección de información se emplearon el Inventario de Ansiedad Rasgo-Estado (IDARE) y el Cuestionario de Estilos de Afrontamiento al Estrés (COPE), instrumentos que permiten evaluar las características de las variables estudiadas. El procedimiento metodológico y el análisis estadístico contribuyen a obtener información organizada y susceptible de comparación con investigaciones similares, constituyendo una referencia para posteriores estudios en poblaciones escolares.

Justificación social. La investigación adquiere relevancia porque aborda una problemática relacionada con la salud mental de los adolescentes, quienes pueden experimentar dificultades emocionales durante su formación escolar. Conocer la relación entre la ansiedad y los estilos de afrontamiento permite disponer de información útil para sensibilizar a la comunidad educativa sobre la importancia de la prevención, la identificación oportuna de dificultades emocionales y el fortalecimiento de recursos personales. De esta manera, el estudio puede contribuir a orientar acciones de promoción de la salud mental que

involucren a estudiantes, docentes, familias y profesionales de Psicología.

1.5. Propósito e importancia

El propósito de la presente investigación fue determinar la relación entre la ansiedad y los estilos de afrontamiento en los estudiantes de educación secundaria de la Institución Educativa Jorge Chávez, Pucallpa, durante el año 2025, con la finalidad de generar conocimientos que permitan comprender cómo se relacionan las manifestaciones de ansiedad con las diferentes formas de enfrentar situaciones estresantes en el contexto escolar.

La importancia del estudio radica en que la adolescencia representa una etapa de especial sensibilidad emocional, durante la cual los estudiantes enfrentan exigencias académicas, cambios personales y dificultades en sus relaciones familiares y sociales. Estas experiencias pueden generar preocupación, inseguridad y tensión emocional, por lo que resulta necesario conocer los recursos psicológicos que utilizan para afrontar dichas situaciones.

Desde la perspectiva psicológica, la investigación permite identificar los niveles de ansiedad y examinar su relación con los estilos de afrontamiento dirigidos a la tarea, social, emocional y evitativo. Esta información contribuye a comprender las características de las respuestas de los adolescentes ante situaciones que perciben como amenazantes o difíciles, así como a reconocer aspectos que requieren mayor atención en el ámbito educativo.

En el contexto institucional, los resultados constituyen una fuente de información que puede orientar la labor de los profesionales de Psicología, docentes y autoridades educativas en la planificación de actividades de prevención y promoción de la salud mental. Asimismo, pueden servir como referencia para desarrollar programas de orientación psicológica, fortalecimiento de habilidades socioemocionales y estrategias de afrontamiento que favorezcan el bienestar de los estudiantes.

Finalmente, la investigación posee importancia académica y social porque aporta evidencia sobre dos variables relevantes para el desarrollo integral de los adolescentes en una institución educativa de Pucallpa. Sus hallazgos pueden servir como antecedente para futuras investigaciones y contribuir a la formulación de propuestas de intervención psicológica sustentadas en las necesidades identificadas en la población estudiantil, sin atribuir relaciones causales que excedan el alcance correlacional del estudio.

CAPÍTULO II

MARCO TEÓRICO

2.1. Antecedentes de la investigación

2.1.1. Antecedentes internacionales

Díaz (2024), en Colombia, desarrollaron el artículo científico titulado *"Afrontamiento y ansiedad asociada a la emergencia por COVID-19 en estudiantes del área de salud de una institución de educación superior de Colombia"*, cuyo objetivo fue describir la relación entre las estrategias de afrontamiento y la ansiedad asociada a la emergencia sanitaria en estudiantes de ciencias de la salud que realizaron prácticas clínicas durante la pandemia. La investigación presentó un diseño transversal y contó con una muestra de 61 estudiantes de Enfermería, Medicina e Instrumentación Quirúrgica de una institución de educación superior de Bogotá. Para la recolección de datos se utilizaron la Escala de Ansiedad por Coronavirus y preguntas seleccionadas de la Escala de Estrategias de Coping Modificada. El procesamiento estadístico se realizó mediante el programa SPSS, versión 29, utilizando estadística descriptiva y la prueba de chi-cuadrado de Pearson, con un nivel de significancia de 0,05. Los resultados evidenciaron una edad promedio de 22,49 años; el 83,6% de los participantes fueron mujeres y el 55,7% convivió con sus padres durante la pandemia. Asimismo, se identificaron diferencias estadísticamente significativas entre los programas académicos respecto a la reevaluación positiva ($p < 0,05$), estrategia utilizada casi siempre o siempre por el 66,7% de los estudiantes de

Medicina. La proporción de participantes con indicadores sugestivos de ansiedad fue del 26,2%, y alcanzó el 30 % en Enfermería. Los autores concluyeron que las diferencias observadas en las estrategias de afrontamiento y las manifestaciones de ansiedad evidenciaron la necesidad de ampliar las investigaciones y fortalecer los recursos psicológicos de los estudiantes ante situaciones de emergencia sanitaria.

Freire y Lara (2022), en Ecuador, desarrollaron el artículo científico titulado *"Estrategias de afrontamiento y su relación con la ansiedad en deportistas"*, cuyo objetivo fue determinar la relación entre las estrategias de afrontamiento y los niveles de ansiedad en deportistas de la provincia de Pastaza. La investigación presentó un enfoque cuantitativo, alcance descriptivo-correlacional y diseño no experimental de corte transversal. La muestra estuvo conformada por 112 deportistas, de los cuales 57 fueron mujeres y 55 hombres. Para la recolección de datos se utilizaron el Inventario de Estrategias de Afrontamiento y el Inventario de Ansiedad de Beck. Los resultados evidenciaron correlaciones positivas de baja magnitud entre la ansiedad y las estrategias de autocrítica, expresión emocional, pensamiento desiderativo y aislamiento social. Asimismo, las estrategias utilizadas con mayor frecuencia fueron la resolución de problemas y la reestructuración cognitiva. Los participantes presentaron niveles de ansiedad leves, moderados y graves, sin diferencias estadísticamente significativas según el sexo. Las autoras concluyeron que los deportistas con mayores manifestaciones de ansiedad tendieron a utilizar

estrategias de afrontamiento desadaptativas, principalmente la autocrítica, el pensamiento desiderativo y el aislamiento social, aunque también recurrieron a la expresión emocional.

Salamanca et al. (2023), en Colombia, desarrollaron el artículo científico titulado *"Relación entre niveles de ansiedad y estrategias de afrontamiento en universitarios colombianos"*, cuyo objetivo fue identificar la relación entre los niveles de ansiedad y las estrategias de afrontamiento en estudiantes universitarios. El estudio presentó un enfoque cuantitativo, alcance correlacional y diseño no experimental. La muestra estuvo conformada por 125 estudiantes de Psicología, con edades comprendidas entre 18 y 33 años. Para la evaluación se utilizaron la Escala de Ansiedad de Zung y la Escala de Estrategias de Coping. Los resultados mostraron que el 41% de los participantes presentó ansiedad moderada y el 4%, ansiedad severa. Respecto a las estrategias de afrontamiento, el 43% utilizó estrategias centradas en la solución de problemas, el 41% recurrió a la reevaluación positiva y el 34% empleó la búsqueda de apoyo social. Asimismo, se identificó una correlación positiva y estadísticamente significativa entre la ansiedad moderada y la estrategia de reacción agresiva ($r = 0,308$; $p < 0,01$). Las autoras concluyeron que las respuestas agresivas ante situaciones estresantes se relacionaron con mayores manifestaciones de ansiedad, lo que resaltó la importancia de promover estrategias de afrontamiento adecuadas en estudiantes universitarios.

English et al. (2022), en España, desarrollaron el artículo científico titulado *"Coping and Anxiety During Lockdown in Spain: The Role of*

Perceived Impact and Information Sources" (*Afrontamiento y ansiedad durante el confinamiento en España: el papel del impacto percibido y las fuentes de información*), cuyo objetivo fue examinar la relación entre las estrategias de afrontamiento y la ansiedad durante el confinamiento por la COVID-19. El estudio incluyó a 408 participantes, con edades comprendidas entre 18 y 68 años, quienes respondieron una encuesta en línea sobre afrontamiento, ansiedad e impacto percibido de la pandemia. Los resultados evidenciaron correlaciones negativas y estadísticamente significativas entre la ansiedad y el afrontamiento primario ($r = -0,11$; $p < 0,05$), así como entre la ansiedad y el afrontamiento secundario ($r = -0,35$; $p < 0,01$). Estos hallazgos indicaron que una mayor utilización de determinadas estrategias de afrontamiento se asoció con menores niveles de ansiedad, especialmente en el afrontamiento secundario. Los autores concluyeron que este último presentó una asociación más consistente con la reducción de la ansiedad durante el confinamiento, y que dicha relación estuvo vinculada con la percepción del impacto de la pandemia.

Pozos-Radillo et al. (2021), en México, desarrollaron el artículo científico titulado *"Ansiedad rasgo-estado, estrés académico y estilos de afrontamiento en estudiantes de enfermería en México"*, cuyo objetivo fue identificar la relación entre la ansiedad rasgo-estado, las situaciones de estrés académico y los estilos de afrontamiento, así como comparar las diferencias entre estudiantes varones y mujeres. La investigación presentó un enfoque cuantitativo y un diseño correlacional-comparativo. La muestra estuvo conformada por 675 estudiantes de Enfermería de

una universidad pública. Para la recolección de datos se utilizaron el Inventario de Ansiedad Estado-Rasgo, el Inventario de Estrés Académico y el Perfil de Estrés de Nowack. Los resultados evidenciaron que las mujeres presentaron mayores niveles de ansiedad y estrés académico, así como una mayor utilización de estrategias de afrontamiento centradas en el problema. Asimismo, el modelo estadístico identificó que determinadas valoraciones negativas, la minimización de amenazas y diversas situaciones de estrés académico se relacionaron con la ansiedad rasgo. Los autores concluyeron que las exigencias académicas y las estrategias de afrontamiento empleadas por los estudiantes estuvieron asociadas con las manifestaciones de ansiedad, lo que resaltó la importancia de fortalecer los recursos psicológicos durante la formación universitaria.

Guamán (2020), en Ecuador, desarrolló una investigación titulado: *Ansiedad y estilos de afrontamiento en estudiantes universitarios de Psicología del séptimo ciclo de la Universidad Nacional de Chimborazo*, cuyo objetivo fue determinar la relación entre ambas variables. El estudio presentó un enfoque cuantitativo, alcance descriptivo-correlacional y contó con una muestra de 58 estudiantes de séptimo ciclo de la carrera de Psicología. Para la recolección de datos se utilizaron el Inventario de Ansiedad de Beck y un instrumento de evaluación de los estilos de afrontamiento. Los resultados reportados evidenciaron una relación inversa entre la ansiedad y los estilos de afrontamiento, así como manifestaciones de ansiedad de distinta intensidad en los estudiantes evaluados. Los autores concluyeron que las respuestas de ansiedad

estuvieron relacionadas con las estrategias de afrontamiento utilizadas por los universitarios, lo que destacó la importancia de fortalecer los recursos psicológicos para favorecer su adaptación a las exigencias académicas.

Rogowska et al. (2020), en Polonia, desarrollaron el artículo científico titulado *"Examining Anxiety, Life Satisfaction, General Health, Stress and Coping Styles During COVID-19 Pandemic in Polish Sample of University Students"* (*Examen de la ansiedad, la satisfacción con la vida, la salud general, el estrés y los estilos de afrontamiento durante la pandemia de COVID-19 en una muestra de estudiantes universitarios polacos*), cuyo objetivo fue examinar la relación entre la ansiedad, la satisfacción con la vida, la salud general, el estrés y los estilos de afrontamiento durante el confinamiento por la COVID-19. La investigación incluyó a 914 estudiantes universitarios, con edades comprendidas entre 18 y 40 años, de los cuales 520 fueron hombres y 394 mujeres. Para la evaluación se utilizaron el Cuestionario de Ansiedad Generalizada (GAD-7), el Inventario de Afrontamiento para Situaciones Estresantes (CISS) y otros instrumentos de evaluación psicológica. Los resultados evidenciaron que el 65% de los estudiantes presentó manifestaciones de ansiedad de intensidad leve a grave y el 56% registró niveles elevados de estrés percibido. Asimismo, se identificó que una peor percepción del estado de salud general se relacionó con mayores niveles de ansiedad, estrés y afrontamiento centrado en las emociones. Los autores concluyeron que los estudiantes universitarios experimentaron importantes manifestaciones de ansiedad

y estrés durante el confinamiento, lo que evidenció la necesidad de implementar medidas de prevención y apoyo psicológico.

Sánchez et al. (2020), en España, desarrollaron el artículo científico titulado *"Influencia de los estilos de afrontamiento sobre la satisfacción vital de pacientes en tratamiento de hemodiálisis y con trasplante renal"*, cuyo objetivo fue analizar la relación entre los estilos de afrontamiento y la satisfacción con la vida en pacientes sometidos a tratamientos renales. La investigación presentó un diseño correlacional y contó con 34 pacientes en hemodiálisis, 21 personas con trasplante renal y un grupo de comparación de 50 participantes sin enfermedad crónica. Para la recolección de datos se utilizaron la Escala de Satisfacción con la Vida (SWLS) y el Cuestionario de Afrontamiento al Estrés para Pacientes Oncológicos (CAEPO). Los resultados evidenciaron que los pacientes en hemodiálisis presentaron menores niveles de satisfacción con la vida en comparación con el grupo de control. Asimismo, se identificó que las estrategias de afrontamiento activo se relacionaron positivamente con la satisfacción vital y que, en determinados casos, la combinación de estrategias activas y evitativas se asoció con mejores resultados. Los autores concluyeron que los estilos de afrontamiento constituyeron un componente relevante del bienestar psicológico de las personas que enfrentaron enfermedades crónicas y tratamientos prolongados.

2.1.2. Antecedentes nacionales

Callo y Balbín (2022), en su investigación titulada *"Afrontamiento y ansiedad escolar en estudiantes de secundaria de una IEP de Lima Metropolitana"*, tuvieron como objetivo determinar la relación entre los estilos de afrontamiento y los niveles de ansiedad escolar en estudiantes de educación secundaria durante el confinamiento por la COVID-19. La investigación se desarrolló bajo un enfoque cuantitativo, de alcance descriptivo-correlacional y diseño no experimental de corte transversal. La muestra estuvo conformada por 118 estudiantes de entre 15 y 18 años, de los cuales 56 fueron varones (47,5%) y 62 mujeres (52,5%). Para la recolección de datos se utilizaron el Cuestionario de Estilos de Afrontamiento (COPE) y el Inventario de Ansiedad Escolar (IAES). Los resultados evidenciaron que el estilo de afrontamiento centrado en las emociones fue el más utilizado, con una media de 9,28 puntos. Asimismo, los participantes presentaron niveles de ansiedad escolar predominantemente medio-altos. Los autores concluyeron que se identificó una relación estadísticamente significativa entre determinados componentes del afrontamiento emocional y la ansiedad escolar en estudiantes de cuarto y quinto grado de secundaria.

