



Universidad Nacional Mayor de San Marcos

Universidad del Perú. Decana de América

Facultad de Psicología

Escuela Profesional de Psicología

**Estilos de afrontamiento y funcionalidad familiar en
estudiantes de Psicología de una Universidad Pública
de Lima Metropolitana**

TESIS

Para optar el Título Profesional de Psicóloga

AUTOR

Mayra Alessandra URBANO SAUME

ASESOR

Dra. Rosa Elena HUERTA ROSALES

Lima, Perú

2025



Reconocimiento - No Comercial - Compartir Igual - Sin restricciones adicionales

<https://creativecommons.org/licenses/by-nc-sa/4.0/>

Usted puede distribuir, remezclar, retocar, y crear a partir del documento original de modo no comercial, siempre y cuando se dé crédito al autor del documento y se licencien las nuevas creaciones bajo las mismas condiciones. No se permite aplicar términos legales o medidas tecnológicas que restrinjan legalmente a otros a hacer cualquier cosa que permita esta licencia.

Referencia bibliográfica

Urbano, M. (2025). *Estilos de afrontamiento y funcionalidad familiar en estudiantes de Psicología de una Universidad Pública de Lima Metropolitana*. [Tesis de pregrado, Universidad Nacional Mayor de San Marcos, Facultad de Psicología, Escuela Profesional de Psicología]. Repositorio institucional Cybertesis UNMSM.

Metadatos complementarios

Datos de autor	
Nombres y apellidos	Mayra Alessandra Urbano Saume
Tipo de documento de identidad	DNI
Número de documento de identidad	71020299
URL de ORCID	https://orcid.org/0000-0001-7714-4705
Datos de asesor	
Nombres y apellidos	Rosa Elena Huerta Rosales
Tipo de documento de identidad	DNI
Número de documento de identidad	08975381
URL de ORCID	https://orcid.org/0000-0002-9197-6249
Datos del jurado	
Presidente del jurado	
Nombres y apellidos	Maria Luisa Matalinares Calvet
Tipo de documento	DNI
Número de documento de identidad	07669021
Miembro del jurado 1	
Nombres y apellidos	Elisa Beatriz Yanac Reynoso
Tipo de documento	DNI
Número de documento de identidad	07961776
Miembro del jurado 2	
Nombres y apellidos	Jairo Jaime Turriate Chávez
Tipo de documento	DNI
Número de documento de identidad	47490285
Datos de investigación	
Línea de investigación	B.5.2.1. Promoción y prevención de la salud mental

Grupo de investigación	No aplica
Agencia de financiamiento	Sin financiamiento.
Ubicación geográfica de la investigación	Edificio: Universidad Nacional Mayor de San Marcos (Ciudad Universitaria) País: Perú Departamento: Lima Provincia: Lima Distrito: Cercado de Lima Calle: German Amezaga N° 375 Latitud: -12.0561578 Longitud: -77.0888972
Año o rango de años en que se realizó la investigación	2023-2025
URL de disciplinas OCDE	Psicología https://purl.org/pe-repo/ocde/ford#5.01.02



UNIVERSIDAD NACIONAL MAYOR DE SAN MARCOS
(Universidad del Perú, DECANA DE AMÉRICA)



FACULTAD DE PSICOLOGÍA

Escuela Profesional de Psicología

Calle Germán Amézaga N° 375, Lima (Ciudad Universitaria)
Central Telefónica 6197000, anexo 3213, fax 3209

ACTA

Siendo las 11:00 horas del día 17 de junio del 2025, se dieron cita en el Mini Auditorio del Pabellón de la Facultad de Psicología, bajo la presidencia de la **Dra. María Luisa Matalinares Calvet**, los catedráticos Miembros del Jurado que suscriben la presente Acta y la postulante al Título Profesional de Psicóloga, la Bachiller **URBANO SAUME, MAYRA ALESSANDRA**; quien a invitación de la Presidenta expuso y sustentó su trabajo de tesis titulado: "**ESTILOS DE AFRONTAMIENTO Y FUNCIONALIDAD FAMILIAR EN ESTUDIANTES DE PSICOLOGÍA DE UNA UNIVERSIDAD PÚBLICA DE LIMA METROPOLITANA**", al concluir con la sustentación absolvió las preguntas pertinentes.

Finalizando el acto de sustentación, la Presidenta del Jurado invitó a la postulante y asistentes a retirarse del recinto para dar inicio a la deliberación evaluativa. A su término cada Miembro del Jurado hizo entrega a la presidenta en sobre cerrado sus respectivas calificaciones, habiendo obtenido la postulante al Título Profesional de Psicóloga el promedio de:

15 (Quince) Aprobado

Seguidamente, la Presidente del Jurado invitó a ingresar al salón de grados, tanto a la postulante como a los asistentes, a fin de comunicarle el resultado obtenido en el presente proceso.

El Jurado dispuso que se extendiera la presente acta como constancia de titulación por la Modalidad de Presentación y Sustentación de Tesis.

DRA. MARÍA LUISA MATALINARES CALVET
PRESIDENTA

DRA. ROSA ELENA HUERTA ROSALES
ASESORA

MG. ELISA BEATRIZ YANAC REYNOSO
MIEMBRO

DR. JAIRO TURRIATE CHÁVEZ
MIEMBRO



Universidad Nacional Mayor de San Marcos

Universidad del Perú. Decana de América

Vicerrectorado de Investigación y Posgrado



CERTIFICADO DE SIMILITUD

Yo Rosa Elena Huerta Rosales, en mi condición de asesora acreditado con el Dictamen N°000002-2025-EPPSI-FPSI/UNMSM de la tesis, cuyo título es Estilos de afrontamiento y funcionalidad familiar en estudiantes de Psicología de una Universidad Pública de Lima Metropolitana, presentado por la bachiller Mayra Alessandra URBANO SAUME para optar el título de PSICOLOGA, CERTIFICO que se ha cumplido con lo establecido en la Directiva de Originalidad y de Similitud de Trabajos Académicos, de Investigación y Producción Intelectual. Según la revisión, análisis y evaluación mediante la plataforma PIDS, el documento evaluado cuenta con el 15% de similitud, nivel PERMITIDO para continuar con los trámites correspondientes y para su **publicación en el repositorio institucional**.

Se emite el presente certificado en cumplimiento de lo establecido en las normas vigentes, como uno de los requisitos para la obtención del grado/ título/ especialidad correspondiente.

Lima, 11 de julio del 2025



Firmado digitalmente por HUERTA
ROSALES Rosa Elena FAU
20148092282 soft
Motivo: Soy el autor del documento
Fecha: 11.07.2025 23:29:52 -05:00

Firma del Asesor _____

Nombres y Apellidos del asesor: Rosa Elena Huerta Rosales

DNI 08975381

* Según corresponda: bachiller, magister, doctor; título de segunda especialidad.

La vigencia del presente certificado corresponde a un periodo de noventa (90) días desde la fecha de su emisión; siempre que no haya observaciones en el texto durante el proceso de revisión por el jurado informante o surja alguna contingencia.

Dedicatoria

A mi madre Reyna, mis hermanas Claudia, Aracely y mi hermano Mathias; por ser mi soporte e inspiración para seguir con mis sueños.

A Mushu por salvarme y acompañarme.

AGRADECIMIENTOS

A mi madre, por ser mi ancla e inculcarme la importancia de la paciencia y resiliencia en cada momento de la vida, por enseñarme que a pesar de las dificultades que puedan presentarse siempre se puede seguir avanzando. A mis hermanas y hermano, por acompañarme en este largo camino, indudablemente verlos crecer y cumplir sus propias metas es mi motivación constante.

A mi asesora, Dra. Rosa Elena Huerta Rosales, por su dedicación y supervisión en cada proceso y por ser un gran referente a nivel profesional, atesoró cada enseñanza que me proporcionó durante este tiempo.

Al profesor Jaime Ramiro Aliaga Tovar, por confiar y encaminar mis ideas iniciales, me hubiera gustado que viera la culminación de este proyecto.

A los participantes y docentes que dedicaron su tiempo para contribuir con el desarrollo de la investigación.

A mis familiares y amistades, por brindarme su apoyo a pesar de la distancia y el tiempo.

ÍNDICE

Dedicatoria.....	ii
AGRADECIMIENTOS	iii
RESUMEN	viii
ABSTRACT.....	ix
INTRODUCCIÓN	10
CAPÍTULO I: PLANTEAMIENTO DEL ESTUDIO.....	13
1.1. Fundamentación del problema	13
1.2. Formulación del problema	17
1.3. Objetivos	18
1.3.1. Objetivo General.....	18
1.3.2. Objetivos Específicos.....	18
1.4. Justificación.....	19
1.5. Limitaciones	20
CAPÍTULO II: MARCO TEÓRICO	22
2.1. Antecedentes	22
2.1.1. Antecedentes nacionales	22
2.1.2. Antecedentes internacionales.....	25
2.2. Bases teóricas	27
2.2.1. Afrontamiento al estrés	27
a. Conceptualización	27
b. Modelos teóricos.....	28
c. Estilos de afrontamiento	32
d. Estrategias de afrontamiento	34
2.2.2. Funcionalidad familiar	36
a. Conceptualización	36
b. Modelo Circumplejo de Olson, Sprenkle y Russel.....	39
2.3. Definición de términos y variables.....	44
2.4. Hipótesis.....	45
2.4.1. Hipótesis general.....	45
2.4.2. Hipótesis específicas	45

CAPÍTULO III: METODOLOGÍA	47
3.1. Tipo y diseño de investigación.....	47
3.2. Población y muestra	48
3.3. Técnicas e instrumentos de recolección de datos.....	50
3.3.1. Ficha sociodemográfica	50
3.3.2. Cuestionario de Afrontamiento al estrés COPE.....	50
3.3.3. Escala de Evaluación de la Cohesión y Adaptabilidad Familiar FACES III.....	53
3.4. Procedimiento de recolección de datos	55
3.5. Técnicas de procesamiento y análisis de datos	55
3.6. Matriz de operacionalización	57
CAPÍTULO IV: RESULTADOS	59
4.1. Análisis descriptivo	59
4.2. Análisis inferencial.....	62
4.2.1. Prueba de normalidad	62
4.2.2. Contraste de hipótesis	63
4.3. Resultados complementarios.....	66
CAPÍTULO V: DISCUSIÓN DE RESULTADOS	67
5.1. Análisis y discusión de resultados.....	67
5.2. Conclusiones	71
5.3. Recomendaciones.....	72
REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS.....	73
ANEXOS	82
Anexo 1. Ficha sociodemográfica.....	82
Anexo 2. Cuestionario de Modos de Afrontamiento al estrés COPE	84
Anexo 3. Escala de Cohesión y Adaptabilidad Familiar (FACES III).....	88
Anexo 4. Tablas sobre datos sociodemográficos	94

ÍNDICE DE TABLAS

Tabla 1 Descripción de la muestra según ciclo académico.....	49
Tabla 2 Descripción de la muestra según tipo de familia	49
Tabla 3 Estadísticos descriptivos de las variables	59
Tabla 4 Estadísticos descriptivos de las estrategias de afrontamiento al estrés.....	60
Tabla 5 Tipos de cohesión familiar.....	61
Tabla 6 Tipos de adaptabilidad familiar	61
Tabla 7 Prueba de normalidad para las dimensiones de la variable funcionalidad familiar ...	62
Tabla 8 Prueba de normalidad para los estilos de afrontamiento al estrés	62
Tabla 9 Correlación entre los estilos de afrontamiento al estrés y las dimensiones de funcionalidad familiar (cohesión y adaptabilidad)	65
Tabla 10 Correlación entre cohesión familiar y estilos de afrontamiento al estrés	65
Tabla 11 Correlación entre adaptabilidad familiar y estilos de afrontamiento al estrés	65
Tabla 12 Prueba de normalidad para las estrategias de afrontamiento al estrés	94
Tabla 13 Correlación entre las estrategias de afrontamiento al estrés y las dimensiones de funcionalidad familiar (cohesión y adaptabilidad)	66
Tabla 14 Descripción de la muestra según presencia o ausencia de trabajo.....	95
Tabla 15 Descripción de la muestra según estado civil.....	95

ÍNDICE DE FIGURAS

Figura 1 Modelo Circumplejo de Olson para el FACES-III.....	44
-------------------------------------------------------------	----

RESUMEN

El modo de respuesta de los universitarios ante situaciones potencialmente estresantes en el entorno educativo puede ser determinante para su futuro personal y profesional, de la misma manera que la red de apoyo con la que cuentan para hacer frente a estas experiencias. En consideración a lo planteado se desarrolló la investigación con el fin de determinar la relación entre los estilos de afrontamiento al estrés y la funcionalidad familiar en 202 estudiantes de Psicología. El estudio es de enfoque cuantitativo y de diseño no experimental transversal-correlacional, para lo cual se usaron el Cuestionario de Afrontamiento al estrés (COPE) y la Escala de Evaluación de la Cohesión y Adaptabilidad Familiar (FACES III). Como resultados, se encontró una relación directa, aunque débil entre las dimensiones de la funcionalidad familiar con los estilos orientado a lo social-emocional y a la tarea; ello difiere con el estilo orientado a la evitación ya que se reportó una relación inversa, aunque débil con la cohesión familiar y la ausencia de una relación significativa con la adaptabilidad familiar.

Palabras clave: estilos de afrontamiento, funcionalidad familiar, adaptabilidad familiar, cohesión familiar, universitarios.

ABSTRACT

The way university students respond to potentially stressful situations in the educational environment can be decisive for their personal and professional future, in the same way the support network they have to cope with these experiences. In consideration of the above, the research was developed with the purpose of determining the relationship between coping styles to stress and family functionality in 202 psychology students. The study has a quantitative approach and a non-experimental cross-sectional-correlational design, for which the Stress Coping Questionnaire (COPE) and Family Cohesion and Adaptability Evaluation Scale (FACES III). After the statistical analysis, a weak direct relationship was found between the dimensions of family functionality and the social-emotional and task-oriented styles; this differs with the avoidance-oriented style since a weak inverse relationship was reported with family cohesion and absence of a significant relationship with family adaptability.

Key words: coping styles, family functionality, family adaptability, family cohesion, university students.

INTRODUCCIÓN

A nivel mundial, la salud mental en la población en general se ha convertido en una realidad preocupante siendo así que se registra que alrededor del 62% de personas manifiestan estar estresadas a tal magnitud que visualizan consecuencias en su vida cotidiana; así mismo, un 31% afirma que debido a los niveles altos de estrés que notaban no se encontraban en condiciones de afrontar sus actividades y responsabilidades (Ipsos, 2023). Esta información nos brinda información sobre una problemática frente a la que es necesario seguir una línea de estudio, más aún cuando estos datos también reflejan las dificultades que enfrentan los estudiantes universitarios, ya que de acuerdo a una investigación que realizó la Red de Mentes Saludables y la Asociación Americana de Salud Universitaria se registró un incremento en casos de ansiedad pasando de un 17% a un 31% (Roberts, 2022).

En el contexto nacional, esta situación no se aleja de la realidad peruana, ya que según la información que brinda la Dirección de Salud Mental del Ministerio de Salud, se ha identificado que cerca del 38% de universitarios presentaría alguna dificultad con su salud mental en casos como depresión, ansiedad y estrés; además destaca que estas dificultades se exacerban ante condiciones sociodemográficas como acceso a servicios de salud, ingresos económicos, apoyo familiar, entre otros (Defensoría del Pueblo, 2018).

La vida universitaria se caracteriza por ser una etapa en la cual las personas se enfrentan a una serie de retos, empezando con la transición de la educación secundaria a un nivel educativo totalmente diferente por lo que pueden presentar dificultades en la adaptación del estilo de aprendizaje, sentido de pertenencia y desarrollo de habilidades (Duche et al., 2020). Asimismo, a lo largo de la trayectoria universitaria, los estudiantes siguen tomando decisiones que podrían determinar notablemente el curso de su vida; es así que aparecen problemáticas tales como la

deserción académica, dificultades económicas, presencia de cuadros de ansiedad y depresión, entre otros.

La pandemia por la COVID-19 causó impacto en la sociedad, en ese sentido, la educación universitaria no fue ajena a estas consecuencias lo que directamente también afectó el rendimiento académico de los jóvenes; quienes se enfrentaron a la carga académica de la universidad y la adaptación a un contexto educativo distinto, catalogándose estas dificultades como factores de riesgo vinculados al incremento de casos de depresión, ansiedad y estrés (Cobo et al., 2020).

Como se puede visualizar, el estrés es una problemática constante en el entorno universitario; ineludiblemente los jóvenes buscan afrontarlo empleando diferentes recursos según su estilo de afrontamiento; el cual puede ser orientado a la tarea, a lo social-emocional o la evitación. Es en el contexto familiar, donde se proporcionan las pautas para el desarrollo de vínculos socioafectivos con el medio externo (Bueno, 2007), siendo así que la funcionalidad o disfuncionalidad de la familia de cada joven determinará el establecimiento de patrones adaptativos o no; lo cual influirá en su interacción con el entorno. Dado que la funcionalidad familiar incide en el bienestar de los estudiantes (Egúzquiza, 2022; Haro, 2018; Agurto, 2019) deja como precedente la importancia de profundizar su estudio.

Es así que, teniendo en consideración la problemática actual y la necesidad de realizar estudios en torno a esta temática, la presente investigación plantea como objetivo principal determinar la relación entre el afrontamiento al estrés y la funcionalidad familiar en estudiantes de Psicología de la UNMSM. Además, se detallará información acerca de los estilos de afrontamiento al estrés, el tipo de cohesión y adaptabilidad familiar que caracteriza a los estudiantes; así como la relación entre las dimensiones de la funcionalidad familiar y los estilos de afrontamiento al estrés.

El presente documento se encuentra estructurado en cinco capítulos, iniciando con el Capítulo I, donde se expone la fundamentación y formulación del problema, los objetivos, la justificación y limitaciones.

En el Capítulo II se visualiza el marco teórico que incluye los antecedentes en el contexto nacional e internacional; así como las bases teóricas de las variables, la definición de términos y las hipótesis del estudio.