Marchena (2022), en su tesis titulada *"Relación entre la Ansiedad rasgo-estado y los estilos de afrontamiento en estudiantes de Psicología de una universidad pública de Tumbes – 2022"*, tuvo como objetivo determinar la relación entre la ansiedad estado-rasgo y los estilos de afrontamiento en estudiantes universitarios. El estudio fue de tipo básico,

con enfoque cuantitativo, alcance correlacional y diseño no experimental. La población estuvo conformada por 298 estudiantes y la muestra por 170 participantes, seleccionados mediante muestreo aleatorio simple. Para la recolección de datos se utilizaron el Inventario de Ansiedad Rasgo-Estado (IDARE) y el Cuestionario de Estilos de Afrontamiento al Estrés (COPE-28). Los resultados evidenciaron correlaciones positivas entre la ansiedad rasgo y el afrontamiento centrado en la solución de problemas (r = 0,019) y la evitación (r = 0,232), mientras que con el afrontamiento centrado en las emociones se identificó una correlación negativa (r = -0,272). Respecto a la ansiedad estado, se encontraron correlaciones negativas con el afrontamiento centrado en la solución de problemas (r = -0,070) y en las emociones (r = -0,310), así como una correlación positiva con la evitación (r = 0,125). Asimismo, el 83,5% presentó niveles altos de ansiedad rasgo y el 70,0%, de ansiedad estado. En cuanto a los estilos de afrontamiento, se reportaron porcentajes de 81,8% para el afrontamiento emocional, 75,9% para el evitativo y 65,9% para la solución de problemas. El autor concluyó que la ansiedad estado-rasgo presentaba asociaciones de distinta dirección y magnitud con los estilos de afrontamiento evaluados.

Mendoza (2023), en su investigación titulada *"Estrategias de afrontamiento al estrés y ansiedad en estudiantes de una universidad privada de Lima Norte, 2021"*, tuvo como objetivo determinar la relación entre las estrategias de afrontamiento al estrés y la ansiedad en estudiantes universitarios. La investigación presentó un enfoque cuantitativo, alcance correlacional y diseño no experimental de corte

transversal. La muestra estuvo conformada por 123 estudiantes. Para la recolección de información se utilizaron el Inventario de Estimación de Afrontamiento (COPE) y la Escala de Autovaloración de Ansiedad (EAA). Los resultados evidenciaron que la relación entre las estrategias de afrontamiento al estrés y la ansiedad no alcanzó significancia estadística ($p = 0,055$), considerando un nivel de significancia de 0,05. El autor concluyó que no se encontró evidencia estadística suficiente para establecer una relación significativa entre ambas variables en la población estudiada.

Choy (2021), en su investigación titulada *"Relación entre los niveles de ansiedad manifiesta y las estrategias de afrontamiento en estudiantes del nivel secundario del Callao"*, tuvo como objetivo determinar la relación entre la ansiedad manifiesta y las estrategias de afrontamiento en estudiantes adolescentes de instituciones educativas privadas. El estudio presentó un enfoque cuantitativo, alcance descriptivo-correlacional y diseño no experimental, con una muestra de 150 adolescentes. Para la recolección de datos se utilizaron la Escala de Afrontamiento para Adolescentes (ACS), desarrollada por Frydenberg y Lewis (1993) y adaptada al contexto peruano por Canessa (2002), y la Escala de Ansiedad Manifiesta en Niños y Adolescentes (CMAS-R), de Reynolds y Richmond (1997), adaptada por Domínguez (2013). Los resultados evidenciaron niveles medios de ansiedad en las dimensiones fisiológica, inquietud e hipersensibilidad, y preocupaciones sociales. Las estrategias utilizadas con mayor frecuencia fueron buscar diversiones relajantes, esforzarse y tener éxito, y preocuparse; mientras que las

menos empleadas fueron reducción de la tensión, acción social, ignorar el problema y falta de afrontamiento. Asimismo, se identificaron correlaciones positivas moderadas entre la falta de afrontamiento y la ansiedad fisiológica, así como entre determinadas estrategias de afrontamiento y la inquietud e hipersensibilidad. Por otra parte, se encontró una correlación negativa de baja magnitud entre la búsqueda de apoyo social y las preocupaciones sociales. El autor concluyó que determinadas estrategias de afrontamiento se relacionaban con las manifestaciones de ansiedad en los adolescentes evaluados.

Mamani (2021), en su investigación titulada *"Relación entre los estilos de afrontamiento y ansiedad manifiesta en estudiantes de la carrera profesional de Psicología de la Universidad Privada de Tacna, 2021*" tuvo como objetivo determinar la relación entre los estilos de afrontamiento y la ansiedad manifiesta en estudiantes universitarios. El estudio presentó un enfoque cuantitativo, de tipo básico, alcance correlacional y diseño no experimental. La muestra estuvo conformada por 258 estudiantes de ambos sexos, con edades comprendidas entre 19 y 59 años, seleccionados mediante muestreo no probabilístico intencional. Para la evaluación se utilizaron el Cuestionario de Modos de Afrontamiento del Estrés (COPE) y la Escala de Ansiedad Manifiesta en Adultos (AMAS). Los resultados mostraron una correlación positiva de baja magnitud entre los estilos de afrontamiento y la ansiedad manifiesta (rho = 0,201). Asimismo, se reportó un predominio del afrontamiento centrado en el problema y de niveles leves de elevación de la ansiedad. En el análisis por dimensiones se identificaron correlaciones positivas y

negativas de distinta magnitud. La autora concluyó que existía una asociación entre los estilos de afrontamiento y la ansiedad manifiesta, aunque la magnitud de la correlación general fue baja.

Mateo (2021), en el estudio denominado *"Ansiedad y estilos de afrontamiento ante evaluaciones en alumnos del nivel secundario de una institución educativa privada del distrito de San Martín de Porres"*, tuvo como objetivo determinar la relación entre la ansiedad y los estilos de afrontamiento ante evaluaciones académicas en estudiantes de educación secundaria. La investigación presentó un enfoque cuantitativo, alcance correlacional y diseño de corte transversal, con una muestra de 100 estudiantes. Para la recolección de datos se utilizaron un cuestionario de afrontamiento para jóvenes y un instrumento de autoevaluación de la ansiedad ante situaciones de evaluación académica. Los resultados evidenciaron una correlación positiva y estadísticamente significativa entre las variables. Asimismo, se identificó que los estilos de afrontamiento disfuncionales se asociaban con mayores manifestaciones de ansiedad en sus componentes fisiológicos y cognitivos. El autor concluyó que los estilos de afrontamiento empleados por los adolescentes guardaban relación con las respuestas de ansiedad experimentadas frente a las evaluaciones escolares.

Román (2021), en su investigación titulada *"Ansiedad y evitación experiencial en estudiantes de Psicología de una universidad estatal de Lima Metropolitana"*, tuvo como objetivo determinar la relación entre la ansiedad y la evitación experiencial en estudiantes universitarios. El estudio presentó un alcance correlacional y contó con una muestra de

259 participantes. Para la recolección de información se utilizaron el Inventario de Ansiedad Rasgo-Estado y el Cuestionario de Aceptación y Acción II (AAQ-II). Los resultados evidenciaron correlaciones positivas y estadísticamente significativas entre la evitación experiencial y la ansiedad rasgo, así como entre la evitación experiencial y la ansiedad estado. El autor concluyó que existía una relación significativa entre ambas variables, lo que evidencia la importancia de considerar los procesos de evitación psicológica en el estudio de las manifestaciones de ansiedad.

Samanez (2021), en su investigación titulada *"Ansiedad preoperatoria y estilos de afrontamiento en pacientes de una clínica de Lima Metropolitana, 2021"*, tuvo como objetivo determinar la relación entre la ansiedad preoperatoria y los estilos de afrontamiento al estrés en pacientes atendidos en una clínica privada. El estudio presentó un enfoque cuantitativo, alcance descriptivo-correlacional y una muestra de 150 pacientes. Para la recolección de información se utilizaron una escala de valoración de la ansiedad y un cuestionario sobre estilos de afrontamiento. Los resultados evidenciaron que el 57,33% presentó niveles altos de ansiedad, el 26,00% niveles medios y el 16,67% niveles bajos. Asimismo, se identificó una correlación inversa de magnitud moderada entre ambas variables. El autor concluyó que los mayores niveles de ansiedad se asociaban con menores puntuaciones en los estilos de afrontamiento evaluados.

Bedoya (2020), en su investigación titulada *"Ansiedad y estrategias de afrontamiento en deportistas que practican CrossFit en*

centro de entrenamiento Pulso Fitness Center, Lima 2019", tuvo como objetivo determinar la relación entre los tipos de ansiedad y las estrategias de afrontamiento al estrés en deportistas. Se empleó un diseño no experimental y un muestreo intencional, con una muestra de 60 participantes de ambos sexos, cuyas edades oscilaron aproximadamente entre 18 y 50 años. Para la evaluación se utilizaron el Inventario de Ansiedad Estado-Rasgo (STAI), conformado por 40 ítems, y el Cuestionario de Modos de Afrontamiento del Estrés, integrado por 52 ítems. Los resultados evidenciaron que el 70% de los participantes presentó predominio de ansiedad estado. Respecto a las estrategias de afrontamiento, el 80% utilizó la reinterpretación positiva de la experiencia, el 60% recurrió a la búsqueda de apoyo social y el 53,3% empleó la planificación de actividades. El autor concluyó que existía una relación estadísticamente significativa entre los tipos de ansiedad y las estrategias de afrontamiento evaluadas.

Llacchua (2021), en su investigación titulada *"Ansiedad estado-rasgo y estilos de afrontamiento en adolescentes de la Institución Educativa Isaías Ardiles del distrito de Pachacámac".* tuvo como objetivo determinar la relación entre la ansiedad estado-rasgo y los estilos de afrontamiento en adolescentes de la Institución Educativa Isaías Ardiles. El estudio presentó un enfoque cuantitativo, alcance correlacional y diseño no experimental de corte transversal. La muestra estuvo conformada por 450 estudiantes de primero a quinto grado de secundaria, de ambos sexos, con edades comprendidas entre 12 y 17 años. Para la recolección de datos se utilizaron el Cuestionario de

Ansiedad Estado-Rasgo para Niños y Adolescentes (STAIC) y la Escala de Afrontamiento para Adolescentes (ACS). Los resultados evidenciaron que el 98,4% presentó niveles medios de ansiedad estado y el 93,8%, niveles medios de ansiedad rasgo. En cuanto a los estilos de afrontamiento, el 33,8% utilizó predominantemente la búsqueda de apoyo, mientras que el 2,9% empleó estrategias relacionadas con la acción positiva hedonista. El autor concluyó que no se identificaron relaciones estadísticamente significativas en los análisis realizados según sexo y grado escolar, de acuerdo con la información reportada.

Moreno y Olivos (2021), en su investigación titulada *"Estilos de afrontamiento en adolescentes de una institución educativa de Nuevo Chimbote, Áncash, 2020"*, tuvieron como objetivo identificar los estilos de afrontamiento predominantes en estudiantes adolescentes de una institución educativa. El estudio fue de tipo básico, con enfoque cuantitativo, alcance descriptivo y diseño no experimental. La muestra estuvo conformada por 213 estudiantes de educación secundaria, según los datos consignados en el texto proporcionado. Para la recolección de información se utilizó la Escala de Afrontamiento para Adolescentes (ACS), en su versión adaptada. Los resultados evidenciaron que el afrontamiento no productivo fue el estilo utilizado con mayor frecuencia, con un 73,65%, seguido del afrontamiento orientado a la resolución de problemas, con un 53,07%. Entre las estrategias más empleadas se identificaron preocuparse, buscar pertenencia, esforzarse y tener éxito, y autoinculparse. Los autores concluyeron que los adolescentes utilizaban diferentes estrategias para enfrentar situaciones estresantes,

con predominio del afrontamiento no productivo en la población evaluada.

2.1.3. Antecedentes locales

Mendoza (2023) realizó un estudio titulado "Estrés académico y estilos de afrontamiento en estudiantes de derecho de último año de la Universidad Nacional de Ucayali, 2023", con la meta de explorar la conexión entre el estrés académico y las estrategias de afrontamiento en esos estudiantes. La investigación fue de tipo correlacional, con un diseño no experimental y de enfoque transversal. La muestra estuvo integrada por 35 alumnos de la carrera de Derecho de la Universidad Nacional de Ucayali; se empleó una encuesta como técnica, utilizando el Inventario de SISCO para medir el estrés académico y un cuestionario sobre estrategias de afrontamiento. Los hallazgos revelaron que, en cuanto a la variable de estrés académico, el 40.0% de los participantes experimenta un nivel moderado de estrés, mientras que un 34.3% presenta estrés leve y un 25.7% muestra un estrés profundo. También, respecto a los estilos de afrontamiento, el 48.6% de los encuestados utiliza estrategias ocasionalmente, el 28.6% no las emplea en absoluto y el 22.9% las utiliza de manera habitual. Se identificó una correlación Rho de Spearman de 0.555 con un p-valor de 0. 001 (significativo bilateral), inferior a 0. 05, lo que sugiere una correlación relevante y positiva entre el estrés académico y las estrategias de afrontamiento. En conclusión, se determina que hay una relación significativa y directa entre el estrés académico y los estilos

de afrontamiento, lo que indica que, al hacer uso de estas estrategias, los estudiantes logran disminuir su nivel de estrés académico.

Almeyda y Arribasplata (2023) en su investigación titulada Estilos de afrontamiento e ideación suicida en estudiantes de 2do año de secundaria de la *Institución Educativa* San Fernando, Ucayali, 2023, como investigación tuvo el objetivo determinar la relación entre los estilos de afrontamiento e ideación suicida en estudiantes de secundaria. La metodología fue de enfoque cuantitativo diseño no experimental, de tipo descriptivo correlacional. Los instrumentos que se utilizaron para este estudio fueron la escala de Afrontamiento para Adolescentes (ACS) Frydenberg y Lewis (1993) y la Escala de Ideación Suicida de Beck (1979). La muestra estuvo conformada por 151 estudiantes del 2do año de secundaria de la I.E. San Fernando. Los resultados indicaron que el 73.5% de los adolescentes se inclinan por las estrategias de afrontamiento productivo; el 13.9% usan el afrontamiento en relación a los demás; y el 12.6% emplea estrategias de afrontamiento improductivo. En cuanto a la ideación suicida, el 53.9% presenta niveles medios, 33.8% niveles bajos y 12.9% niveles altos. El análisis de correlación de Spearman reveló que existe relación estadística significativa entre ideación suicida y estrategias de afrontamiento (rho=0.170; p<0.050), además, se encontró relación estadística significativa entre las dimensiones resolución de problemas, afrontamiento en relación con los demás y afrontamiento productivo con la ideación suicida (rho=-0.210, -0.307 y 0.168; p<0.050). En conclusión, los hallazgos resaltan los estilos de afrontamiento influyen en la ideación suicida, se enfatiza la importancia

de promover estrategias de afrontamiento saludables para la prevención de conductas suicidas en adolescentes".