En el Capítulo III se presenta la metodología, indicando el tipo y diseño de investigación, además de la identificación de variables, descripción de la población y muestra; técnicas, instrumentos y procedimiento de recolección de datos, para finalmente señalar las técnicas de procesamiento y análisis de datos.

En el Capítulo IV se consignan los resultados iniciando con el análisis descriptivo para luego reportar el análisis inferencial donde se aprecia el contraste de hipótesis.

Finalmente, en el Capítulo V se presenta la discusión de los resultados, así también las conclusiones y recomendaciones.

CAPÍTULO I

PLANTEAMIENTO DEL ESTUDIO

1.1. Fundamentación del problema

El estrés es un término empleado con bastante frecuencia en la vida cotidiana y ello se debe a que solemos atribuir diferentes características a la concepción de estrés, las cuales oscilan desde aspectos positivos hasta negativos; por ejemplo, puede relacionarse con procesos de motivación para la ejecución de actividades o como aquello que limita y pone en riesgo la salud. Según Lazarus y Folkman (1986), el estrés puede conceptualizarse como el conjunto de interacciones entre una persona y su entorno, el cual es interpretado como excedente a los recursos individuales y que pone en riesgo el bienestar personal.

En este contexto, el estudiante universitario se encuentra inmerso, a nivel académico, en situaciones potencialmente estresantes originadas por la entrega de trabajos en plazos perentorios, el rendimiento de exámenes, la realización de prácticas de internado y, muchas veces, situaciones laborales como lo indica el 11.5% de jóvenes que en el 2020 se encontraba trabajando y estudiando (Instituto Nacional de Estadística e Informática [INEI], 2020).

Las situaciones antes mencionadas se vieron exacerbadas por la pandemia del Covid-19, generando cambios sustanciales en la vida de cada estudiante, como el repentino reajuste psicológico necesario para adecuarse a la situación del traslado de clases presenciales a virtuales, la presencia de dificultades económicas, las pérdidas familiares y amicales, la aparición de problemas de salud, entre otras; lo cual de alguna manera repercutió en su equilibrio socioemocional (Pedró, 2020). Ello también ha llevado al incremento en los índices de la ansiedad y la depresión; registrándose que más del 50% de estudiantes universitarios presentó niveles moderado y medio de ansiedad, así como el 45% de ellos se ubicaron en niveles medio y alto de depresión (Sánchez et al., 2021).

De acuerdo con Lazarus y Folkman (1986), el estrés se desarrolla de manera interaccional, es decir, existen factores psicológicos que median entre los estímulos estresores y las respuestas frente al estrés, que variarán de acuerdo con el contexto y persona. Es así como cada persona realizará una valoración de las situaciones y actuará de acuerdo con ello para regular los efectos que pueda desencadenar el estrés, mediante un proceso llamado afrontamiento.

El afrontamiento es entendido como los “esfuerzos cognitivos y conductuales para manejar, tolerar o reducir las demandas externas e internas y los conflictos entre ellas” (Folkman y Lazarus, 1980, p. 223). Este afrontamiento es el proceso que realizarían todas las personas sin distinción, sin embargo, los recursos con los que cuente cada individuo marcarán una diferenciación, de manera que los estilos de afrontamiento empleadas ante situaciones de estrés no serán las mismas para todos. Estos estilos de afrontamiento son entendidas como procesos concretos y específicos que se emplean según cada contexto y varían de acuerdo con las características de la situación.

De acuerdo con lo anterior, los estudiantes universitarios que se encuentran expuestos a niveles elevados de estrés serían quienes emplean estrategias para afrontarlo que no se adaptan a las situaciones que están experimentando (Hernández-Ballester et al., 2023), en otros términos, se estaría presentando un afrontamiento al estrés poco eficaz.

Las repercusiones que puede generar el estrés en la vida de las personas oscilan desde consecuencias fisiológicas, emocionales hasta cognitivas; ya que al encontrarse expuestas a niveles altos de estrés podrían desarrollar complicaciones en el sistema inmunológico y cardiovascular (Herrera et al., 2017). Así también, las personas se encuentran más propensas a la aparición de sintomatología depresiva y otras dificultades en el estado de ánimo (Muñoz et al., 2020) y a nivel cognitivo, podrían presentarse cambios en el sistema de almacenamiento de información generando alteraciones en la memoria

(Romero et al., 2019); todo ello llevaría a que las personas se enfrenten a dificultades en sus interacciones sociales (Barraza et al., 2019).

Además, enfocando la población universitaria, Silva et al. (2020) añaden que los estudiantes presentarán malestares físicos, dificultades en la concentración, disminución del interés en la ejecución de trabajos académicos, aislamiento de su entorno cercano y alteraciones en la ingesta de alimentos; lo cual generará cambios significativos en su estilo de vida que a la larga podrían desencadenar en la aparición de enfermedades crónicas.

En síntesis, los efectos del estrés en la vida de los estudiantes universitarios originarán que se encuentren más propensos a diferentes problemas, así como conductas de riesgo y enfermedades. Por consiguiente, los estudiantes que no logren adaptarse a los cambios y situaciones de estrés; es decir, que utilicen estrategias de afrontamiento tales como evitación y supresión de emociones, podrían experimentar alteraciones en sus vínculos socioafectivos (Vintila et al., 2022). Estas estrategias pueden ser catalogadas como parte de los estilos de afrontamiento desadaptativos, por lo que los estudiantes que continúen enfrentando los acontecimientos estresantes bajo este estilo evidenciarán un incremento de dificultades en las diferentes áreas de su vida, limitando su desarrollo como persona.

Por otro lado, a lo largo de la vida, un estudiante universitario se ve rodeado de diferentes fuentes de soporte y apoyo, entre las cuales la familia se ubica en primera instancia; entendida esta como un sistema en el cual se efectúan las primeras interacciones de las personas. Es así que, en el funcionamiento interno de cada familia se proporcionarían las pautas y modelos que determinarán la interacción de sus integrantes en otros entornos; todo ello a partir del estilo educativo, apoyo emocional y características propias de los cuidadores; siendo así que ello se verá reflejado en su desempeño académico (Martínez et al., 2020).

Es así que, a partir de la definición se puede afirmar que una familia es funcional cuando existe un equilibrio entre la resolución de conflictos y el desarrollo personal de sus miembros, así como, se visualiza una distribución de funciones según las características de cada uno priorizando el bienestar familiar (Quispe et al., 2023). En tanto que una familia es disfuncional cuando no presenta estas características.

En la misma línea, cabe mencionar que diferentes estudios afirman que el entorno familiar podría convertirse en un factor de riesgo en tanto se exprese en términos de disfuncionalidad familiar; es decir, sus integrantes se encontrarían en un entorno poco flexible y con dificultades para la comunicación e interacción socioemocional (Enriquez et al., 2020); encontrándose así propensos a desarrollar problemas psicológicos tales como sintomatología depresiva, ansiedad y alteraciones en la convivencia social (Aguirre y Zambrano, 2021). De esta manera, la familia se constituiría como un sistema de apoyo, o no, para todos sus miembros entre los cuales se encuentran los estudiantes universitarios.

A partir de los datos mencionados anteriormente, se logra visualizar las repercusiones que pueden enfrentar los estudiantes universitarios ante situaciones de estrés, las cuales pueden estar vinculadas a su entorno familiar y a la funcionalidad que estas presenten. Es por ello que el presente estudio busca conocer y precisar los factores relacionados a las respuestas que las personas emiten ante diferentes situaciones de estrés. Entre estos factores se ubica la familia, partiendo del tipo de funcionalidad que presenten y la influencia que genere en sus integrantes, específicamente en el estudiante universitario; ya que como afirma García (2018), es importante que las familias puedan mantener cierto grado de funcionalidad asumiendo un buen nivel de adaptabilidad de modo que no se alteren las relaciones que establecen sus integrantes en otros contextos.

Adicional a ello, investigar la relación entre el afrontamiento al estrés y la funcionalidad familiar hará posible un acercamiento a las respuestas que no solamente

presenten los estudiantes, sino que también se ampliará a un sector de la juventud ya que los universitarios desde un punto de vista evolutivo se ubican en esta etapa. Tal como lo refiere Ozamiz et al. (2020), la población joven se encuentra propensa a presentar dificultades socioemocionales debido a que asumen responsabilidades y se caracteriza por ser una etapa de toma de decisiones importantes para el plan de vida.

1.2. Formulación del problema

1.2.1. Problema general

¿Qué relación existe entre los estilos de afrontamiento al estrés y la funcionalidad familiar en estudiantes de Psicología de una Universidad Pública de Lima Metropolitana?

1.2.2. Problemas específicos

- ¿Cuáles son los estilos de afrontamiento al estrés utilizados por los estudiantes de Psicología de una Universidad Pública de Lima Metropolitana?
- ¿Cuál es el tipo de cohesión familiar que caracteriza a los estudiantes de Psicología de una Universidad Pública de Lima Metropolitana?
- ¿Cuál es el tipo de adaptabilidad familiar que caracteriza a los estudiantes de Psicología de una Universidad Pública de Lima Metropolitana?
- ¿Qué relación existe entre la cohesión familiar y el estilo de afrontamiento al estrés orientado a lo social-emocional utilizado por los estudiantes de Psicología de una Universidad Pública de Lima Metropolitana?
- ¿Qué relación existe entre la cohesión familiar y el estilo de afrontamiento al estrés orientado a la evitación utilizado por los estudiantes de Psicología de una Universidad Pública de Lima Metropolitana?