2.2. Bases teóricos

2.2.1. Ansiedad

La ansiedad constituyó una respuesta emocional que se manifestó ante situaciones percibidas como amenazantes, inciertas o potencialmente peligrosas. Se caracterizó por la presencia de sentimientos de preocupación, tensión, inquietud y temor, acompañados de modificaciones cognitivas, fisiológicas y conductuales. Desde una perspectiva psicológica, esta respuesta cumplió una función adaptativa, debido a que permitió al individuo anticipar posibles riesgos y movilizar recursos para enfrentarlos. Sin embargo, cuando su intensidad, frecuencia o duración resultaron desproporcionadas respecto a la situación experimentada, pudo afectar el bienestar emocional y el funcionamiento cotidiano.

De acuerdo con la Organización Mundial de la Salud (OMS, 2022), los trastornos de ansiedad se caracterizaron por la presencia de miedo y preocupación excesivos, acompañados de síntomas físicos y conductuales que pudieron interferir en las actividades habituales de las personas. En el contexto educativo, estas manifestaciones adquirieron especial importancia, debido a que pudieron influir en la concentración, la participación escolar, las relaciones interpersonales y el desempeño académico de los adolescentes.

Navlet (2012) señaló que la ansiedad ocupó un lugar relevante en el desarrollo histórico de la psicología, debido a que su conceptualización experimentó modificaciones a partir de diferentes corrientes teóricas. Antes de la década de 1960, su estudio estuvo influido principalmente por los enfoques psicodinámico, humanista, conductista y experimental-motivacional. Posteriormente, surgieron perspectivas que incorporaron las características de personalidad y los procesos cognitivos, lo que permitió comprender la ansiedad como un fenómeno multidimensional.

Desde esta perspectiva, la ansiedad no se limitó a una reacción emocional aislada, sino que involucró procesos de interpretación, evaluación y respuesta ante acontecimientos considerados amenazantes. Endler (1997) abordó la ansiedad desde diferentes aproximaciones conceptuales, mientras que Spielberger (1989) la describió como una respuesta emocional desagradable relacionada con la anticipación de posibles situaciones de peligro.

Uno de los aportes más importantes para su comprensión fue la diferenciación entre ansiedad estado y ansiedad rasgo. Esta distinción permitió reconocer que la ansiedad podía manifestarse como una reacción temporal ante una circunstancia específica o como una predisposición relativamente estable de la personalidad.

Spielberger, Gorsuch y Lushene (1970) desarrollaron el Inventario de Ansiedad Rasgo-Estado (IDARE), instrumento fundamentado en la distinción entre ambas manifestaciones de ansiedad. Este enfoque constituyó un referente teórico para la presente investigación, debido a

que permitió evaluar las respuestas emocionales de los estudiantes desde una perspectiva situacional y disposicional.

Asimismo, Fernández-Abascal (2003) abordó la ansiedad como un proceso relacionado con la detección, interpretación y evaluación de posibles amenazas. Desde esta perspectiva, la respuesta ansiosa involucró mecanismos psicológicos que permitieron movilizar recursos cognitivos, emocionales y conductuales para enfrentar situaciones consideradas riesgosas.

Por consiguiente, el estudio de la ansiedad en adolescentes resultó relevante, debido a que esta etapa del desarrollo estuvo caracterizada por cambios biológicos, psicológicos y sociales que pudieron incrementar la sensibilidad frente a las exigencias académicas, familiares y personales.

Manifestaciones de la ansiedad

Según Miguel-Tobal (1996), la ansiedad constituye una respuesta emocional compleja que se manifiesta a través de tres sistemas interrelacionados: cognitivo, fisiológico y motor o conductual. El componente cognitivo comprende las preocupaciones, los pensamientos negativos y la percepción de amenaza; el fisiológico incluye las reacciones corporales asociadas con la activación del organismo; mientras que el motor o conductual se expresa mediante comportamientos observables, como la inquietud, la evitación y las respuestas de escape.

- **Manifestaciones cognitivas**: Comprendieron los pensamientos, interpretaciones y percepciones que experimentó el individuo ante situaciones consideradas amenazantes. Entre las principales manifestaciones se encontraron la preocupación excesiva, el temor anticipatorio, la inseguridad, las dificultades de concentración, los pensamientos negativos y la percepción de pérdida de control. En los estudiantes adolescentes, estas manifestaciones pudieron expresarse mediante preocupación por los exámenes, temor al fracaso académico, inseguridad frente a las evaluaciones y dificultades para mantener la atención durante las actividades escolares.

- **Manifestaciones fisiológicas:** Se relacionaron con la activación del sistema nervioso autónomo y las modificaciones corporales que acompañaron a la respuesta ansiosa. Entre los síntomas más frecuentes se encontraron el incremento de la frecuencia cardíaca, la sudoración, la tensión muscular, los temblores, la dificultad respiratoria, las molestias gastrointestinales y la sensación de fatiga. Estas respuestas formaron parte de los mecanismos de activación del organismo frente a situaciones percibidas como amenazantes. No obstante, cuando se presentaron de manera intensa o persistente, pudieron generar malestar y afectar el desarrollo de las actividades cotidianas.

- **Manifestaciones motoras o conductuales**: Comprendieron las respuestas observables que acompañaron a la ansiedad. Entre

ellas se encontraron la inquietud psicomotora, los movimientos repetitivos, las dificultades para expresarse verbalmente, la evitación de determinadas situaciones y las conductas de escape. En el ámbito educativo, estas manifestaciones pudieron observarse cuando los estudiantes evitaron participar en actividades académicas, experimentaron dificultades para intervenir en público o manifestaron inquietud ante situaciones de evaluación.

2.2.2. Teoría de la ansiedad estado-rasgo

La teoría de la ansiedad estado-rasgo, desarrollada por Spielberger, constituyó uno de los principales fundamentos para comprender las diferencias entre las respuestas temporales de ansiedad y las características relativamente estables de la personalidad.

Según Spielberger (1989), la ansiedad estado y la ansiedad rasgo representaron dos componentes relacionados, pero conceptualmente diferentes.

Ansiedad estado (A-estado)

La ansiedad estado se definió como una condición emocional transitoria caracterizada por sentimientos subjetivos de tensión, preocupación, nerviosismo y aprensión, acompañados de una mayor activación del sistema nervioso autónomo.

Su intensidad pudo variar de acuerdo con las circunstancias experimentadas y la interpretación que realizó el individuo sobre ellas.

En el contexto escolar, la ansiedad estado pudo manifestarse ante situaciones específicas, como la presentación de exámenes, las exposiciones orales, los conflictos interpersonales o las exigencias académicas.

Ansiedad rasgo (A-rasgo)

La ansiedad rasgo se conceptualizó como una predisposición relativamente estable de la personalidad que influyó en la tendencia del individuo a percibir determinadas situaciones como amenazantes.

Las personas con mayores niveles de ansiedad rasgo pudieron experimentar respuestas ansiosas con mayor frecuencia o intensidad ante circunstancias que otras personas consideraron menos amenazantes.

Esta distinción resultó fundamental para la investigación, debido a que permitió comprender las diferencias individuales en las manifestaciones de ansiedad de los estudiantes de educación secundaria.

2.2.3. Enfoques teóricos y manifestaciones de la ansiedad

Ansiedad como proceso emocional

Navlet (2012) explicó que la ansiedad pudo comprenderse como un proceso emocional de carácter adaptativo, cuya función principal estuvo relacionada con la anticipación de posibles amenazas y la preparación del organismo para responder ante ellas.

Desde esta perspectiva, la ansiedad involucró procesos de evaluación de las circunstancias, identificación de riesgos y movilización de recursos psicológicos. La intensidad de la respuesta dependió tanto de las características de la situación como de las experiencias previas y particularidades del individuo.

Ansiedad como respuesta cognitivo-emocional

La ansiedad también fue abordada como una respuesta en la que intervinieron procesos cognitivos relacionados con la interpretación de la realidad y la anticipación de acontecimientos futuros.

Navlet (2012) señaló que la evaluación cognitiva desempeñó un papel importante en la respuesta ansiosa, debido a que permitió interpretar determinadas situaciones como amenazantes o difíciles de controlar.

En este sentido, los pensamientos negativos, las expectativas de fracaso y la percepción de insuficiencia de recursos personales pudieron contribuir al incremento de las manifestaciones de ansiedad.

Ansiedad como rasgo de personalidad

Spielberger (1989) explicó que la ansiedad rasgo representó una disposición relativamente estable que influyó en la forma en que las personas interpretaron y respondieron a diferentes situaciones.

Esta característica permitió comprender por qué determinados individuos experimentaron niveles elevados de ansiedad ante

acontecimientos que no necesariamente provocaron respuestas similares en otras personas.

Ansiedad cognitiva

Weinberg y Gould (1996) describieron la ansiedad cognitiva como un componente relacionado con pensamientos negativos, preocupaciones, dificultades de concentración y expectativas desfavorables sobre el propio desempeño.

En el contexto educativo, este componente pudo manifestarse mediante temor a obtener calificaciones bajas, preocupación excesiva por los resultados académicos y dificultades para concentrarse durante las evaluaciones.

Ansiedad somática

Según Weinberg y Gould (1996), la ansiedad somática comprendió las manifestaciones fisiológicas asociadas con la activación del organismo ante situaciones estresantes.

Entre estas manifestaciones se encontraron la sudoración, el incremento de la frecuencia cardíaca, la tensión muscular y las molestias gastrointestinales.

Ansiedad normal y ansiedad patológica

Navlet (2012) explicó que la ansiedad cumplió una función adaptativa cuando permitió identificar amenazas y preparar respuestas adecuadas. Sin embargo, pudo adquirir características patológicas

cuando su intensidad, duración o frecuencia resultaron desproporcionadas y afectaron significativamente el funcionamiento de la persona.

Esta diferenciación permitió reconocer que la presencia de ansiedad no constituyó necesariamente un trastorno psicológico, puesto que también pudo manifestarse como una respuesta normal ante situaciones de exigencia o incertidumbre.

2.2.4. Estilos de afrontamiento

Los estilos de afrontamiento constituyeron formas habituales de responder ante situaciones percibidas como estresantes o amenazantes. Comprendieron estrategias cognitivas, emocionales y conductuales que las personas utilizaron para manejar las demandas del entorno y regular el malestar psicológico.

Lazarus y Folkman (1986) definieron el afrontamiento como los esfuerzos cognitivos y conductuales cambiantes que desarrolló el individuo para manejar demandas internas o externas evaluadas como excedentes de sus recursos personales.

Desde este enfoque, el afrontamiento no constituyó una respuesta fija, sino un proceso dinámico que dependió de la evaluación de la situación, las características personales y los recursos disponibles.

Asimismo, Lazarus y Folkman (1986) señalaron que las estrategias de afrontamiento estuvieron orientadas tanto a modificar las circunstancias que generaron estrés como a regular las emociones asociadas con dichas experiencias.

Lazarus y Folkman (1986); además explicaron que el afrontamiento comprendió pensamientos, emociones y acciones que las personas utilizaron para enfrentar situaciones difíciles de la vida cotidiana.

En los adolescentes, estas estrategias adquirieron especial relevancia debido a que las exigencias escolares, las relaciones familiares, los cambios personales y las interacciones sociales pudieron representar fuentes de tensión emocional.

Principales estrategias de afrontamiento

A partir de las estrategias consideradas en el modelo de afrontamiento y en el instrumento COPE, se identificaron las siguientes:

- **Afrontamiento activo:** Comprendió las acciones orientadas a enfrentar directamente una situación estresante mediante esfuerzos destinados a modificarla o reducir sus consecuencias.
- **Planificación:** Consistió en analizar una situación problemática, organizar alternativas de solución y establecer acciones para enfrentarla.
- **Supresión de actividades competidoras:** Se relacionó con la priorización de las acciones necesarias para atender una situación estresante, dejando temporalmente de lado actividades menos importantes.

- **Postergación del afrontamiento:** Comprendió la espera de un momento oportuno para actuar frente a una situación problemática, evitando respuestas precipitadas.
- **Búsqueda de apoyo social instrumental:** Consistió en solicitar orientación, información o ayuda práctica a otras personas para enfrentar una dificultad.
- **Búsqueda de apoyo emocional:** Se relacionó con la necesidad de recibir comprensión, empatía, acompañamiento y respaldo afectivo.
- **Reinterpretación positiva:** Comprendió la búsqueda de aspectos favorables o aprendizajes derivados de una experiencia adversa.
- **Aceptación:** Consistió en reconocer la existencia de una situación estresante y asumir su realidad como punto de partida para responder ante ella.
- **Afrontamiento religioso:** Comprendió el recurso a las creencias y prácticas religiosas como una forma de encontrar apoyo emocional o significado ante situaciones difíciles.
- **Expresión emocional:** Se relacionó con el reconocimiento y la manifestación de las emociones experimentadas frente a acontecimientos estresantes.
- **Negación:** Consistió en rechazar o minimizar la existencia de una situación problemática.
- **Desconexión conductual:** Comprendió la reducción o abandono de los esfuerzos dirigidos a enfrentar una dificultad.

- **Distracción:** Se relacionó con la realización de actividades destinadas a desviar temporalmente la atención de una situación estresante.

Estas estrategias permitieron comprender las diferentes formas en que los estudiantes respondieron ante situaciones de tensión y constituyeron referentes conceptuales para el análisis de los estilos de afrontamiento.

2.2.5. Dimensiones de los estilos de afrontamiento

Afrontamiento centrado en el problema o dirigido a la tarea

Según Maldonado (2019), el afrontamiento centrado en el problema comprendió las estrategias orientadas a modificar, controlar o resolver las circunstancias que generaron estrés.

Este estilo se caracterizó por la utilización de acciones concretas, planificación de actividades, análisis de alternativas y búsqueda de soluciones.

En el contexto educativo, los estudiantes pudieron utilizar este tipo de afrontamiento cuando organizaron sus actividades académicas, solicitaron orientación para resolver dificultades o desarrollaron acciones destinadas a mejorar su desempeño.

Afrontamiento centrado en las emociones

Maldonado (2019) señaló que el afrontamiento centrado en las emociones comprendió las estrategias utilizadas para regular el malestar emocional generado por situaciones estresantes.

Entre estas estrategias se encontraron la aceptación, la reinterpretación positiva, la expresión emocional y el recurso a las creencias religiosas.

Este estilo permitió comprender las respuestas mediante las cuales los adolescentes buscaron reducir la tensión emocional experimentada ante situaciones personales, familiares o académicas.

Afrontamiento centrado en la evitación

Según Maldonado (2019), el afrontamiento evitativo comprendió las estrategias orientadas a distanciarse de las situaciones estresantes o reducir temporalmente el contacto con ellas.

Entre sus manifestaciones se encontraron la negación, la distracción y la desconexión conductual.

Aunque determinadas respuestas de evitación pudieron proporcionar alivio temporal, su utilización persistente pudo dificultar la resolución de problemas cuando impidió enfrentar las demandas que originaron el estrés.

2.2.6. Teoría de la adaptación de Callista Roy

La teoría de la adaptación de Callista Roy constituyó un enfoque

complementario para comprender las respuestas de las personas ante los cambios y las exigencias del entorno.

Roy (2009) explicó que el ser humano podía comprenderse como un sistema adaptativo que interactuó constantemente con estímulos internos y externos.

Desde esta perspectiva, el afrontamiento formó parte de los mecanismos mediante los cuales las personas procesaron las demandas ambientales y desarrollaron respuestas de adaptación.

La teoría permitió reconocer que las respuestas individuales dependieron de la interacción entre los estímulos experimentados y los recursos disponibles para afrontarlos.

En el contexto educativo, este enfoque contribuyó a comprender la importancia de los recursos personales y sociales en la adaptación de los adolescentes a las exigencias académicas y a los cambios propios de su desarrollo.

2.2.7. Enfoques de los lineamientos de las políticas de salud mental en el Perú

Los lineamientos de las políticas de salud mental en el Perú incorporaron enfoques orientados a garantizar una atención integral, equitativa y respetuosa de las características individuales y socioculturales de la población.

Según el Ministerio de Salud (2018), los lineamientos de política sectorial en salud mental incorporan enfoques orientados a garantizar una atención integral, equitativa y contextualizada, considerando los

derechos humanos, los determinantes sociales de la salud, el curso de vida, el género, la interculturalidad y la territorialidad. Estos enfoques permiten comprender la salud mental desde una perspectiva multidimensional, reconociendo la influencia de los factores individuales, familiares, sociales y culturales en el bienestar psicológico de las personas.

En el contexto educativo, estos lineamientos contribuyen a comprender la importancia de promover la salud mental de los adolescentes, considerando las condiciones de su entorno y los recursos personales y sociales disponibles para afrontar situaciones que pueden generar ansiedad.

Enfoque de derechos humanos

Este enfoque reconoció la dignidad de todas las personas y promovió el respeto por sus derechos, independientemente de sus características personales, sociales o culturales.

En el ámbito de la salud mental, orientó la protección de la autonomía, la igualdad, la privacidad y el acceso a servicios de atención sin discriminación.

Enfoque de determinantes sociales de la salud

Este enfoque permitió comprender que la salud mental estuvo influida por las condiciones económicas, sociales, culturales, educativas y ambientales en las que se desarrollaron las personas.

En el caso de los adolescentes, factores como el entorno familiar, las condiciones educativas y las relaciones sociales pudieron influir en su bienestar psicológico.

Enfoque de curso de vida

El enfoque de curso de vida consideró que la salud mental estuvo relacionada con experiencias y condiciones acumuladas durante las diferentes etapas del desarrollo humano. Desde esta perspectiva, la adolescencia constituyó una etapa importante para fortalecer los recursos emocionales y las estrategias de afrontamiento.

Enfoque de género

Este enfoque reconoció que las relaciones sociales, los roles y las expectativas asociadas con el género pudieron influir en las experiencias y oportunidades de las personas. Su aplicación permitió considerar las diferencias y desigualdades que pudieron afectar el bienestar emocional de los adolescentes.

Enfoque de interculturalidad

El enfoque intercultural promovió el reconocimiento y respeto de las diferencias culturales, las creencias y las prácticas de los diversos grupos sociales. En el ámbito de la salud mental, favoreció la comprensión de las necesidades de las personas desde sus propios contextos socioculturales.

Enfoque de territorialidad

Este enfoque consideró las características y necesidades específicas de las poblaciones según el territorio en el que se desarrollaron. Su aplicación permitió reconocer la importancia de analizar los problemas de salud mental considerando las condiciones sociales, educativas y culturales de cada comunidad.

2.3. Definición de términos básicos

- **Adolescencia:** Etapa del desarrollo humano comprendida entre la niñez y la adultez, caracterizada por transformaciones físicas, cognitivas, emocionales y sociales que influyen en la construcción de la identidad, el desarrollo de la autonomía y la adaptación al entorno. Según la Organización Mundial de la Salud (2024), esta etapa comprende generalmente las edades de 10 a 19 años.

- **Ansiedad:** Respuesta emocional caracterizada por sentimientos de preocupación, tensión, temor e inquietud ante situaciones percibidas como amenazantes, acompañada de manifestaciones cognitivas, fisiológicas y conductuales (Spielberger, 1989).

- **Ansiedad estado:** Condición emocional transitoria caracterizada por sentimientos de tensión y preocupación cuya intensidad varió de acuerdo con las circunstancias experimentadas (Spielberger, 1989).

- **Ansiedad rasgo:** Predisposición relativamente estable de la personalidad que influyó en la tendencia del individuo a experimentar ansiedad ante determinadas situaciones (Spielberger, 1989).

- **Afrontamiento:** Conjunto de esfuerzos cognitivos y conductuales utilizados para manejar las demandas internas o externas evaluadas como estresantes o superiores a los recursos personales (Lazarus y Folkman, 1984).

- **Estilos de afrontamiento:** Formas relativamente habituales de utilizar estrategias cognitivas, emocionales y conductuales para enfrentar situaciones estresantes y regular sus consecuencias psicológicas.

- **Afrontamiento centrado en el problema:** Conjunto de estrategias orientadas a modificar o resolver directamente las circunstancias que generaron estrés.

- **Afrontamiento centrado en las emociones:** Estrategias destinadas a regular las respuestas emocionales experimentadas ante situaciones estresantes.

- **Afrontamiento evitativo:** Estrategias caracterizadas por el distanciamiento, la negación o la postergación del enfrentamiento de una situación estresante.

- **Desarrollo emocional:** Proceso mediante el cual las personas desarrollaron capacidades para reconocer, expresar y regular sus emociones, las cuales influyeron en funciones psicológicas como la memoria, el pensamiento y las relaciones interpersonales (Casacuberta, 2003).

- **Institución educativa:** Organización social encargada de desarrollar procesos sistemáticos de enseñanza y aprendizaje, mediante estructuras, normas y actividades orientadas a la formación integral de los estudiantes (Fernández, 1994).

- **Sistema escolar:** Conjunto organizado de instituciones, normas y relaciones educativas que proporcionaron espacios de aprendizaje, convivencia, socialización y construcción de identidad en los estudiantes.

2.4. Hipótesis, variables y operacionalización de variables

2.4.1. Hipótesis

2.4.1.1. Hipótesis general

- H1: Existe relación entre la ansiedad y estilos de afrontamiento en estudiantes de secundaria en la institución educativa Jorge Chávez - Pucallpa 2025.
- H0: No existe relación entre la ansiedad y estilos de afrontamiento en estudiantes de secundaria en la institución educativa Jorge Chávez - Pucallpa 2025.

2.4.1.2. Hipótesis específicas

- H1. Existe relación entre la ansiedad y el estilo de afrontamiento dirigido a la tarea en estudiantes de secundaria en la institución educativa Jorge Chávez - Pucallpa 2025.
- H0. No existe relación entre la ansiedad y el estilo de afrontamiento dirigido a la tarea en estudiantes de secundaria en la institución educativa Jorge Chávez - Pucallpa 2025.

- H2. Existe relación entre la ansiedad y el estilo de afrontamiento social en estudiantes de secundaria en la institución educativa Jorge Chávez - Pucallpa 2025.
- H0. No existe relación entre la ansiedad y el estilo de afrontamiento social en estudiantes de secundaria en la institución educativa Jorge Chávez - Pucallpa 2025.

- H3: Existe relación entre la ansiedad y el estilo de afrontamiento emocional en estudiantes de secundaria en la institución educativa Jorge Chávez - Pucallpa 2025.
- H0: No existe relación entre la ansiedad y el estilo de afrontamiento emocional en estudiantes de secundaria en la institución educativa Jorge Chávez - Pucallpa 2025.

- H4. Existe relación entre la ansiedad y el estilo de afrontamiento evitativo en estudiantes de secundaria en la institución educativa Jorge Chávez - Pucallpa 2025.
- H0. No existe relación entre la ansiedad y el estilo de afrontamiento evitativo en estudiantes de secundaria en la institución educativa Jorge Chávez - Pucallpa 2025.

2.4.2. Variable

2.4.2.1. Variable 1

- Ansiedad.

2.4.2.2. Variable 2

- Estilos de afrontamiento.

2.4.3. Operacionalización de variables

Tabla 1

Operacionalización de variables

Definición Operacional	Dimensiones	Ítems	Valores Finales	Escala de Medición
Es la sensación emocional que percibe el cuerpo siendo desagradable originado por una situación externa, que percibe el individuo como peligroso, ocasionando alteración fisiológicos y conductuales en el individuo" (Spielberger, 1989).	Ansiedad estado Ansiedad rasgo	3; 4; 6; 7; 9; 12; 13; 14; 17; 181; 2; 5; 8; 10; 11;15; 16; 19; 20, 22; 23; 24; 25; 28; 29; 31; 32; 34; 35; 37; 38; 40, 21; 26; 27; 30; 33; 36; 39	60-74(ansiedad alta). 45-59 (ansiedad baja) Debajo de 45 (Dentro de límites normales).	Inventario de ansiedad: rasgo-estado IDARE Categórica, ordinal, Politómica
Los métodos de afrontamiento son las formas en que los individuos manejan el estrés, establecidos para su análisis en 28 preguntas creadas por Carver y sus colegas, y categorizados por Leguía en tres enfoques: métodos de afrontamiento centrados en la tarea, métodos de afrontamiento social-emocional y métodos de afrontamiento evasivos.	Afrontamiento dirigido a la Tarea Afrontamiento social Afrontamiento emocional Afrontamiento evitativo	1, 2, 6, 8, 10, 21, 26, 27, 28. 3, 7, 9, 12, 14, 16, 17, 18, 20 y 23 4, 5, 11, 13, 15, 19, 22, 24 y 25. 5,11, 13,25, 15,19, 4, 22, 24	Nivel Estilos de Afrontamiento Bajo 28-55 Medio 56-84 Alto 85-112 Estilos de afrontamiento dirigido a la tarea Bajo 9-17 Medio 18-27 Alto 28-36 Estilos de afrontamiento social Bajo 10-19 Medio 20-30 Alto 31-40 Estilos de afrontamiento emocional Bajo 10-19 Medio 20-30 Alto 31-40 Estilos de afrontamiento evitativo Bajo 9-17 Medio 18-27 Alto 28-36	Estilos de Afrontamiento al Estrés COPE

CAPÍTULO III

METODOLOGÍA

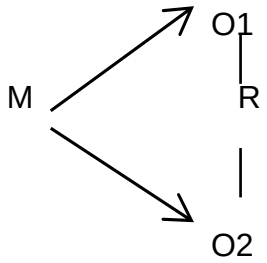
3.1. Tipo de investigación

La investigación se desarrolló bajo un enfoque cuantitativo, debido a que se recolectaron y analizaron datos numéricos con el propósito de determinar la relación entre la ansiedad y los estilos de afrontamiento en estudiantes de educación secundaria de la Institución Educativa Jorge Chávez, ubicada en la ciudad de Pucallpa, durante el año 2025. Según Hernández, Fernández y Baptista (2014), el enfoque cuantitativo se caracterizó por la medición de las variables y la utilización de procedimientos estadísticos para el análisis de los datos y la contrastación de hipótesis.

El estudio fue de tipo básico y presentó un alcance descriptivo-correlacional. Fue descriptivo porque permitió identificar los niveles de ansiedad y los estilos de afrontamiento de los estudiantes; asimismo, fue correlacional porque buscó determinar el grado de asociación entre ambas variables y las dimensiones correspondientes a los estilos de afrontamiento. Este alcance permitió analizar las relaciones existentes entre las variables sin establecer vínculos de causalidad.

Respecto al diseño metodológico, la investigación fue no experimental, debido a que las variables se observaron en su contexto natural, sin manipulación deliberada por parte de los investigadores. Asimismo, fue de corte transversal, puesto que la información se recolectó en un único momento durante el periodo de estudio.

El diseño correlacional se representó mediante el siguiente esquema:



Donde:

M = Muestra de estudiantes de educación secundaria.

O_1 = Observación de la variable ansiedad.

O_2 = Observación de la variable estilos de afrontamiento.

r = Relación entre las variables de estudio.

Este diseño permitió examinar la asociación entre la ansiedad y los estilos de afrontamiento en los estudiantes participantes, de acuerdo con los objetivos e hipótesis establecidos en la investigación.

3.2. Población y muestra

3.2.1. Población

La población estuvo conformada por 450 estudiantes de educación secundaria de la Institución Educativa Jorge Chávez, ubicada en la ciudad de Pucallpa, región Ucayali, quienes estuvieron matriculados durante el año académico 2025.

La población constituyó el conjunto de estudiantes al que se orientó la investigación y del cual se obtuvo la muestra para evaluar las variables ansiedad y estilos de afrontamiento.

3.2.2. Muestra

La muestra estuvo conformada por 208 estudiantes de educación secundaria de la Institución Educativa Jorge Chávez, quienes participaron en la investigación durante el año académico 2025.

Los participantes fueron estudiantes de tercero, cuarto y quinto grado de secundaria, de ambos sexos, cuyas edades estuvieron comprendidas entre los 14 y 17 años.

La delimitación de la muestra se realizó considerando las características de los participantes y los criterios de inclusión y exclusión establecidos para el estudio.

Criterios de inclusión:

- Estudiantes matriculados en tercero, cuarto o quinto grado de educación secundaria de la Institución Educativa Jorge Chávez durante el año académico 2025.
- Estudiantes de ambos sexos, con edades comprendidas entre los 14 y 17 años.
- Estudiantes que aceptaron participar voluntariamente en la investigación.

Criterios de exclusión

- Estudiantes que no estuvieron matriculados en la institución educativa durante el año académico 2025.
- Estudiantes que presentaron dificultades para comprender las instrucciones o el contenido de los instrumentos de evaluación.
- Estudiantes que decidieron no participar o retirarse voluntariamente durante el proceso de recolección de datos.

3.3. Técnicas e instrumentos de recolección de datos

La técnica utilizada para la recolección de datos fue la encuesta, mediante la aplicación de instrumentos psicológicos estructurados que permitieron obtener información cuantitativa sobre las variables ansiedad y estilos de afrontamiento.

Para la evaluación se emplearon dos instrumentos: el Inventario de Ansiedad Rasgo-Estado (IDARE) y el Cuestionario de Estilos de Afrontamiento al Estrés (Brief COPE). Ambos permitieron recoger información de acuerdo con los objetivos y las dimensiones consideradas en la investigación.