- ¿Qué relación existe entre la cohesión familiar y el estilo de afrontamiento al estrés orientado a la tarea utilizado por los estudiantes de Psicología de una Universidad Pública de Lima Metropolitana?
- ¿Qué relación existe entre la adaptabilidad familiar y el estilo de afrontamiento al estrés orientado a lo social-emocional utilizado por los estudiantes de Psicología de una Universidad Pública de Lima Metropolitana?
- ¿Qué relación existe entre la adaptabilidad familiar y el estilo de afrontamiento al estrés orientado a la evitación utilizado por los estudiantes de Psicología de una Universidad Pública de Lima Metropolitana?
- ¿Qué relación existe entre la adaptabilidad familiar y el estilo de afrontamiento al estrés orientado a la tarea utilizado por los estudiantes de Psicología de una Universidad Pública de Lima Metropolitana?

1.3. Objetivos

1.3.1. Objetivo General

Determinar la relación entre los estilos de afrontamiento al estrés y la funcionalidad familiar en estudiantes de Psicología de una Universidad Pública de Lima Metropolitana.

1.3.2. Objetivos Específicos

- Identificar los estilos de afrontamiento al estrés utilizados por los estudiantes de Psicología de una Universidad Pública de Lima Metropolitana.
- Identificar el tipo de cohesión familiar que caracteriza a los estudiantes de Psicología de una Universidad Pública de Lima Metropolitana.
- Identificar el tipo de adaptabilidad familiar que caracteriza a los estudiantes de Psicología de una Universidad Pública de Lima Metropolitana.

- Determinar la relación entre la cohesión familiar y el estilo de afrontamiento al estrés orientado a lo social-emocional utilizado por los estudiantes de Psicología de una Universidad Pública de Lima Metropolitana.
- Determinar la relación entre la cohesión familiar y el estilo de afrontamiento al estrés orientado a la evitación utilizado por los estudiantes de Psicología de una Universidad Pública de Lima Metropolitana.
- Determinar la relación entre la cohesión familiar y el estilo de afrontamiento al estrés orientado a la tarea utilizado por los estudiantes de Psicología de una Universidad Pública de Lima Metropolitana.
- Determinar la relación entre la adaptabilidad familiar y el estilo de afrontamiento al estrés orientado a lo social-emocional utilizado por los estudiantes de Psicología de una Universidad Pública de Lima Metropolitana.
- Determinar la relación entre la adaptabilidad familiar y el estilo de afrontamiento al estrés orientado a la evitación utilizado por los estudiantes de Psicología de una Universidad Pública de Lima Metropolitana.
- Determinar la relación entre la adaptabilidad familiar y el estilo de afrontamiento al estrés orientado a la tarea utilizado por los estudiantes de Psicología de una Universidad Pública de Lima Metropolitana.

1.4. Justificación

En base a investigaciones anteriores se puede afirmar que es fundamental el estudio del estrés en estudiantes universitarios, más aún con el propósito de ahondar en las respuestas que emiten para manejar situaciones estresantes y cómo estas guardan relación con el entorno familiar. Es así que, a nivel teórico, esta investigación proveerá de información actualizada respecto a los factores que se encuentran vinculados con el

afrontamiento al estrés en estudiantes de Psicología, esencialmente sobre los componentes de la funcionalidad familiar. Además, permitirá integrar modelos teóricos tales como el Modelo de Autorregulación del estrés (Carver et al., 1989) y el Modelo Circumplejo de Funcionalidad Familiar (Olson et al., 1979); lo cual posibilitará la comprensión del entorno familiar como el sistema de apoyo que podría determinar el transcurso de la vida universitaria.

Desde una perspectiva práctica, el presente estudio podría brindar datos cruciales acerca de la frecuencia con qué emplean determinados estilos de afrontamiento ante situaciones de estrés; lo cual posibilitaría la elaboración de programas preventivos orientados al cuidado de la salud mental en el entorno educativo universitario. Asimismo, obtener información sobre el vínculo familiar de los estudiantes permitirá establecer pautas sobre las redes de apoyo; así como actividades de psicoeducación para familiares y jóvenes.

En cuanto a la justificación social, la presente investigación brindará aportes teóricos y prácticos que se pueden extrapolar a diferentes campos de estudio tales como la sociología y salud pública, principalmente orientado a la educación universitaria. Si bien se puede identificar el alcance a nivel individual, es decir, proporcionar herramientas para mejorar la calidad de vida de cada estudiante; ello no se aleja de lograr cambios paulatinos en los diferentes entornos donde interactúan los universitarios como son la comunidad, el trabajo y la sociedad en sí misma.

1.5. Limitaciones

Para el presente estudio se identificaron limitaciones respecto a la muestra seleccionada ya que se empleó el tipo de muestreo no probabilístico intencional, por lo que al ser un número limitado de participantes de un solo grupo poblacional; la generalización de los resultados se vería afectada en otros contextos. Por otro lado, cabe mencionar que existen factores que no se pueden controlar bajo el desarrollo de la investigación, tales

como diferencias individuales o acontecimientos de vida recientes ya que estos no son registrados en los instrumentos empleados.

CAPÍTULO II

MARCO TEÓRICO

2.1. Antecedentes

A partir de la revisión efectuada en bases electrónicas, centros de información online de bibliotecas y repositorios institucionales se ubicaron diferentes investigaciones que vinculan las variables de estudio, así como aquellas que incluyen otras variables de relevancia; toda esta información se procederá a detallar.

2.1.1. Antecedentes nacionales

Perez (2023) desarrolló una investigación cuyo objetivo se enfocó en determinar la relación entre el funcionamiento familiar y calidad de vida en universitarios de Lima. Este estudio fue de diseño no experimental - transversal y de tipo correlacional. Se empleó el tipo de muestreo no probabilístico por conveniencia, a partir del cual se obtuvo una muestra de 300 estudiantes de Psicología, de quienes se recopiló información mediante los instrumentos: Escala de Cohesión y Adaptabilidad Familiar (FACES III) y Escala de Calidad de Vida. Los resultados mostraron que existe una relación significativa entre la funcionalidad familiar y calidad de vida; además, se ubicó que la variable de funcionalidad familiar se relaciona positivamente con cada componente de la variable calidad de vida. En cuanto a las dimensiones de funcionalidad familiar, encontró que predomina el tipo de familia separada (28.7%) según la cohesión y rígida (32.7%) según la adaptabilidad.

Cresto (2022) llevó a cabo una investigación con la finalidad de determinar la relación entre los estilos de afrontamiento al estrés y el bienestar psicológico, por lo que se desarrolló bajo el diseño no experimental, alcance correlacional-transversal. Se determinó la cantidad de participantes mediante

muestreo no probabilístico intencional, por lo que se incluyeron 253 estudiantes de Psicología y Nutrición de una universidad de San Juan de Lurigancho. El Cuestionario de Modos de Afrontamiento al Estrés (COPE) y la Escala de Bienestar Psicológico para Adultos (BIEPS-A) fueron los instrumentos seleccionados para la recopilación de información. Luego del análisis de datos, se halló la existencia de una relación directamente proporcional entre los estilos de afrontamiento centrados en el problema y el bienestar psicológico, en contraposición a los estilos de afrontamiento evitativos que presentan una relación inversamente proporcional con el bienestar psicológico. En la misma línea, se reportó que los estudiantes suelen emplear el estilo de afrontamiento centrado en el problema con mayor frecuencia y los estilos evitativos en pocas ocasiones.

Hinostroza y Pacheco (2022), con la finalidad de estudiar si los estilos de crianza influyen en las estrategias de afrontamiento al estrés, realizaron una investigación de diseño predictivo y estrategia asociativa en 216 estudiantes de universidades nacionales y privadas de Lima y provincias del Perú. Utilizaron como instrumentos de evaluación la Escala de Estilos de Crianza Familiar ECF 29 y la Escala de Modos de Afrontamiento al Estrés COPE. Los resultados mostraron que existe una influencia significativa de los estilos de crianza sobre las estrategias de afrontamiento. Además, reportan que las estrategias Reinterpretación positiva (10.8), búsqueda de apoyo instrumental (10.5) y planificación (10.4) obtuvieron una media superior a las demás estrategias.

Bravo (2021) realizó una investigación no experimental de tipo correlacional en estudiantes de Psicología de una universidad de Lima Metropolitana, con la finalidad de evaluar si el afrontamiento al estrés se

relaciona con el bienestar psicológico. Para la recopilación de datos se empleó el Cuestionario de Modos de Afrontamiento al Estrés COPE y la Escala de Bienestar Psicológico de Ryff, los cuales se tomaron en una muestra de 281 estudiantes del 1er al 5to año de la carrera. A partir del análisis estadístico efectuado, se encontró que existe una relación proporcionalmente directa entre el afrontamiento al estrés y el bienestar psicológico; en la misma línea, se ubicó que el estilo de afrontamiento predominante es el dirigido al problema teniendo en consideración el año de estudios y sexo de los participantes del estudio.