3.3.1. Inventario de Ansiedad Rasgo-Estado (IDARE)

El primer instrumento utilizado fue el Inventario de Ansiedad Rasgo-Estado (IDARE), desarrollado por Spielberger, Gorsuch y Lushene (1970), cuyo propósito fue evaluar la ansiedad a partir de dos componentes: ansiedad estado y ansiedad rasgo.

La ansiedad estado correspondió a una condición emocional transitoria, caracterizada por sentimientos de tensión, preocupación y activación emocional experimentados en un momento determinado. Por su parte, la ansiedad rasgo estuvo relacionada con la tendencia relativamente estable de una persona a percibir determinadas situaciones como amenazantes y responder ante ellas con manifestaciones de ansiedad.

Tabla 2

Ficha técnica del Inventario de Ansiedad Rasgo-Estado (IDARE)

Característica	Descripción
Nombre original	State-Trait Anxiety Inventory (STAI)
Nombre en español	Inventario de Ansiedad Rasgo-Estado (IDARE)
Autores	Spielberger, Gorsuch y Lushene
Año	1970
País de origen	Estados Unidos
Objetivo	Evaluar la ansiedad estado y la ansiedad rasgo
Administración	Individual o colectiva
Duración	Entre 12 y 20 minutos
Número de ítems	40
Dimensiones	Ansiedad estado y ansiedad rasgo
Distribución	20 ítems por cada dimensión

El instrumento estuvo conformado por 40 ítems distribuidos en dos escalas de 20 preguntas cada una. La primera evaluó la ansiedad estado, mientras que la segunda permitió medir la ansiedad rasgo. Su aplicación pudo realizarse de manera individual o colectiva, con una duración aproximada de 12 a 20 minutos.

Validez y confiabilidad

En relación con la confiabilidad del Inventario de Ansiedad Rasgo-Estado (IDARE), Olaechea (2021) evaluó las propiedades psicométricas del instrumento en una muestra de 343 adultos jóvenes de Lima Metropolitana. Los resultados evidenciaron coeficientes alfa de Cronbach de 0,922 para la dimensión ansiedad estado y 0,911 para ansiedad rasgo, lo que indicó una elevada consistencia interna en ambas dimensiones. Estos hallazgos aportaron evidencia favorable sobre la confiabilidad del instrumento en la población estudiada y constituyeron un antecedente relevante para su utilización en investigaciones relacionadas con la ansiedad.

3.3.2. Cuestionario de Estilos de Afrontamiento al Estrés (Brief COPE)

El segundo instrumento utilizado fue el Cuestionario de Estilos de Afrontamiento al Estrés (Brief COPE), desarrollado por Carver (1997) a partir del inventario COPE elaborado inicialmente por Carver et al. (1989). Este instrumento tuvo como finalidad identificar las estrategias de afrontamiento empleadas por los estudiantes frente a situaciones percibidas como estresantes. La versión original del Brief COPE estuvo conformada por 28 ítems, distribuidos en 14 estrategias de afrontamiento, con dos ítems por cada una, y utilizó una escala de respuesta tipo Likert de cuatro alternativas. Su estructura permitió evaluar diferentes formas de respuesta cognitiva y conductual ante

situaciones de estrés.

Tabla 3

Ficha técnica del Cuestionario de Estilos de Afrontamiento al Estrés

Característica	Descripción
Nombre	Cuestionario de Estilos de Afrontamiento al Estrés (Brief COPE)
Referentes teóricos	Carver, Scheier y Weintraub
País de origen	Estados Unidos
Adaptación consignada	Leguía (2019)
Objetivo	Evaluar los estilos de afrontamiento frente al estrés
Administración	Individual
Número de ítems	28
Duración	Aproximadamente de 5 a 15 minutos
Escala de respuesta	Likert de cuatro alternativas
Dimensiones consignadas en la ficha	Afrontamiento dirigido a la tarea, social y emocional, y evitativo

Para la calificación se utilizaron cuatro alternativas de respuesta, con valores comprendidos entre 1 y 4 puntos.

Alternativa	Puntaje
Nunca hice esto	1
Hice esto un poco	2
Hice esto bastante	3
Siempre hice esto	4

El puntaje total posible osciló entre 28 y 112 puntos. Para su interpretación se consideraron los siguientes niveles:

Baremación general de los estilos de afrontamiento:

Nivel	Puntaje
Bajo	28–55
Medio	56–84
Alto	85–112

Dimensiones de los estilos de afrontamiento

En la ficha metodológica se consideraron tres agrupaciones de estrategias de afrontamiento.

- **Afrontamiento dirigido a la tarea:** Comprendió estrategias orientadas a enfrentar directamente las situaciones estresantes mediante acciones dirigidas a la solución de problemas, planificación y afrontamiento activo. Esta dimensión estuvo relacionada con los esfuerzos cognitivos y conductuales que realizaron los estudiantes para responder a las dificultades.
- **Afrontamiento social y emocional:** Incluyó estrategias relacionadas con la búsqueda de apoyo emocional, aceptación, reinterpretación positiva y otras respuestas dirigidas al manejo de las emociones experimentadas frente a situaciones estresantes.
- **Afrontamiento evitativo:** Comprendió estrategias caracterizadas por la negación, distracción y otras conductas orientadas a evitar o postergar el enfrentamiento de situaciones percibidas como estresantes.

La baremación consignada para estas dimensiones fue la siguiente:

Tabla 4

Baremación de los niveles de los estilos de afrontamiento según sus dimensiones

Nivel	Dirigido a la tarea	Social y emocional	Evitativo
Bajo	9–17	10–19	9–17
Medio	18–27	20–30	18–27
Alto	28–36	31–40	28–36

Validez del instrumento

Respecto a la validez del Cuestionario de Estilos de Afrontamiento al Estrés (Brief COPE-28), Mate et al. (2016) analizaron las propiedades psicométricas de la versión española del instrumento en una muestra de 1.204 adolescentes. Mediante un análisis factorial exploratorio, identificaron una estructura de ocho factores que explicó el 54,19 % de la varianza total. Asimismo, obtuvieron un índice de adecuación muestral de Kaiser-Meyer-Olkin (KMO) de 0,752 y una prueba de esfericidad de Bartlett estadísticamente significativa ($\chi^2 = 6625{,}262$; $gl = 378$; $p < 0{,}001$). Estos resultados aportaron evidencias favorables sobre la estructura interna del instrumento en población adolescente.

En el contexto peruano, Delgado-Requejo et al. (2023) evaluaron las propiedades psicométricas del Brief COPE-28 en 530 participantes adultos de distintas regiones del país. Los autores identificaron que el modelo de diez estrategias de afrontamiento presentó índices adecuados de ajuste mediante análisis factorial confirmatorio (CFI =

0,96; TLI = 0,95; SRMR = 0,056; RMSEA = 0,069), lo que proporcionó evidencias de validez de su estructura interna.

Confiabilidad del instrumento

En relación con la confiabilidad, Mate et al. (2016) reportaron un coeficiente de consistencia interna de 0,78 para la puntuación total del COPE-28 en adolescentes, lo que evidenció una confiabilidad aceptable en la población estudiada.

Por su parte, Delgado-Requejo et al. (2023) encontraron coeficientes alfa ordinal entre 0,74 y 0,82 para los estilos de afrontamiento, mientras que los coeficientes correspondientes a las estrategias oscilaron entre 0,59 y 0,90. Estos resultados evidenciaron diferencias en la consistencia interna de las dimensiones evaluadas.

En conjunto, ambos estudios constituyeron antecedentes psicométricos relevantes para la selección del Brief COPE-28. No obstante, las evidencias de validez y confiabilidad procedentes de otras poblaciones no sustituyen la evaluación de las propiedades psicométricas de la versión utilizada en los estudiantes de secundaria de la Institución Educativa Jorge Chávez de Pucallpa.

3.4. Procedimiento de recolección de datos

La recolección de datos se desarrolló en la Institución Educativa Jorge Chávez, ubicada en la ciudad de Pucallpa, durante el año académico 2025.

Para el desarrollo de la investigación se contó con las facilidades brindadas por la dirección de la institución educativa, según lo consignado en los agradecimientos de la tesis.

La información se obtuvo mediante la aplicación del Inventario de Ansiedad Rasgo-Estado (IDARE) y del Cuestionario de Estilos de Afrontamiento al Estrés (Brief COPE), seleccionados de acuerdo con las variables y los objetivos establecidos.

El Inventario de Ansiedad Rasgo-Estado estuvo conformado por 40 ítems y permitió evaluar las manifestaciones de ansiedad estado y ansiedad rasgo. Su aplicación tuvo una duración aproximada de 12 a 20 minutos.

Por su parte, el Cuestionario de Estilos de Afrontamiento al Estrés estuvo integrado por 28 ítems y permitió recoger información sobre las estrategias utilizadas por los estudiantes para afrontar situaciones estresantes. Su duración aproximada fue de 5 a 15 minutos.

El formato de consentimiento informado incorporado en los anexos estableció una duración aproximada de 30 minutos para completar la ficha de datos y ambos instrumentos.

Una vez obtenida la información, las respuestas fueron organizadas y codificadas para su posterior tabulación y procesamiento estadístico. Este procedimiento permitió disponer de los datos necesarios para describir las variables y examinar las relaciones planteadas en los objetivos de la investigación.

3.5. Procesamiento y tratamiento de datos

El procesamiento de la información se desarrolló mediante herramientas informáticas y procedimientos estadísticos acordes con el enfoque cuantitativo y el alcance correlacional de la investigación.

Inicialmente, los datos obtenidos mediante los instrumentos fueron organizados y codificados utilizando Microsoft Excel 2013. Posteriormente, la información fue procesada mediante el programa estadístico IBM SPSS Statistics.

Para el análisis descriptivo se emplearon tablas de frecuencias y porcentajes, que permitieron identificar la distribución de los niveles de ansiedad y estilos de afrontamiento de los estudiantes.

En el análisis inferencial se utilizó el coeficiente de correlación rho de Spearman, con la finalidad de examinar la relación entre la ansiedad y los estilos de afrontamiento, así como las asociaciones entre la ansiedad y las dimensiones consideradas en el estudio.

El análisis de correlación se realizó considerando un nivel de significancia de 0,05. Para la contrastación de las hipótesis se establecieron los siguientes criterios de decisión:

- Cuando el valor de significancia fue inferior a 0,05 ($p < 0,05$), se consideró que existía evidencia estadística suficiente para rechazar la hipótesis nula.
- Cuando el valor de significancia fue igual o superior a 0,05 ($p \geq 0,05$), se consideró que no existía evidencia estadística suficiente para rechazar la hipótesis nula.

Los resultados fueron organizados y presentados mediante tablas estadísticas, lo que permitió desarrollar su interpretación de acuerdo con los objetivos e hipótesis formulados en la investigación.

3.6. Aspectos éticos

La investigación consideró los principios éticos de respeto por las personas, participación voluntaria, confidencialidad y protección de la información proporcionada por los estudiantes.

Para el desarrollo del estudio se contó con las facilidades brindadas por la dirección de la Institución Educativa Jorge Chávez, según lo señalado en los agradecimientos de la tesis.

Asimismo, se incorporó un formato de consentimiento informado en los anexos, mediante el cual se comunicó a los participantes el objetivo de la investigación, las características de la evaluación y el tiempo aproximado requerido para responder los instrumentos.

En dicho documento se estableció que la participación sería voluntaria y que los estudiantes podrían retirarse de la evaluación cuando lo consideraran necesario. También se contempló la posibilidad de omitir preguntas que generaran incomodidad.

En relación con la confidencialidad, se estableció que la información recolectada sería utilizada exclusivamente con fines académicos y de investigación. Para proteger la identidad de los participantes, se contempló el uso de códigos de identificación en lugar de nombres.

Asimismo, la información obtenida se destinó al análisis conjunto de las variables estudiadas, evitando la divulgación de resultados individuales.

Estas consideraciones permitieron establecer medidas orientadas a proteger la privacidad, la autonomía y el bienestar de los estudiantes participantes.

CAPÍTULO IV

RESULTADOS Y DISCUSIÓN

4.1. Resultados

Tabla 5

Nivel de ansiedad en estudiantes de secundaria

Nivel	*f*	%
Ansiedad alta	73	35.1
Ansiedad baja	128	61.5
Dentro de los límites normales	7	3.4
Total	208	100.0

Fuente. Inventario de ansiedad rasgo-estado (IDARE).

En la tabla 5, se observa que 61.5% de los estudiantes que participaron de la muestra obtuvieron un nivel de ansiedad baja, un 35.1% un nivel alto de ansiedad y el 3.4% restante un nivel dentro de los límites normales. Se muestra que predomina un nivel bajo de ansiedad entre la muestra de estudiantes de secundaria.

Tabla 6

Nivel de estilos de afrontamiento en estudiantes de secundaria

Nivel	*f*	%
Alto	4	1.9
Medio	145	69.7
Bajo	59	28.4
Total	208	100.0

Fuente. Cuestionario de Estilos de Afrontamiento al Estrés.

En la tabla 6, se observa que 69.7% de los estudiantes de la muestra obtuvieron un nivel medio de afrontamiento al estrés, 28.4% un nivel bajo y el 1.9% restante un nivel alto. En la muestra de estudio predomina un nivel medio de afrontamiento en estudiantes de secundaria.

Tabla 7

Correlación entre la ansiedad y los estilos de afrontamiento

			Estilos de afrontamiento del estrés
Rho de Spearman	Ansiedad	Coeficiente de correlación	0.297
		Sig. (bilateral)	0.138
		N	208

Fuente. Pruebas de correlación por Rho de Spearman – IBM SPSS v.26.

H_0: No existe relación entre la ansiedad y estilos de afrontamiento en estudiantes de secundaria en la institución educativa Jorge Chávez - Pucallpa 2025.

H_I: Existe relación entre la ansiedad y estilos de afrontamiento en estudiantes de secundaria en la institución educativa Jorge Chávez - Pucallpa 2025.

Coeficiente de correlación de Rho de Spearman

Nivel de significancia: $\alpha = 0.05$

Decisión:

Si $p<0.05$, se rechaza Ho y se acepta Hi.

Si $p\geq0.05$, se acepta la Ho y se rechaza Hi.

En la tabla 7, los resultados denotan que entre el estilo de afrontamiento del estrés y la ansiedad existe una relación baja entre ellas (rho=0.297), además que el valor p fue mayor a 0.05, por lo tanto, se aprueba la hipótesis nula de la investigación, que dicta que no existe relación entre estas dos variables.

Tabla 8

Correlación entre la dimensión afrontamiento dirigido a la tarea y ansiedad

			Afrontamiento dirigido a la tarea
Rho de Spearman	Ansiedad	Coeficiente de correlación	0.113
		Sig. (bilateral)	0.610
		N	208

Fuente. Pruebas de correlación por Rho de Spearman – IBM SPSS v.26.

H_{01}: No existe relación entre la ansiedad y el estilo de afrontamiento dirigido a la tarea en estudiantes de secundaria en la institución educativa Jorge Chávez - Pucallpa 2025.

H_{I1}: Existe relación entre la ansiedad y el estilo de afrontamiento dirigido a la tarea en estudiantes de secundaria en la institución educativa Jorge Chávez - Pucallpa 2025.

Coeficiente de correlación de Rho de Spearman

Nivel de significancia: $\alpha = 0.05$

Decisión:

Si $p<0.05$, se rechaza Ho y se acepta Hi.

Si $p\geq0.05$, se acepta la Ho y se rechaza Hi.

En la tabla 8, los resultados denotan que entre la dimensión afrontamiento dirigido a la tarea y la ansiedad existe una relación baja entre ellas (rho=0.113), además que el valor p fue mayor a 0.05, por lo tanto, se aprueba la hipótesis nula de la investigación, que dicta que no existe relación entre ellas.

Tabla 9

Correlación entre la dimensión afrontamiento social y ansiedad

			Afrontamiento social
Rho de Spearman	Ansiedad	Coeficiente de correlación	0.064
		Sig. (bilateral)	0.413
		N	208

Fuente. Pruebas de correlación por Rho de Spearman – IBM SPSS v.26.

H_{02}: No existe relación entre la ansiedad y el estilo de afrontamiento social en estudiantes de secundaria en la institución educativa Jorge Chávez - Pucallpa 2025.

H_{I2}: Existe relación entre la ansiedad y el estilo de afrontamiento social en estudiantes de secundaria en la institución educativa Jorge Chávez - Pucallpa 2025.

Coeficiente de correlación de Rho de Spearman

Nivel de significancia: $\alpha = 0.05$

Decisión:

Si $p<0.05$, se rechaza Ho y se acepta Hi.

Si $p\geq0.05$, se acepta la Ho y se rechaza Hi.

En la tabla 9, los resultados denotan que entre la dimensión afrontamiento social y la ansiedad existe una relación baja entre ellas (rho=0.064), además que el valor p fue mayor a 0.05, por lo tanto, se aprueba la hipótesis nula de la investigación, que dicta que no existe relación entre ellas.

Tabla 10

Correlación entre la dimensión afrontamiento emocional y ansiedad

			Afrontamiento emocional
Rho de Spearman	Ansiedad	Coeficiente de correlación	0.117
		Sig. (bilateral)	0.263
		N	208

Fuente. Pruebas de correlación por Rho de Spearman – IBM SPSS v.26.

H_{03}: No existe relación entre la ansiedad y el estilo de afrontamiento emocional en estudiantes de secundaria en la institución educativa Jorge Chávez - Pucallpa 2025.

H_{I3}: Existe relación entre la ansiedad y el estilo de afrontamiento emocional en estudiantes de secundaria en la institución educativa Jorge Chávez - Pucallpa 2025.

Coeficiente de correlación de Rho de Spearman

Nivel de significancia: α = 0.05

Decisión:

Si p<0.05, se rechaza Ho y se acepta Hi.

Si p≥0.05, se acepta la Ho y se rechaza Hi.

En la tabla 10, los resultados denotan que entre la dimensión afrontamiento emocional y la ansiedad existe una relación muy baja entre ellas (rho=0.117), además que el valor p fue mayor a 0.05, por lo tanto, se aprueba la hipótesis nula de la investigación, que dicta que no existe relación entre ellas.

Tabla 11

Correlación entre la dimensión afrontamiento evitativo y ansiedad

			Afrontamiento evitativo
Rho de Spearman	Ansiedad	Coeficiente de correlación	0.201
		Sig. (bilateral)	0.332
		N	208

Fuente. Pruebas de correlación por Rho de Spearman – IBM SPSS v.26.

H_{03}: No existe relación entre la ansiedad y el estilo de afrontamiento evitativo en estudiantes de secundaria en la institución educativa Jorge Chávez - Pucallpa 2025.

H_{I3}: Existe relación entre la ansiedad y el estilo de afrontamiento evitativo en estudiantes de secundaria en la institución educativa Jorge Chávez - Pucallpa 2025.

Coeficiente de correlación de Rho de Spearman

Nivel de significancia: $\alpha = 0.05$

Decisión:

Si $p<0.05$, se rechaza Ho y se acepta Hi.

Si $p\geq0.05$, se acepta la Ho y se rechaza Hi.

En la tabla 11, los resultados denotan que entre la dimensión afrontamiento evitativo y la ansiedad existe una relación baja entre ellas (rho=0.201), además que el valor p fue mayor a 0.05, por lo tanto, se aprueba la hipótesis nula de la investigación, que dicta que no existe relación entre ellas.

4.2. Discusión

La presente investigación tuvo como objetivo general determinar la relación entre la ansiedad y los estilos de afrontamiento en estudiantes de educación secundaria de la Institución Educativa Jorge Chávez, Pucallpa, durante el año 2025. El estudio se desarrolló mediante un enfoque cuantitativo, de alcance correlacional y diseño no experimental, con una muestra de 208 estudiantes. Los resultados permitieron describir los niveles de ansiedad y afrontamiento, así como examinar la dirección y magnitud de las asociaciones entre las variables estudiadas.

En relación con los resultados descriptivos, se identificó que el 61,5% de los estudiantes presentó un nivel bajo de ansiedad, mientras que el 35,1% registró un nivel alto y el 3,4% se ubicó dentro de los límites normales, según la clasificación consignada en el instrumento utilizado. Estos hallazgos evidenciaron un predominio de la categoría de ansiedad baja; sin embargo, también mostraron que aproximadamente uno de cada tres estudiantes presentó puntuaciones correspondientes al nivel alto. Esta proporción resultó relevante desde una perspectiva de salud mental escolar, debido a que permitió reconocer la presencia de un

grupo de adolescentes que requería especial atención y evaluación psicológica complementaria.

Estos resultados presentaron diferencias respecto a los hallazgos de Salamanca-Camargo et al. (2023), quienes identificaron que el 41% de los estudiantes universitarios colombianos presentó ansiedad moderada y el 4%, ansiedad severa. Asimismo, Llacchua (2020), en una investigación realizada con estudiantes de secundaria de Pachacámac, reportó que el 98,4% presentó niveles medios de ansiedad estado y el 93,8%, niveles medios de ansiedad rasgo. Las diferencias observadas pudieron estar relacionadas con las características de las poblaciones, los instrumentos utilizados, los criterios de clasificación y los contextos educativos. Por consiguiente, estos porcentajes no debieron interpretarse como directamente equivalentes.

En cuanto a los estilos de afrontamiento, se encontró que el 69,7% de los estudiantes presentó un nivel medio, el 28,4% un nivel bajo y únicamente el 1,9% alcanzó un nivel alto. Estos resultados evidenciaron que la mayor proporción de participantes se concentró en la categoría intermedia de afrontamiento, mientras que un grupo considerable obtuvo puntuaciones bajas. Este hallazgo permitió reconocer la importancia de fortalecer las habilidades personales y sociales relacionadas con el manejo de situaciones estresantes, sin asumir que una puntuación global elevada representara necesariamente un afrontamiento más adaptativo.

Al comparar estos resultados con los antecedentes nacionales, se identificaron algunas coincidencias con Callo y Balbín (2022), quienes

encontraron que los estudiantes de secundaria utilizaron diferentes estrategias para afrontar situaciones estresantes y que el afrontamiento centrado en las emociones presentó una media de 9,28 puntos. De manera complementaria, Moreno y Olivos (2021) reportaron un predominio del afrontamiento no productivo en adolescentes de una institución educativa de Nuevo Chimbote. Aunque ambos estudios utilizaron clasificaciones diferentes, sus hallazgos permitieron reconocer que las respuestas de afrontamiento de los adolescentes fueron heterogéneas y dependieron de las estrategias evaluadas.

Respecto al objetivo general, orientado a determinar la relación entre la ansiedad y los estilos de afrontamiento, se obtuvo un coeficiente rho de Spearman de 0,297, que describió una asociación positiva de magnitud baja entre ambas variables. Este resultado indicó que, en términos descriptivos, las puntuaciones más elevadas de ansiedad tendieron a acompañarse de mayores puntuaciones globales de afrontamiento. No obstante, la magnitud del coeficiente fue reducida y no permitió establecer una relación causal ni determinar que una variable produjera cambios en la otra.

La tabla de resultados consignó un valor de significancia bilateral de 0,138. Sin embargo, dicho valor presentó una inconsistencia con el coeficiente de correlación y el tamaño muestral reportados, por lo que la significancia estadística de esta asociación requirió verificarse antes de establecer una decisión definitiva respecto a la hipótesis general.

En comparación con los antecedentes nacionales, Mendoza (2023), en estudiantes de una universidad privada de Lima Norte, reportó

un valor de significancia de 0,055, por lo que no encontró evidencia estadística suficiente para establecer una relación entre las estrategias de afrontamiento y la ansiedad. Por su parte, Mamani (2021), en estudiantes de Psicología de la Universidad Privada de Tacna, identificó una correlación positiva de magnitud baja (rho = 0,201) entre los estilos de afrontamiento y la ansiedad manifiesta. Estos antecedentes mostraron que las asociaciones entre ambas variables pudieron presentar magnitudes reducidas, aunque las conclusiones inferenciales dependieron de los resultados estadísticos específicos de cada investigación.

En el ámbito internacional, los hallazgos presentaron diferencias con English et al. (2022), quienes identificaron correlaciones negativas entre la ansiedad y el afrontamiento primario (r = -0,11), así como entre la ansiedad y el afrontamiento secundario (r = -0,35), durante el confinamiento por la COVID-19 en España. Asimismo, Guamán (2020) reportó una relación inversa entre la ansiedad y los estilos de afrontamiento en estudiantes universitarios ecuatorianos. Estas diferencias pudieron relacionarse con la naturaleza de las situaciones estresantes, las características de los participantes y las estrategias incluidas en cada instrumento.

Desde el enfoque teórico de Lazarus y Folkman (1984), el afrontamiento constituyó un proceso dinámico mediante el cual las personas utilizaron esfuerzos cognitivos y conductuales para manejar demandas evaluadas como estresantes. En consecuencia, una mayor utilización de estrategias de afrontamiento no implicó necesariamente

una menor ansiedad, debido a que las personas pudieron recurrir a diferentes respuestas precisamente cuando experimentaron mayores exigencias o malestar emocional. Esta perspectiva permitió interpretar la asociación positiva observada sin atribuirle un significado causal.

En relación con el primer objetivo específico, orientado a identificar la relación entre la ansiedad y el afrontamiento dirigido a la tarea, se obtuvo un coeficiente rho de Spearman de 0,113, correspondiente a una asociación positiva de magnitud muy baja. Este resultado evidenció que las puntuaciones de ambas variables presentaron una tendencia positiva reducida, sin que el coeficiente permitiera sostener una asociación importante desde el punto de vista de su magnitud.

La tabla correspondiente consignó un valor de significancia de 0,610; sin embargo, este dato también requirió contrastarse con la salida estadística original, debido a su falta de correspondencia con el coeficiente y el tamaño muestral presentados.

Estos hallazgos pudieron contrastarse con Marchena (2024), quien encontró una correlación positiva prácticamente nula entre la ansiedad rasgo y el afrontamiento centrado en la solución de problemas (r = 0,019), así como una correlación negativa muy baja entre la ansiedad estado y dicho estilo (r = -0,070). Aunque las direcciones de las asociaciones no fueron idénticas, los coeficientes evidenciaron magnitudes reducidas, lo que permitió reconocer que el afrontamiento orientado a la resolución de problemas no mantuvo una relación

uniforme con las manifestaciones de ansiedad en las poblaciones estudiadas.

Asimismo, Pozos-Radillo et al. (2021), en estudiantes mexicanos de Enfermería, identificaron relaciones entre la ansiedad, las exigencias académicas y determinadas formas de afrontamiento. Sus resultados permitieron reconocer que las respuestas dirigidas al manejo de problemas estuvieron vinculadas con las características del contexto académico y con la evaluación que realizaron los estudiantes de las situaciones estresantes.

Desde la perspectiva de Lazarus y Folkman (1986), el afrontamiento centrado en el problema comprendió los esfuerzos destinados a modificar o resolver las circunstancias que generaron estrés. No obstante, su utilización dependió de la percepción de control y de los recursos disponibles. Por ello, la baja magnitud de la asociación observada pudo interpretarse considerando que los estudiantes recurrieron a estrategias dirigidas a la tarea en circunstancias diversas, independientemente de sus niveles de ansiedad.

Respecto al segundo objetivo específico, relacionado con el afrontamiento social y la ansiedad, se obtuvo un coeficiente rho de Spearman de 0,064, que evidenció una asociación positiva prácticamente nula. Este resultado mostró que las puntuaciones de afrontamiento social y ansiedad presentaron una correspondencia lineal por rangos muy reducida en los estudiantes evaluados.

La tabla consignó un valor de significancia de 0,413, cuya exactitud también debió comprobarse mediante los resultados originales

del procesamiento estadístico.

Al comparar estos hallazgos con Choy (2021), se identificaron diferencias en la dirección de las asociaciones. Dicho autor encontró una correlación negativa de baja magnitud entre la búsqueda de apoyo social y las preocupaciones sociales en adolescentes del Callao. Por su parte, Salamanca et al. (2023) reportaron que el 34% de los universitarios evaluados utilizó la búsqueda de apoyo social como estrategia de afrontamiento. Aunque este último resultado no permitió establecer una comparación correlacional directa, evidenció la importancia de las relaciones interpersonales en las respuestas frente a situaciones estresantes.

En el ámbito local, Almeyda y Arribasplata (2023) identificaron que el 13,9% de los estudiantes de secundaria de la Institución Educativa San Fernando utilizó estrategias de afrontamiento relacionadas con los demás. Asimismo, reportaron una asociación estadísticamente significativa entre determinadas dimensiones del afrontamiento y la ideación suicida. Si bien esta investigación examinó una variable psicológica diferente de la ansiedad, sus resultados permitieron reconocer la relevancia de las estrategias sociales de afrontamiento en adolescentes del contexto educativo de Ucayali.

Desde la perspectiva teórica del afrontamiento, la búsqueda de apoyo social constituyó un recurso mediante el cual las personas solicitaron orientación, comprensión o ayuda frente a situaciones difíciles. Sin embargo, la utilización de esta estrategia no garantizó por sí misma una disminución de la ansiedad, debido a que su utilidad pudo

depender de la calidad del apoyo recibido, las características de la situación y las necesidades emocionales del estudiante. Esta interpretación permitió comprender la asociación prácticamente nula observada entre ambas variables.

En relación con el tercer objetivo específico, orientado a identificar la relación entre la ansiedad y el afrontamiento emocional, se obtuvo un coeficiente rho de Spearman de 0,117, correspondiente a una asociación positiva de magnitud muy baja. Este resultado indicó que las puntuaciones de afrontamiento emocional presentaron una tendencia positiva reducida respecto a la ansiedad. El valor de significancia consignado fue de 0,263, aunque su correspondencia estadística también requirió verificación.