Vila (2023) llevó a cabo un estudio donde la finalidad fue determinar la relación entre satisfacción con la vida y los modos de afrontamiento al estrés, por lo que fue desarrollado bajo un enfoque cuantitativo, nivel descriptivo y tipo correlacional. La muestra fue de 240 universitarios de la carrera de Psicología de una universidad en Huancayo. Utilizó la Escala de satisfacción con la Vida - SWLS y el Cuestionario de Modos de Afrontamiento al Estrés - COPE para recolectar los datos necesarios. Como resultado se obtuvo que existe una relación entre la satisfacción con la vida y los modos de afrontamiento al estrés; además, se evidencia que la satisfacción con la vida se relaciona positivamente con el estilo de afrontamiento enfocado en el problema y en la emoción; caso contrario sucede con los demás estilos porque se observa una relación negativa. En cuanto al modo de afrontamiento que obtuvo una media superior a los demás, se ubicaron Planificación (11.47), Reinterpretación positiva (11.05), Afrontamiento activo (10.50) y Aceptación (10.37).

Se ubicó que Ruiz (2015) realizó un estudio con el objetivo de analizar la relación entre la funcionalidad familiar y el afrontamiento en estudiantes de una universidad de Huancayo. Esta investigación fue de tipo no experimental y

diseño transeccional correlación-causal. La muestra estuvo compuesta por 234 estudiantes de Psicología cuyas edades oscilaban entre los 17 y 22 años. Empleó como instrumentos de medición la Escala de Cohesión y Adaptabilidad Familiar (FACES III) y el Inventario de Respuestas de Afrontamiento (CRI-Y). Acerca de la funcionalidad familiar se obtuvo que en la dimensión cohesión predominó el tipo separada y en la dimensión adaptabilidad, el tipo caótica. El estilo de afrontamiento más empleado por los estudiantes universitarios fue la aproximación cognitiva y el menos utilizado, la aproximación conductual. Luego del análisis de los resultados, en función al estadístico Chi cuadrado, se concluyó que no existe una relación estadísticamente significativa entre la funcionalidad familiar y el afrontamiento en estudiantes universitarios; sin embargo, se consideró una medición nominal de las variables haciendo uso del coeficiente de contingencia, del cual se obtuvo que ambas variables tienen una relación baja.

2.1.2. Antecedentes internacionales

En España, Gonzáles (2020) desarrolló una investigación con el objetivo de analizar la influencia que tiene el bienestar subjetivo y el funcionamiento familiar en las estrategias de afrontamiento en estudiantes de Psicología de la Universidad Pontificia Comillas de Madrid. La muestra estuvo conformada por 159 estudiantes con edades entre 18 y 24 años, de quienes se recopilaban los datos a través del Cuestionario de Afrontamiento del Estrés (CAE), la Escala Breve de Funcionamiento Familiar (FACES-20), la Escala de Satisfacción con la vida (SWLS) y la Escala Afectiva Positivo y Negativo (PANAS). Los resultados mostraron que no existe ninguna relación entre las variables familia funcional, mayor nivel de bienestar subjetivo o uso de estrategias adaptativas en

comparación con las familias disfuncionales; además, se encontró que las estrategias de afrontamiento más empleadas fueron Búsqueda de apoyo social, Solución de problemas y Reevaluación positiva.

En Ecuador, Luzcando (2020) llevó a cabo un estudio analítico, observacional y transversal con el propósito de analizar el estrés académico y su relación con la funcionalidad familiar en función a las características sociodemográficas (edad, género, estado civil, lugar de procedencia, presencia de hijos, con quien reside, tipo de residencia, financiamiento de estudios, ingresos familiares mensuales y semestre de estudio), en estudiantes de la Facultad de Odontología en una muestra de 282 estudiantes cuyas edades se encontraban entre los 18 y 30 años. Empleó el cuestionario SISCO y APGAR familiar. Los resultados mostraron una relación significativa entre la funcionalidad familiar y el manejo del estrés académico, además se evidenció que las características sociodemográficas “tener hijos”, “financiamiento de estudios” y “los ingresos familiares mensuales” influyen de manera directa en el estrés académico.

Por otro lado; Garnica et al. (2021) llevaron a cabo un estudio con el objetivo de identificar las estrategias de afrontamiento ante el estrés académico más utilizadas por los estudiantes de psicología de una universidad en Colombia. Este estudio se desarrolló en base a un diseño de investigación cuantitativa y tipo exploratorio descriptivo, contando con una muestra de 75 estudiantes a quienes se les aplicó la Escala Estrategias de Coping Modificada (EEC-M). Se obtuvo que existen diferencias entre las estrategias de afrontamiento que más emplearon los estudiantes de último y primer año.

En Argentina, específicamente en la ciudad de Paraná, Kloster y Perrotta (2019) con la finalidad de conocer el estado de los estudiantes frente al estrés académico, así como el modo de afrontamiento; desarrollaron un estudio descriptivo-comparativo y transversal. Se utilizó el Inventario SISCO del Estrés Académico para recopilar información de 163 universitarios que se encontraban entre su primer y quinto año de carrera profesional. Los resultados mostraron que no existen diferencias notables entre los estudiantes según el año de carrera y de manera general presentaron un nivel de estrés moderado.

2.2. Bases teóricas

2.2.1. Afrontamiento al estrés

a. Conceptualización

A lo largo de la historia, las reacciones que manifiestan las personas frente a situaciones de crisis han sido estudiadas desde diferentes enfoques teóricos con el objetivo de determinar cómo se originan, qué factores están involucrados y cuáles son las implicaciones en la salud. Claramente, existen otras razones y criterios por los cuales este tema asume un rol resaltante en las investigaciones del campo psicológico, y es que estas reacciones suelen vincularse a otros problemas psicológicos que generan repercusiones graves tanto en la salud física como mental de las personas. Estas reacciones son catalogadas como “afrontamiento”, término que se emplea con frecuencia en el estudio de experiencias estresantes o estrés.

De acuerdo con Lazarus y Folkman (1986), el afrontamiento se explicaría de la siguiente manera: una persona experimenta diferentes acontecimientos durante la interacción con su medio, algunas de las cuales puede calificar como estresantes debido a la exigencia que representa para ella, siendo así que, en función a ello emplearía una serie de mecanismos para hacer frente a estas situaciones.

De manera más específica, Lazarus y Folkman (1986) definen el afrontamiento como “aquellos esfuerzos, cognitivos y conductuales constantemente cambiantes que se desarrollan para manejar las demandas específicas externas y/o internas que son evaluadas como excedentes o desbordantes de los recursos del individuo” (p. 164). A partir de esta definición, los autores expresan que el afrontamiento se entiende como un proceso, debido a que considera las apreciaciones y registros acerca de lo que la persona en realidad experimenta, es decir, no se basan en supuestos de lo que haría en la mayoría de las situaciones.

En síntesis, el afrontamiento es el proceso mediante el cual una persona hace frente a las diferentes situaciones de su contexto interno y externo, siempre y cuando estas representen un factor estresante para lo cual hará uso de sus recursos disponibles.

b. Modelos teóricos

- Modelo transaccional del estrés de Lazarus y Folkman

La propuesta teórica de Lazarus y Folkman (1986) considera que los procesos cognitivos asumen un rol mediador entre los estímulos y las respuestas de las personas; es así que, proponen el estudio de los factores que pueden alterar los componentes cognitivos ya que ello también determinará las diferencias en las respuestas de las personas a pesar de que se puedan enfrentar a situaciones similares y cuenten con los mismos recursos para hacerle frente.

Al considerar los componentes cognitivos en el proceso de afrontamiento al estrés, surge la conceptualización de la evaluación o appraisal como el análisis que realiza una persona, de las posibles repercusiones que generará determinada situación en la cual se encuentra involucrada; es decir, esta evaluación actuaría como un elemento intermediario entre los estímulos estresores y las respuestas

ante ellos (Lazarus y Folkman, 1986). A partir de esta definición es posible diferenciar los siguientes tipos de evaluación:

- Evaluación primaria. Esta ocurre ante todo tipo de exposición a acontecimientos externos o internos que demandan esfuerzo a la persona (Sandin, 1995). Es a partir de ello, que una persona puede realizar tres tipos de evaluación:
 - 1) Irrelevante, a partir de la cual determinará si aquella situación es de interés para su proceso adaptativo
 - 2) Benigna-positiva, se presenta cuando las repercusiones de la experiencia implican beneficios o generan sensaciones de placer.
 - 3) Estresante, de esta evaluación se desligan tres valoraciones: daño o pérdida (experimentar consecuencias perjudiciales), amenaza (analiza las posibles repercusiones dañinas que aún no ha tenido lugar permitiendo el desarrollo del afrontamiento anticipativo) y desafío (guarda similitud con el tipo amenaza, sin embargo, esta destaca por generar sensaciones agradables que impulsan el hacer frente a las situaciones). Las valoraciones de amenaza y desafíos son las cuales impulsan el uso de estrategias de afrontamiento, por lo que no se consideran opuestas y se contempla la posibilidad de coexistencia (Lazarus y Folkman, 1986).
- Evaluación secundaria. Si bien cuando nos enfrentamos a diversas situaciones es necesario identificar de qué tipo son y qué representan para nosotros, también resulta indispensable valorarlas en el momento, dicho de otro modo, identificar cómo actuar ante esas situaciones. Bajo esta evaluación, las estrategias de afrontamiento se someten al análisis tanto de las herramientas que disponemos para llevarlas a cabo, así como las

repercusiones que puede generar si es que las ponemos en práctica; es decir, considerar otros posibles acontecimientos que pueden suceder en un contexto interior o exterior, a la par de la situación de crisis que ya se está experimentando (Lazarus y Folkman, 1986).

- **Reevaluación.** Se refiere a la retroalimentación continua mientras se lleva a cabo interrelación entre la persona y su medio, interno o externo. Este proceso permite modificaciones en las respuestas que se brinda ante ciertas situaciones, por ejemplo, aquella que fue evaluada con un nivel alto de amenaza, pero luego se volvió a analizar y constituye un nivel menor de amenaza para la persona (Sandin, 1995).

Por otra parte, ante la evaluación de cómo afrontar determinada situación estresante, de acuerdo con Lazarus y Folkman (1986), entrarán en coalición diferentes componentes de cada persona, entre ellos se ubican los recursos y las dificultades que pueda presentar para su utilización; es decir, lo que prevalecerá es la destreza que cuenta cada persona para poner en práctica sus recursos en diferentes situaciones y no la cantidad de estos recursos.

Considerando el planteamiento antes explicado, los autores presentan los siguientes tipos de recursos: físicos, se relaciona con el bienestar físico de las personas; psicológicos: involucra las concepciones que tiene una persona sobre determinados temas; aptitudes, abarcan las capacidades que tiene la persona para comunicarse e interactuar con otros individuos; técnicas para la resolución de problemas; apoyo social y recursos materiales, estos incluyen los bienes y servicios, así como el modo de uso de estos (Lazarus y Folkman, 1986).

- Modelo de autorregulación conductual de Carver y Scheier

Carver y Scheier (1981) proponen el estudio de la autorregulación conductual para intentar explicar las respuestas que las personas emiten ante diferentes situaciones incluyendo procesos como la conciencia y atención; de manera que se establezca un sistema integrado de eventos internos y externos. Esencialmente centran sus estudios en el proceso de atención, como posible determinante en el sistema de recepción y almacenamiento de información ya que no solo busca explicar la relación entre las respuestas de las personas y los sistemas de procesamiento de información externa sino también como se integra ello con el establecimiento del concepto de sí mismo, derivando así en el autoconocimiento y autopercepción.

Es a partir de estos planteamientos que se incorpora el concepto de autorregulación de la conducta que podría definir como un sistema de retroalimentación organizado por niveles según el tipo de información recopilada y la autopercepción de las necesidades de la persona, todo ello guiado por el proceso de atención según el cual la persona determinará las respuestas que ejecutará o no (Carver y Scheier, 1981).

Para que este proceso de autorregulación se desarrolle como un sistema de retroalimentación es necesario diferenciar 4 elementos básicos: el proceso comparador, que cumple la función de recibir las señales de referencia entendidas como los datos almacenados en los diferentes niveles de clasificación de la memoria y atención; la función de entrada; la función de salida y el impacto conductual (Carver y Scheier, 1981).

En la misma línea, cabe mencionar que Carver y Scheier (1981) explican que pueden presentarse discrepancias en alguno de estos elementos, lo que

originará la presencia de variaciones en las respuestas que las personas emitan ante diferentes situaciones estresantes; estas discrepancias básicamente se refieren a factores sociales, intrapersonales, culturales, entre otros.

Partiendo de estos principios se puede afirmar que las personas harán uso de ciertas estrategias a partir de la información almacenada y las percepciones que tienen de sí mismos y su entorno; lo cual indica que estas estrategias si bien son eficaces no necesariamente garantizan la resolución de problemas (Carver y Scheier, 1981).

c. Estilos de afrontamiento

Los estilos de afrontamiento son entendidos como patrones generales y estables de recursos que una persona pone en práctica en la mayoría, o todas, de las situaciones estresantes que puede atravesar a lo largo de su vida (Lazarus y Folkman, 1986). En otras palabras, los estilos de afrontamiento serían el constante accionar de las personas a lo largo del tiempo, es decir, aquellas estrategias que por lo general utilizaría antes situaciones que ya experimentó con anterioridad y guardan similitud con eventos estresantes que se presentarán en un futuro.

Actualmente existen diferentes propuestas para clasificar los estilos de afrontamiento, los cuales se basan en diversos modelos teóricos; teniendo así los siguientes tipos de afrontamiento como una clasificación frecuentemente utilizada:

- Afrontamiento centrado en la emoción. Mediante este proceso se busca mantener las sensaciones agradables por lo que se niega las consecuencias y el acontecimiento en sí. En este tipo de afrontamiento se ubican las estrategias orientadas a reducir e incrementar el nivel de implicancia emocional y cambiar la valoración de la situación (Lazarus y Folkman, 1986). Esencialmente las personas se enfocan en el malestar emocional

que generó el evento estresante, por lo que los demás elementos implicados pasan a segundo plano (Crespo y Cruzado, 1997).

- Afrontamiento centrado en el problema. Las estrategias se orientan a la resolución de problemas de una manera más amplia, abarcando dos conjuntos de estrategias: en relación al entorno y al individuo (Kahn et al., 1964, como se citó en Lazarus y Folkman, 1986).

Si bien se podría entender que este estilo se enfoca en respuestas más activas, no necesariamente todos los mecanismos siguen este principio, ya que se encontrarán distinciones según el tipo de evaluación; por ejemplo, algunas personas seguirán pasos concretos, otras se enfocarán en la supresión de distractores y algunas explorarán ayuda externa (Carver et al., 1989).

- Afrontamiento centrado en la evitación. Se presentan las conductas que buscan alejarse de los eventos estresantes tanto a nivel conductual como emocional; es decir, las actividades que realizarán las personas tienen la intención de huir de la realidad o en cierto sentido negar las características que generan niveles de estrés que no pueden afrontar cotidianamente (Carver et al., 1989).

Basándose en el modelo de autorregulación conductual, Carver y Scheier (1981) explican que las personas tendrán una tendencia al escape cuando exista la interrupción en el sistema de información y atención; es decir, que la persona no cuente con los recursos esenciales para emitir una respuesta ante determinada situación, bien sea porque es una experiencia nueva o por la aparición de otros factores que obstruyan un afrontamiento más adaptativo.

d. Estrategias de afrontamiento

- Conceptualización

Las estrategias de afrontamiento son aquellas herramientas psicológicas que emplea una persona para enfrentar diferentes situaciones que puedan representar un factor estresante, cabe aclarar que no siempre la ejecución de estas estrategias asegura una resolución eficaz de la situación estresante; a pesar de ello, estas contribuyen a la adaptación y desarrollo de las personas (Macías et al., 2013).

Lazarus y Folkman (1986) explican que cada estrategia de afrontamiento tiene una finalidad la cual está íntimamente ligada a la función del afrontamiento, a su vez las consecuencias que se obtengan de la ejecución de esta estrategia estarían vinculadas al resultado del afrontamiento.

Al igual que el afrontamiento, las estrategias deben considerarse en función a los esfuerzos que se utilizan para hacer frente a las situaciones estresantes, de manera diferenciada a los resultados que se puedan obtener; ya que la eficacia de las estrategias estaría determinada por los resultados en una experiencia en específico (Lazarus y Folkman, 1986).

Carver et al. (1989) en base a sus estudios sobre la autorregulación conductual y tomando como referencia la propuesta teórica sobre el estrés de Lazarus y Folkman (1986); propusieron los siguientes tipos de estrategias de afrontamiento con la finalidad de ampliar el estudio de las respuestas ante el estrés:

- Afrontamiento activo. Implica ejecutar acciones con la finalidad de hacer frente a la situación estresante y modificar las repercusiones que esta genera en cada persona. Esta estrategia guarda similitud con

la propuesta de Lazarus y Folkman del tipo de afrontamiento centrado en el problema (Carver et al., 1989).

- Planificación. Comprende la estructuración de un procedimiento a seguir que sea considerada como la mejor alternativa para enfrentar la situación problemática (Carver et al., 1989).
- Supresión de actividades competitivas. Se pone en práctica con la finalidad de dirigir todos sus esfuerzos en el problema que representa un desafío o amenaza; es decir, relegaría la ejecución de otras actividades que puedan obstaculizar su atención en tal evento (Carver et al., 1989).
- Búsqueda de apoyo social por razones instrumentales. Referida a la solicitud de consejos o información necesaria para hacer frente a determinada situación estresante (Carver et al., 1989).
- Búsqueda de apoyo social por razones emocionales. Se diferencia de la anterior estrategia porque el requerimiento se orienta a aspectos de corte emocional como soporte moral (Carver et al., 1989).
- Concentración y desahogo de las emociones. Procura dirigir la atención hacia los componentes emocionales implicados, con la finalidad de expresarlos o liberarse de estos (Crespo y Cruzado, 1997).
- Negación. Mediante esta estrategia, la persona pretende rehuir de la situación estresante, es decir, de la realidad (Crespo y Cruzado, 1997).
- Desvinculación mental. Orientada a la ejecución de acciones que cambien la dirección de los pensamientos relacionados al evento

estresante y los aspectos conductuales involucrados (Carver et al., 1989).