Estos hallazgos presentaron diferencias con Marchena (2022), quien identificó correlaciones negativas entre el afrontamiento centrado en las emociones y la ansiedad rasgo (r = -0,272), así como entre dicho afrontamiento y la ansiedad estado (r = -0,310). Asimismo, Freire y Lara (2022) encontraron correlaciones positivas de baja magnitud entre la ansiedad y determinadas estrategias, como la expresión emocional, la autocrítica y el pensamiento desiderativo.

Las diferencias entre estos resultados evidenciaron que el afrontamiento emocional comprendió respuestas diversas, cuya relación con la ansiedad pudo variar según la estrategia específica utilizada. En ese sentido, no resultó adecuado interpretar todas las respuestas emocionales como igualmente favorables o desfavorables.

De acuerdo con Lazarus y Folkman (1986), el afrontamiento centrado en las emociones estuvo orientado a regular el malestar psicológico asociado con las situaciones estresantes. Esta regulación pudo desarrollarse mediante aceptación, expresión emocional, reinterpretación de las experiencias y búsqueda de apoyo afectivo. Por consiguiente, la asociación positiva de magnitud muy baja encontrada en la investigación pudo comprenderse considerando que los estudiantes emplearon diferentes recursos emocionales, cuya frecuencia de utilización no necesariamente reflejó su eficacia para manejar la ansiedad.

Respecto al cuarto objetivo específico, relacionado con el afrontamiento evitativo y la ansiedad, se obtuvo un coeficiente rho de Spearman de 0,201, correspondiente a una asociación positiva de magnitud baja. Entre las cuatro dimensiones evaluadas, el afrontamiento evitativo presentó el coeficiente de mayor magnitud respecto a la ansiedad. Sin embargo, esta diferencia descriptiva no permitió afirmar que su asociación fuera estadísticamente mayor que la de las otras dimensiones.

La tabla reportó un valor de significancia de 0,332, que requirió comprobarse debido a la inconsistencia identificada entre los resultados estadísticos consignados.

Este hallazgo presentó semejanzas con Marchena (2022), quien encontró correlaciones positivas entre el afrontamiento evitativo y la ansiedad rasgo (r = 0,232), así como entre dicho estilo y la ansiedad estado (r = 0,125). Asimismo, Román (2021) identificó asociaciones

positivas y estadísticamente significativas entre la evitación experiencial y las dimensiones de ansiedad estado y ansiedad rasgo en estudiantes universitarios.

De manera complementaria, Freire y Lara (2022) reportaron asociaciones positivas entre la ansiedad y determinadas estrategias de afrontamiento desadaptativas, entre ellas el aislamiento social. Estos antecedentes respaldaron la importancia de examinar las respuestas evitativas al estudiar las manifestaciones de ansiedad, aunque sus resultados no fueron directamente equivalentes debido a las diferencias conceptuales y metodológicas entre las investigaciones.

Desde el enfoque de Lazarus y Folkman (1984), las estrategias de afrontamiento constituyeron respuestas que las personas utilizaron para manejar situaciones percibidas como estresantes. En el caso del afrontamiento evitativo, estas respuestas pudieron incluir la negación, la distracción y el distanciamiento de los problemas. Aunque determinadas estrategias pudieron proporcionar alivio emocional temporal, su utilización persistente también pudo dificultar el enfrentamiento de situaciones que requerían soluciones concretas.

En este sentido, la asociación positiva observada entre el afrontamiento evitativo y la ansiedad constituyó un hallazgo relevante desde el punto de vista descriptivo, debido a que mostró una tendencia de incremento conjunto de ambas puntuaciones. No obstante, la investigación no permitió establecer si la evitación incrementó la ansiedad, si la ansiedad favoreció la utilización de estrategias evitativas

o si ambas variables estuvieron relacionadas con otros factores no evaluados.

En conjunto, los resultados mostraron que las asociaciones entre la ansiedad y los estilos de afrontamiento presentaron magnitudes positivas bajas o muy bajas. El afrontamiento evitativo registró el coeficiente más elevado entre las dimensiones específicas, seguido del afrontamiento emocional, el afrontamiento dirigido a la tarea y el afrontamiento social.

La comparación con los antecedentes internacionales, nacionales y locales evidenció resultados heterogéneos, tanto en la dirección como en la magnitud de las asociaciones. Estas diferencias pudieron relacionarse con la edad de los participantes, el contexto educativo, las características de las situaciones estresantes, los instrumentos empleados y las formas de clasificación de las variables.

Asimismo, los resultados descriptivos mostraron que, aunque predominó la categoría de ansiedad baja, una proporción importante de estudiantes presentó niveles altos. De igual manera, el predominio del nivel medio de afrontamiento y la presencia de estudiantes con puntuaciones bajas evidenciaron la pertinencia de promover acciones de orientación psicológica y fortalecimiento de habilidades socioemocionales.

Finalmente, los hallazgos contribuyeron a la comprensión de la ansiedad y los estilos de afrontamiento en estudiantes de educación secundaria de la Institución Educativa Jorge Chávez. Sin embargo, su interpretación debió considerar el diseño no experimental y transversal,

las características de la muestra y la necesidad de verificar las inconsistencias identificadas en los resultados inferenciales. Estas consideraciones fueron fundamentales para evitar conclusiones que excedieran la evidencia obtenida y para orientar futuras investigaciones sobre la salud mental de los adolescentes en la región Ucayali.

CAPÍTULO V

CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

5.1. Conclusiones

- En relación con el objetivo general, se identificó una asociación positiva de magnitud baja entre la ansiedad y los estilos de afrontamiento en los estudiantes de educación secundaria de la Institución Educativa Jorge Chávez - Pucallpa, 2025 (rho = 0,297). Este resultado evidenció una tendencia positiva entre las puntuaciones de ambas variables; sin embargo, su magnitud fue reducida. La significancia estadística de esta asociación quedó pendiente de confirmación debido a las inconsistencias identificadas en los valores reportados.

- Respecto al primer objetivo específico, se identificó una asociación positiva de magnitud muy baja entre la ansiedad y el afrontamiento dirigido a la tarea (rho = 0,113). Este resultado mostró una correspondencia reducida entre las puntuaciones de ambas variables, por lo que el afrontamiento orientado a la resolución de problemas no presentó una asociación de magnitud importante con la ansiedad en los estudiantes evaluados.

- En cuanto al segundo objetivo específico, se identificó una asociación positiva prácticamente nula entre la ansiedad y el afrontamiento social (rho = 0,064). Este hallazgo evidenció que las puntuaciones correspondientes a la búsqueda de apoyo social

presentaron una asociación de magnitud mínima con los niveles de ansiedad registrados en la muestra.

- Respecto al tercer objetivo específico, se identificó una asociación positiva de magnitud muy baja entre la ansiedad y el afrontamiento emocional (rho = 0,117). Este resultado mostró una correspondencia reducida entre ambas variables y permitió reconocer que la utilización de estrategias de regulación emocional no presentó una asociación de magnitud importante con las puntuaciones de ansiedad.

- En relación con el cuarto objetivo específico, se identificó una asociación positiva de magnitud baja entre la ansiedad y el afrontamiento evitativo (rho = 0,201). Esta dimensión presentó el coeficiente más elevado entre los cuatro estilos de afrontamiento evaluados, lo que evidenció una mayor tendencia descriptiva de asociación con la ansiedad, sin que ello permitiera establecer una relación causal.

5.2. Recomendaciones

- A la dirección de la Institución Educativa Jorge Chávez, se recomienda fortalecer las acciones de promoción y prevención de la salud mental mediante la coordinación con los establecimientos de salud de la jurisdicción, a fin de desarrollar actividades periódicas de orientación psicológica y detección oportuna de dificultades emocionales. Esta recomendación se sustentó en que el 35,1% de los estudiantes evaluados presentó un nivel alto de ansiedad, lo que evidenció la necesidad de prestar atención a su bienestar psicológico.

- A los profesionales de Psicología y responsables del área de tutoría, se recomienda implementar talleres dirigidos al fortalecimiento de estrategias de afrontamiento orientadas a la resolución de problemas, la planificación y la toma de decisiones. Estas actividades debieron promover recursos personales que permitieran a los estudiantes enfrentar adecuadamente las exigencias académicas y las dificultades cotidianas, considerando que el 28,4% presentó un nivel bajo de afrontamiento.

- A los docentes tutores y profesionales de Psicología, **s**e recomienda desarrollar actividades de fortalecimiento de habilidades sociales, comunicación asertiva y búsqueda adecuada de apoyo interpersonal. Estas acciones debieron favorecer la construcción de relaciones de confianza entre estudiantes,

docentes y familias, con la finalidad de facilitar la expresión de necesidades emocionales y la solicitud oportuna de ayuda ante situaciones difíciles.

- A los profesionales de Psicología de la institución educativa, se recomienda promover programas de educación emocional orientados al reconocimiento, comprensión y regulación de las emociones. Asimismo, se sugirió incorporar actividades relacionadas con la identificación de pensamientos negativos, la expresión emocional adecuada y el manejo de situaciones estresantes, con el propósito de fortalecer los recursos psicológicos de los adolescentes.

- A la dirección de la institución educativa y a los responsables del servicio de orientación psicológica, se recomendó desarrollar intervenciones preventivas dirigidas a reconocer y reducir el uso persistente de estrategias evitativas que pudieran dificultar la resolución de problemas. Estas actividades debieron incluir orientación sobre el afrontamiento activo, la búsqueda de apoyo oportuno y la identificación de situaciones que requirieran atención psicológica individualizada.

- A los futuros investigadores, se recomienda desarrollar estudios con muestras más amplias, diferentes instituciones educativas y diseños longitudinales que permitieran profundizar en la relación entre la ansiedad y los estilos de afrontamiento. Asimismo, se

sugirió analizar por separado las dimensiones de ansiedad estado y ansiedad rasgo, así como verificar las propiedades psicométricas y los criterios de puntuación de los instrumentos utilizados en población adolescente. Estas medidas permitirían obtener resultados más precisos y comparables en futuras investigaciones realizadas en la región Ucayali.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

Almeyda, Ch., & Arribasplata, E. (2023). *Estilos de Afrontamiento e ideación suicida en estudiantes de 2do año de secundaria de la Institución Educativa San Fernando, Ucayali, 2023*.

Aparcana Donayre, E. O. (2025). *Adicción a redes sociales y ansiedad en estudiantes de una institución educativa de Pucallpa, 2024* [Tesis de licenciatura, Universidad Católica de Trujillo Benedicto XVI]. Repositorio Institucional UCT.

Bedoya, M. (2020). *Ansiedad y estrategias de afrontamiento en deportistas que practican CrossFit en centro de entrenamiento Pulso Fitness Center, Lima 2019.* [Tesis de pregrado, Universidad Privada de Tacna].

Callo, A., & Balbín, S. (2022). *Afrontamiento y ansiedad escolar en estudiantes de secundaria de una institución educativa privada de Lima Metropolitana*.

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

Casacuberta, D. (2003). Cultura, societat i emocions. En J. T. Limonero (Coord.), *Motivació i emoció*. Universitat Oberta de Catalunya.

Choy, M. (2021). *Relación entre los niveles de ansiedad manifiesta y las estrategias de afrontamiento en estudiantes del nivel secundario del Callao*.

Delgado-Requejo, N. J., Castillo Ramos, J. C., & Cerda Sánchez, L. C. (2023). Propiedades psicométricas de la Escala de Afrontamiento al Estrés Brief-COPE 28 en una población peruana. *Interacciones, 9*, e333.

Díaz Usme, O. (2024). Afrontamiento y ansiedad asociada a la emergencia por COVID-19 en estudiantes del área de salud de una institución de educación superior de Colombia. *Ciencia y Enfermería, 30*, artículo 16.

Endler, N. S. (1997). *Stress, anxiety and coping: The multidimensional interaction model*.

English, A., Torres, J., & Navarro, G. (2022). Coping and anxiety during lockdown in Spain: The role of perceived impact and information sources. *Psychology Research and Behavior Management, 15*, 1411–1421.

Fernández, L. M. (1994). *Instituciones educativas: Dinámicas institucionales en situaciones críticas*. Paidós.

Fernández-Abascal, E. G. (2003). *Emoción y motivación: La adaptación humana*. Centro de Estudios Ramón Areces.

Freire Gómez, G., & Lara Salazar, A. (2022). *Estrategias de afrontamiento y su relación con la ansiedad en deportistas*.

Guamán, W. (2020). *Ansiedad y estilos de afrontamiento en estudiantes universitarios de Psicología del séptimo ciclo de la Universidad Nacional de Chimborazo*.

Hernández Sampieri, R., Fernández Collado, C., & Baptista Lucio, M. P. (2014). *Metodología de la investigación* (6.ª ed.). McGraw-Hill Education.

Huaranga, A., & Loyola, I. (2020). *Estilos de afrontamiento al estrés en los estudiantes de la Institución Educativa Integrada N.º 615–64042 Bellavista y el Colegio Nacional de Aplicación UNHEVAL, Ucayali–*

Huánuco, 2020 [Tesis de pregrado, Universidad Nacional Hermilio Valdizán].

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

Lazarus, R. S., & Folkman, S. (1986). *Estrés y procesos cognitivos*. Martínez Roca.

López Peña, G. V., & Vélez Barragán, J. C. (2018). *Estrategias de afrontamiento de los estudiantes de la Universidad Cooperativa de Colombia sede Villavicencio* [Trabajo académico de seminario de profundización, Universidad Cooperativa de Colombia].

Llacchua, A. (2020). *Ansiedad estado-rasgo y estilos de afrontamiento en adolescentes de la Institución Educativa Isaías Ardiles del distrito de Pachacámac.*

Maldonado, S. (2019). *Estrés académico y modos de afrontamiento del estrés.*

Mamani, C. (2021). *Relación entre los estilos de afrontamiento y ansiedad manifiesta en estudiantes de la carrera profesional de Psicología de la Universidad Privada de Tacna, 2021*.

Marchán, A. (2020). *Estilos de afrontamiento de los pacientes del Centro de Salud Pampa Grande de Tumbes*.

Marchena, L. (2022). *Relación entre la ansiedad rasgo-estado y los estilos de afrontamiento en estudiantes de Psicología de una universidad pública de Tumbes - 2022*.

Mate, A. I., Andreu, J. M., & Peña, M. E. (2016). Propiedades psicométricas de la versión española del “Inventario breve de afrontamiento” (COPE-

28) en una muestra de adolescentes. *Psicología Conductual, 24*(2), 305–318.

Mateo, S. M. (2021). *Ansiedad y estilos de afrontamiento ante evaluaciones en alumnos del nivel secundario de una institución educativa privada del distrito de San Martín de Porres.*

Mendoza, C. (2023). *Estrés académico y estilos de afrontamiento en estudiantes de Derecho del último año de la Universidad Nacional de Ucayali, 2023*.

Mendoza, K. (2023). *Estrategias de afrontamiento al estrés y ansiedad en estudiantes de una universidad privada de Lima Norte, 2021*.