- Desvinculación conductual. Implica una reducción de acciones para actuar ante la situación estresante hasta llegar al punto de renunciar a las actividades que guardaban relación con este evento; por lo general, suele darse cuando se anticipan consecuencias negativas de la aplicación de la estrategia (Carver et al., 1989).
- Aceptación. Vinculada al hecho de asumir como verdadero y parte de su realidad, al evento estresante (Crespo y Cruzado, 1997).
- Afrontamiento de la contención. Considerada como una estrategia funcional ante el estrés ya que permite a la persona permanecer inactiva hasta ubicar una alternativa de acción, es decir, no implica una actuación precipitada (Carver et al., 1989).
- Reinterpretación y crecimiento positivo. Orientada a la gestión de emociones, así como permitir a la persona actuar de manera activa frente a la problemática (Carver et al., 1989).
- Religión. Relacionada al acercamiento frecuente a acontecimientos de índole religiosa (Crespo y Cruzado, 1997).
- Uso de alcohol y drogas. Implica el consumo de sustancias frente a la ocurrencia de determinado evento estresante (Crespo y Cruzado, 1997).

2.2.2. Funcionalidad familiar

a. Conceptualización

La familia se ha constituido como uno de los sistemas más importantes en el proceso de formación y desarrollo de las personas, básicamente porque es el primer

“espacio” en el cual interactuamos con otras personas, recopilamos y aprendemos diversidad de habilidades y conocimientos; en otras palabras, es en la familia donde inicia la socialización.

De acuerdo con la Teoría Familiar Sistémica de Bowen (1966), la familia asume un papel relevante en el desarrollo de cada persona, siendo así que para comprender el comportamiento individual es necesario considerar las interacciones de un individuo en los diferentes contextos en los que participa a lo largo de su vida.

En ese sentido Bowen (1966) afirma que el entorno familiar es considerado como un sistema que integra relaciones emocionales que variará de intensidad según el nivel de participación que tendrán sus integrantes; es decir, una persona podrá verse afectada por los conflictos familiares en medida que se encuentre más conectada con los demás integrantes. Esta conexión emocional entre los miembros de una familia involucra expresiones emocionales y conductuales que de alguna manera también se establecerán como respuestas en cadena; es decir, las conductas de uno de sus integrantes pueden motivar la aparición de conductas similares en otro miembro de la familia.

En adición, Bowen (1966) propone el término de transmisión parental, donde los problemas emocionales y sociales de generaciones pasadas tendrán influencia en el desarrollo de las generaciones más actuales; lo cual no necesariamente se enmarca como factor determinante, pero si cobra un rol muy importante en la influencia del aprendizaje adquirido por los padres y madres. Partiendo de este modelo teórico es preciso definir la funcionalidad familiar como un sistema donde las interacciones emocionales asumen un rol importante y determinante en el desarrollo de sus integrantes.

Minuchin (2004) siguiendo los postulados de la Teoría Estructural del Funcionamiento Familiar define a la familia como un sistema que se desarrolla a partir de patrones transaccionales; es decir, las relaciones que se ejecutan con más frecuencia entre los miembros determinarán los patrones de cómo relacionarse, cómo, cuándo y con quiénes en los diferentes espacios. Además, la familia es vista en base a dos principios, a nivel interno como un espacio de seguridad que promueve el crecimiento psicosocial de sus integrantes y a nivel externo, buscando adaptarse a los cambios culturales.

De acuerdo con lo anterior, la familia se asentaría como una base para la formación de la identidad debido a que en el entorno familiar se establece la noción de pertenencia y separación de un individuo a un grupo (Minuchin, 2004). Tomando como referencia estas definiciones, la funcionalidad familiar se puede definir en función a las interacciones de los integrantes de una familia a lo largo del tiempo, ya que como familia establecerán gradualmente cómo actuar frente a la aparición de demandas internas y de su entorno; es decir, cómo se adaptan a las diferentes situaciones de crisis.

La funcionalidad familiar presenta diferentes conceptualizaciones, las cuales no distan mucho una de otra; tal es el caso de la definición que brindan Coppari et al. (2017, como se citó en Palomar y Avalos, 2019) “es entendida como las relaciones entre los integrantes de una familia enfocados en la comunicación, la expresión emocional y la solución de problemas y conflictos” (p. 28). De acuerdo con Olson et al. (2019) la funcionalidad familiar se determina en función a la adaptabilidad, cohesión y comunicación; es decir, se deberá analizar la relación entre la unión y separación que mantienen sus integrantes, la oscilación entre el cambio y la estabilidad familiar; así como la interacción durante el proceso comunicativo.

En síntesis, la funcionalidad familiar se traduce como la interacción que establecen los miembros de una familia mediante la cual comparten experiencias, modos de comunicación, pautas de comportamiento, lazos emocionales y más, todo ello en el marco de acompañarse en las diversas situaciones que enfrenten como una unidad.

b. Modelo Circumplejo de Olson, Sprenkle y Russel.

Olson et al. (1979) al observar la ausencia de un modelo que incorpore variables importantes tales como la cohesión y adaptabilidad familiar para el estudio de los sistemas familiares, desarrollaron el Modelo Circumplejo. Este modelo se caracteriza por ser dinámico ya que no descarta la modificación de los tipos de sistema familiar según las problemáticas, el ciclo de vida de sus miembros u otros acontecimientos que pueda atravesar una familia.

- Dimensiones

El modelo Circumplejo (Olson et al., 1979) plantea las siguientes tres dimensiones para analizar el funcionamiento familiar, a partir de las cuales se desarrollan los diferentes tipos de sistemas familiares:

- Cohesión Familiar (Olson et al., 1979). Comprende la conexión emocional entre los integrantes de cada familia y el nivel de independencia de cada miembro en su contexto familiar. Partiendo de esta definición, al registrar alta cohesión familiar visualizaremos una extrema conexión familiar y una independencia individual limitada. En cambio, si se registra baja cohesión familiar, observaremos una escasa conexión familiar y una alta independencia individual.

De esta manera, el equilibrio de la cohesión familiar implicaría un funcionamiento familiar y desarrollo individual adecuado, es decir, la familia podrá enfrentar funcionalmente las situaciones de estrés o

cambio. Esta dimensión puede evaluarse en función a la independencia, los límites familiares, las coaliciones, el tiempo, el espacio, los amigos, la toma de decisiones y el interés y ocio; que establezcan los miembros de cada familia. Es a partir de estas variables que se pueden plantear los siguientes tipos de Cohesión Familiar:

- 1) Familia desprendida. Grado de cohesión muy bajo. Caracterizada por la presencia de amplio tiempo y espacio separados a nivel emocional y físico, priorización de actividades y toma de decisiones individuales, alta independencia de sus integrantes, límites rígidos y vinculación familiar débil.
- 2) Familia separada. Grado de cohesión moderadamente bajo. Caracterizada por la presencia de independencia moderada de sus integrantes, vinculación familiar clara, tiempo y espacio similar a nivel familiar e individual, toma de decisiones a nivel individual en gran parte y algunas actividades familiares e individuales.
- 3) Familia conectada. Grado de cohesión moderadamente alto. Caracterizada por vinculación familiar fuerte, dependencia moderada de sus integrantes, tiempo y espacio familiar maximizado con cierto acceso a las actividades individuales, toma de decisiones enfocadas en la familia y actividades familiares programadas.
- 4) Familia enredada. Grado de cohesión muy alto. Caracterizada por la presencia de vinculación entre padres e hijos, alta dependencia de sus integrantes, poco o nulo tiempo y espacio individual, toma

de decisiones íntegramente en familia y la gran cantidad de actividades deben ser en familia.

- Adaptabilidad Familiar (Olson et al., 1979). Entendida como la disposición que cuenta una familia para modificar su configuración interna ante situaciones de crisis o cambios en el ciclo de vida de sus integrantes; esta modificación en la configuración interna involucra una reestructuración de las funciones, las pautas de interacción y las relaciones de poder. Tomando como base la teoría de Buckley (1967, como se citó en Olson et al., 1979), esta dimensión contemplaría el equilibrio entre el cambio y la estabilidad, es decir, entre la morfogénesis y morfostasis. Las variables estimadas para la evaluación de esta dimensión son: la estructura de poder familiar, los estilos de negociación, las relaciones de rol, las reglas de relación y la retroalimentación positiva o negativa. A partir de estas variables se presentan los siguientes tipos de familia:

- 1) Familia rígida. Grado de adaptabilidad muy bajo. Presenta un estilo de comunicación pasivo y agresivo, líderes autoritarios, disciplina autocrática y estricta, resolución de conflictos limitada y rigidez en los roles y reglas.
- 2) Familia estructurada. Grado de adaptabilidad moderadamente bajo. Se caracteriza por presentar un estilo de comunicación asertivo, liderazgo estable y democrático, negociación y resolución de conflictos estructuradas y reglas estables y con pocas variaciones.