Miguel-Tobal, J. J. (1996). La ansiedad. Santillana.

Ministerio de Salud. (2018). *Lineamientos de política sectorial en salud mental: Perú 2018*.

Ministerio de Salud. (2022). *Lineamientos de política sectorial en salud mental: Perú 2018*.

Morales, F., & Trianes, M. V. (2015). Estrategias de afrontamiento e inadaptación en niños y adolescentes. *Revista de Educación y Psicología, 3*(2).

Moreno, M., & Olivos, L. (2021). *Estilos de afrontamiento en adolescentes de una institución educativa de Nuevo Chimbote, Áncash, 2020.*

Navlet, M. (2012). *Ansiedad, estrés y estrategias de afrontamiento en el ámbito deportivo: Un estudio centrado en la diferencia entre deportes*.

Olaechea Terán, D. (2021). *Propiedades psicométricas del Inventario de Ansiedad: Rasgo-Estado en adultos jóvenes*.

Organización Mundial de la Salud. (2022). *Trastornos mentales*.

Organización Mundial de la Salud. (2024). *La salud mental de los adolescentes*.

Peñaherrera Benavides, T. S. (2022). *Relación de los estilos de afrontamiento con los niveles de estrés académico en estudiantes de bachillerato del cantón Salcedo* [Tesis de licenciatura, Pontificia Universidad Católica del Ecuador]. Repositorio Institucional PUCE.

Pozos-Radillo, B. E., Preciado-Serrano, M. L., Plascencia-Campos, A. R., Aguilera-Velasco, M. Á., & Acosta-Fernández, M. (2021). Ansiedad rasgo-estado, estrés académico y estilos de afrontamiento en estudiantes de enfermería en México. *Index de Enfermería, 30*(1–2), 134–138.

Rogowska, A. M., Kuśnierz, C., & Bokszczanin, A. (2020). Examining anxiety, life satisfaction, general health, stress and coping styles during COVID-19 pandemic in Polish sample of university students. *Psychology Research and Behavior Management, 13*, 797–811.

Román, D. (2021). *Ansiedad y evitación experiencial en estudiantes de Psicología de una universidad estatal de Lima Metropolitana*. Universidad Nacional Mayor de San Marcos.

Roy, C. (2009). *The Roy adaptation model* (3rd ed.). Pearson Prentice Hall.

Salamanca, Y., Sotomayor, Y., & Salas, S. (2023). Relación entre niveles de ansiedad y estrategias de afrontamiento en universitarios colombianos.

Samanez, V. (2021). *Ansiedad preoperatoria y estilos de afrontamiento pacientes de una clínica de Lima Metropolitana, 2021"*. [Tesis de pregrado, Universidad Privada Norbert Wiener].

Sánchez, M., Valverde, M., & García, J. (2020). Influencia de los estilos de afrontamiento sobre la satisfacción vital de pacientes en tratamiento de hemodiálisis y con trasplante renal. *Revista de Nefrología, Diálisis y Trasplante, 40*(3), 221–231.

Spielberger, C. D. (1989). *State-Trait Anxiety Inventory*. Consulting Psychologists Press.

Spielberger, C. D., Gorsuch, R. L., & Lushene, R. E. (1970). *Manual for the State-Trait Anxiety Inventory*. Consulting Psychologists Press.

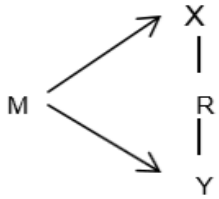
Weinberg, R. S., & Gould, D. (1996). *Fundamentos de psicología del deporte y del ejercicio físico*. Editorial Médica Panamericana.

ANEXOS

ANEXO 1

MATRIZ DE CONSISTENCIA

Título: "Ansiedad y estilos de afrontamiento en estudiantes de secundaria en la Institución Educativa Jorge Chávez- Pucallpa 2025"

Problema	Objetivo	Hipótesis	Variable	Metodología
Problema general ¿Cuál es la relación entre los niveles de ansiedad y estilos de afrontamiento en estudiantes de secundaria en la institución educativa Jorge Chávez - Pucallpa 2025? **Problemas específicos** ¿Cuáles es la relación entre la ansiedad y el estilo de afrontamiento dirigido a la tarea en estudiantes de secundaria en la institución educativa Jorge Chávez- Pucallpa 2025? ¿Cuáles es la relación entre la ansiedad y son los estilos de afrontamiento social y emocional en estudiantes de secundaria en la institución educativa Jorge Chávez- Pucallpa 2025? ¿Cuál es la relación entre la ansiedad y estilo de afrontamiento evitativo en estudiantes de secundaria en la institución educativa Jorge Chávez- Pucallpa 2025?	**Objetivo General** Determinar la relación entre la ansiedad y estilos de afrontamiento en estudiantes de secundaria en la institución educativa Jorge Chávez - Pucallpa 2025 **Objetivo Específicos** Identificar la relación de la ansiedad y el estilo de afrontamiento dirigido a la tarea en estudiantes de secundaria en la institución educativa Jorge Chávez- Pucallpa 2025. Identificar la relación entre la ansiedad y estilos de afrontamiento social y emocional en estudiantes de secundaria en la institución educativa Jorge Chávez- Pucallpa 2025. Identificar la relación entre la ansiedad y estilos de afrontamiento evitativo en estudiantes de secundaria en la institución educativa Jorge Chávez - Pucallpa 2025	**Hipótesis general** H1: Existe relación entre la ansiedad y estilos de afrontamiento en estudiantes de secundaria en la institución educativa Jorge Chávez- Pucallpa 2025 H0: No existe relación entre la ansiedad y estilos de afrontamiento en estudiantes de secundaria en la institución educativa Jorge Chávez- Pucallpa 2025 **Hipótesis específicas** H1. Existe relación entre la ansiedad y el estilo de afrontamiento dirigido a la tarea en estudiantes de secundaria en la institución educativa Jorge Chávez- Pucallpa 2025 H0. No existe relación entre la ansiedad y el estilo de afrontamiento dirigido a la tarea en estudiantes de secundaria en la institución educativa Jorge Chávez- Pucallpa 2025 H2. Existe relación entre la ansiedad y el estilo de afrontamiento social y emocional en estudiantes de secundaria en la institución educativa Jorge Chávez- Pucallpa 2025. H0. No existe relación entre la ansiedad y el estilo de afrontamiento social y emocional en estudiantes de secundaria en la institución educativa Jorge Chávez- Pucallpa 2025. H3. Existe relación entre la ansiedad y el estilo de afrontamiento evitativo en estudiantes de secundaria en la institución educativa Jorge Chávez- Pucallpa 2025 H0. No existe relación entre la ansiedad y el estilo de afrontamiento evitativo en estudiantes de secundaria en la institución educativa Jorge Chávez- Pucallpa 2025	V1. Ansiedad V2. Estilo de afrontamiento	Tipo: Cuantitativo. Nivel: Descriptivo, correlacional Diseño: no experimental  Dónde: M: Muestra X: Variable -Bienestar Psicológico Y: Variable - Depresión R: Relación entre X - Y **Población** 450 estudiantes **Muestra** 208 estudiantes

ANEXO 2

INSTRUMENTOS DE RECOLECCIÓN DE DATOS

CUESTIONARIO DE ANSIEDAD (IDARE)

(Charles y Lushene. 1970) ANSIEDAD – ESTADO

Nada (N) Algo (A) Bastante (B) Mucho (M)

ÍTEM	DESCRIPCIÓN	N	A	B	M
1	Me siento calmado (a)				
2	Estoy seguro (a)				
3	Estoy tenso (a)				
4	Me siento desilusionado (a)				
5	Estoy a gusto				
6	Estoy alterado (a)				
7	Estoy preocupado (a) por un posible contratiempo				
8	Estoy descansado (a)				
9	Estoy angustiado (a)				
10	Estoy cómodo (a)				
11	Tengo confianza en mí mismo (a)				
12	Estoy nervioso (a)				
13	Estoy desasosegado				
14	Estoy agitado (a)				
15	Estoy “a punto de estallar”				
16	Me siento reposado (a)				
17	Estoy satisfecho (a)				
18	Estoy preocupado (a)				
19	Estoy alegre				
20	Estoy bien				

ANSIEDAD – RASGO

Nada (N) Algo (A) Bastante (B) Mucho (M)

ÍTEM	DESCRIPCIÓN	N	A	B	M
21	Estoy bien				
22	Me agito muy rápido				
23	Tengo una sensación de llorar				
24	Quiero ser feliz como los demás				
25	Llego a perder oportunidades por no decidir en su debido tiempo				
26	Estoy descansado				
27	Soy un sujeto tranquilo, sereno y sosegado				
28	Veo que las dificultades se amontonan y no puedo con ellas				
29	Suelo preocuparme demasiado cositas sin importancia				
30	Estoy contento				
31	Considero las cosas muy serio				
32	No tengo confianza en mi				
33	Estoy seguro				
34	Evito enfrentarme a las crisis o dificultades				
35	Estoy con melancolía (melancólico)				
36	Estoy contento				
37	Me rondan y molestan pensamientos sin importancia				
38	Me afectan tanto los desengaños, que no puedo olvidarlos				
39	Soy un sujeto estable				

CUESTIONARIO DE ESTILOS DE AFRONTAMIENTO AL ESTRÉS: COPE (COPING ESTIMATION) BRIEF

INSTRUCCIONES:
Las frases que aparecen a continuación describen formas de pensar, sentir o comportarse, que la gente suele utilizar para enfrentarse a los problemas personales o situaciones difíciles que en la vida causan tensión o estrés. Las formas de enfrentarse a los problemas, como las que aquí se describen, no son ni buenas ni malas, ni tampoco unas son mejores o peores que otras.

Simplemente, ciertas personas utilizan más unas formas que otras. Ponga 1, 2, 3 o 4 en el espacio dejado al principio, es decir, el número que mejor refleje su propia forma de enfrentarse a ello, al problema. Gracias.

Opciones de respuesta:

1 = Nunca hago esto
2 = Hago esto un poco
3 = Hago esto bastante
4 = Siempre hago esto

ITEMS	1 Nunca hago esto	2 Hago esto un poco	3 Hago esto bastante	4 Siempre hago esto
1. Intento conseguir que alguien me ayude o aconseje sobre qué hacer.				
2. Concentro mis esfuerzos en hacer algo sobre la situación en la que estoy.				
3. Acepto la realidad de lo que ha sucedido.				
4. Recurro al trabajo o a otras actividades para apartar las cosas de mi mente.				
5. Me digo a mí mismo "esto no es real".				
6. Intento proponer una estrategia sobre qué hacer.				
7. Hago bromas sobre ello.				
8. Me critico a mí mismo.				
9. Consigo apoyo emocional de otros.				
10. Tomo medidas para intentar que la situación mejore.				
11. Renuncio a intentar ocuparme de ello.				
12. Digo cosas para dar rienda suelta a mis sentimientos desagradables.				
13. Me niego a creer que haya sucedido.				
14. Intento verlo con otros ojos, para hacer que parezca más positivo.				
15. Utilizo alcohol u otras drogas para hacerme sentir mejor.				
16. Intento hallar consuelo en mi religión o creencias espirituales.				
17. Consigo el consuelo y la comprensión de alguien.				
18. Busco algo bueno en lo que está sucediendo.				
19. Me río de la situación.				
20. Rezo o medito.				
21. Aprendo a vivir con ello.				
22. Hago algo para pensar menos en ello, tal como ir al cine o ver la televisión.				
23. Expreso mis sentimientos negativos.				
24. Utilizo alcohol u otras drogas para ayudarme a superarlo.				
25. Renuncio al intento de hacer frente al problema.				
26. Pienso detenidamente sobre los pasos a seguir.				
27. Me echo la culpa de lo que ha sucedido.				
28. Consigo que otras personas me ayuden o aconsejen.				

ANEXO 4

CONSENTIMIENTO INFORMADO

El presente estudio es llevado a cabo por los Bachilleres Fernando Del Águila Ríos y Marcos Franco Tejada Isuiza de la carrera de Psicología de la Universidad Nacional De Ucayali quienes realizaran la tesis el cual tiene como objetivo de determinar la relación entre la ansiedad y estilos de afrontamiento en estudiantes de secundaria en la institución educativa Jorge Chávez Pucallpa 2025, se le solicita completar una ficha de datos y dos cuestionarios que le tomarán 30 minutos de su tiempo. La información recolectada será confidencial, es decir, no se usará para otro propósito diferente al del presente estudio, así como también será anónima ya que no se usarán nombres sino un código de identificación. Su participación es voluntaria por lo que, si desea retirarse por algún motivo durante la aplicación, puede hacerlo en cualquier momento. Además, si no está de acuerdo con alguna de las preguntas o se siente incómodo puede no contestarla y comunicárselo a la encargada del recojo de información.

Finalmente, dado que la información que se recogerá el producto de un estudio grupal no se entregará información sobre los resultados individuales de las participantes.

Desde ya, agradezco su participación.

Yo, _____ acepto participar voluntariamente en este estudio. He sido informado (a) del objetivo implicancias de éste. Reconozco que la información que yo provea es estrictamente confidencial y no será usada para ningún otro propósito fuera de los de este estudio sin mi consentimiento.

Pucallpa _____2025

Firma

ANEXO 5

ACEPTACIÓN DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA PARA APLICACIÓN DE LOS TEST PSICOLÓGICOS

"Año de la recuperación y consolidación de la economía peruana"

Pucallpa 17 de junio 2025

SEÑOR: Mg. José Nelton Romero Chuquipiondo

Director de la Escuela Profesional de Psicología

ASUNTO: AUTORIZO APLICACIÓN DE LOS TEST PSICOLÓGICOS

DEL PROYECTO DE INVESTIGACIÓN.

REFERENCIA: CARTA N° 017-2025-EPPSC- FCS-UNU

Grato es dirigirme a usted para saludarlo muy cordialmente a nombre de la institución educativa - "JORGE CHAVEZ" y desearle éxitos en su gestión que viene desarrollando en la formación de nuevos profesionales.

Así mismo en atención al documento de la referencia; AUTORIZO la aplicación de los dos instrumentos psicológicos, a los alumnos del Cuarto y Quinto Grado de Secundaria de la Institución Educativa Jorge Chávez para el viernes 20 del presente mes a horas 3:00 pm de la tarde con el proyecto titulado **"NIVELES DE ANSIEDAD Y ESTILOS DE AFRONTAMIENTO EN ESTUDIANTES DE SECUNDARIA EN LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA JORGE CHAVEZ- PUCALLPA 2025",** representado por la Sr. Bach. FERNANDO DEL AGUILA RIOS y EL Sr. Bach. MARCO FRANCO TEJADA ISUIZA

sin otro particular es propicio la oportunidad para expresarle las muestras de estima personal.

I.E. N° 64008 - JORGE CHAVEZ DIRECCIÓN PUCALLPA

Mg. Gina Amasifuen Aspajo
C.M. 1000079361
DIRECTORA