- 3) Familia flexible. Grado de adaptabilidad moderadamente alto. Presenta un estilo de comunicación asertivo, disciplina democrática, buena resolución de conflictos, roles diferenciados y variables en función a las situaciones y reglas explícitas.
 - 4) Familia caótica. Grado de adaptabilidad muy alto. Caracterizada por un estilo de comunicación pasivo y agresivo, no contar con liderazgo, escaso uso de estrategias para la resolución de problemas y poca claridad en las reglas.
- Comunicación. Se conceptualiza como la dimensión que posibilita la movilización entre las dimensiones de Cohesión y Adaptabilidad familiar. Esta dimensión abarca los componentes de capacidad de escucha y empatía, capacidad de habla, expresión de pensamientos y sentimientos en la relación familiar, seguimiento de las temáticas de interés comunicativo y respeto por la revelación de emociones durante las interacciones familiares (Olson, 2000).
 - Tipos

Las dimensiones de Cohesión y Adaptabilidad familiar se organizan de acuerdo con los siguientes valores: muy bajo, moderadamente bajo, moderadamente alto y muy alto. A partir de estos se establece un esquema en el cual se realiza un cruce de cada categoría formándose 16 tipos de sistemas familiares (Véase Figura 1). Estos tipos de sistemas familiares se pueden agrupar según su ubicación:

 - Tipos centrales. Indican niveles moderados de cohesión y adaptabilidad familiar. Se pueden catalogar como “sistemas abiertos” ya que los integrantes de estos tipos de familia oscilan entre la

independencia y la conexión familiar, según las situaciones lo requieran; sin embargo, no permanecen durante un tiempo prolongado en un solo extremo (Olson et al., 1979). Se ubican los siguientes tipos de familia: Familia separada flexible, familia unida flexible, familia separada estructurada y familia unida estructurada.

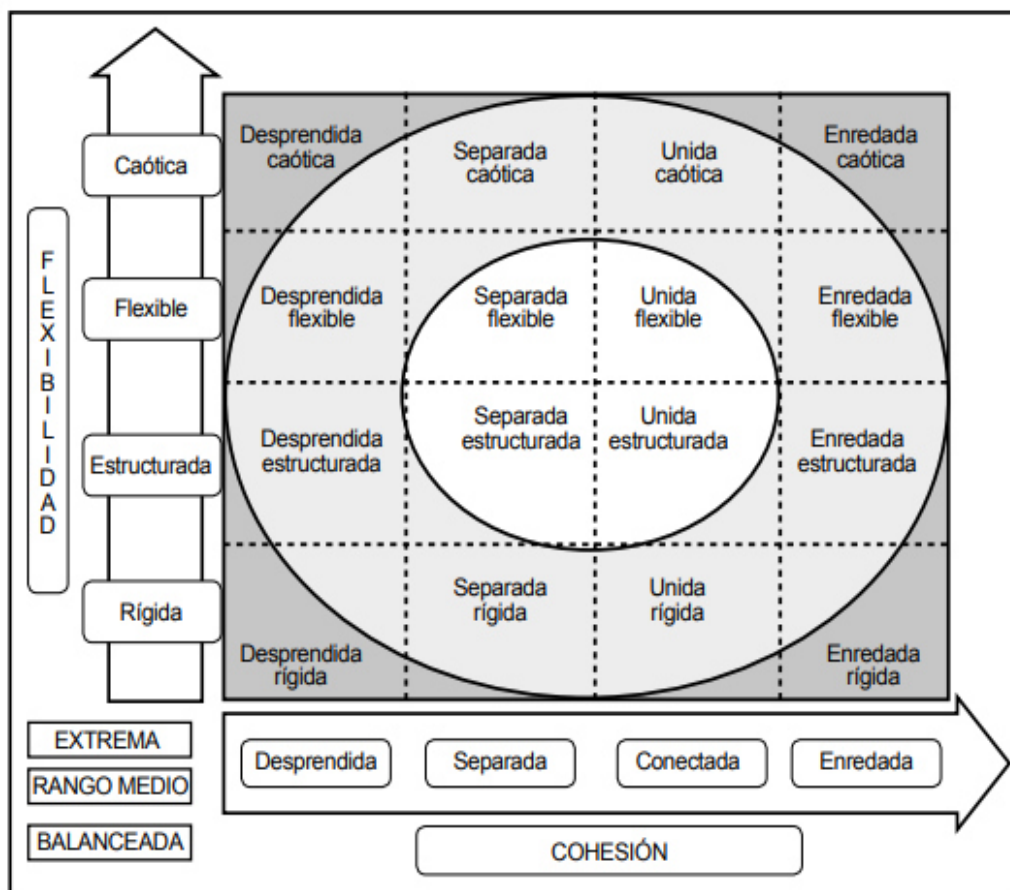
- Tipos extremos. Se ubican los tipos de familia con niveles muy altos de cohesión y adaptabilidad familiar, los cuales pueden reflejarse como funcionales al corto tiempo de acontecido un suceso estresante para la familia, sin embargo, a largo plazo puede generar complicaciones en los integrantes de la familia (Olson et al., 1979). Encontramos los siguientes tipos de familia: Familia desprendida caótica, familia desprendida rígida, familia enredada caótica y familia enredada rígida.
- Tipos intermedios. Considerados los menos habituales de identificar en las familias evaluadas ya que, según la teoría, si una familia presenta indicadores altos en un extremo de una dimensión también se inclinará a registrarse en niveles altos en la otra dimensión (Olson et al., 1979). Aquí ubicamos a los siguientes tipos de familia: Familia separada caótica, familia unida caótica, familia desprendida flexible, familia enredada flexible, familia desprendida estructurada, familia enredada estructurada, familia separada rígida y familia unida rígida.

Los tipos centrales podrían apreciarse como los “ideales”, sin embargo, no se puede catalogar algún tipo de sistema familiar como el mejor ante otros; lo que se podría afirmar es que los tipos de sistemas familiares

centrales son más funcionales teniendo en consideración las características de los tipos extremos (Olson et al., 1979).

Figura 1

Modelo Circumplejo de Olson para el FACES-III



Nota: Tomada de Bazo-Alvarez et al. (2016).

2.3. Definición de términos y variables

- Afrontamiento al estrés. Conjunto de respuestas que ejecuta una persona ante situaciones extremas según su propia percepción, tal es así que estas respuestas se desarrollan tanto en un contexto interno como externo.

- Estilos de afrontamiento. Expresiones constantes a lo largo del tiempo, de determinado tipo de afrontamiento, lo cual podría establecerse como un patrón en las respuestas que emite una persona ante experiencias estresantes.
- Funcionalidad familiar. Interacción entre los integrantes de una familia a partir de la cual se determina el modo de resolución de conflictos, de comunicación de vínculo emocional.
- Adaptabilidad familiar. Capacidad del entorno familiar para modificar la caracterización de su estructura interna en términos de liderazgo, normas y roles.
- Cohesión familiar. Se establece en base a la conexión emocional entre los miembros de una familia, la cual determina el nivel de soporte e independencia de cada uno.

2.4. Hipótesis

2.4.1. Hipótesis general

Existe una relación significativa entre los estilos de afrontamiento al estrés y la funcionalidad familiar en estudiantes de Psicología de la UNMSM.

2.4.2. Hipótesis específicas

- H1: Existe una relación significativa entre la cohesión familiar y el estilo de afrontamiento al estrés orientado a lo social-emocional utilizado por los estudiantes de Psicología de la UNMSM.
- H2: Existe una relación significativa entre la cohesión familiar y el estilo de afrontamiento al estrés orientado a la evitación utilizado por los estudiantes de Psicología de la UNMSM.
- H3: Existe una relación significativa entre la cohesión familiar y el estilo de afrontamiento al estrés orientado a la tarea utilizado por los estudiantes de Psicología de la UNMSM.

- H4: Existe una relación significativa entre la adaptabilidad familiar y el estilo de afrontamiento al estrés orientado a lo social-emocional utilizado por los estudiantes de Psicología de la UNMSM.
- H5: Existe una relación significativa entre la adaptabilidad familiar y el estilo de afrontamiento al estrés orientado a la evitación utilizado por los estudiantes de Psicología de la UNMSM.
- H6: Existe una relación significativa entre la adaptabilidad familiar y el estilo de afrontamiento al estrés orientado a la tarea utilizado por los estudiantes de Psicología de la UNMSM.

CAPÍTULO III

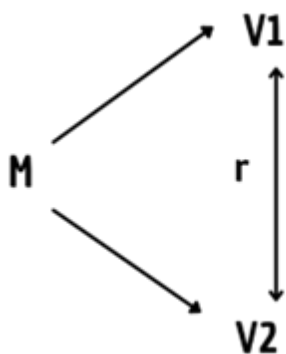
METODOLOGÍA

3.1. Tipo y diseño de investigación

La investigación siguió el enfoque cuantitativo ya que se empleó la recolección de información para analizar las hipótesis planteadas por medio de análisis estadístico; y, es de alcance correlacional, porque el objetivo de esta investigación se orientó a conocer la relación que existe entre dos variables medidas en una muestra en especial (Hernández et al., 2014).

De diseño no experimental porque se observó la ocurrencia de las variables sin manipularlas ya que no es posible intervenir de manera directa en ellas (Hernández et al., 2014) y transversal correlacional porque se realizó en un momento y tiempo en específico tanto la recolección de datos como el análisis de dos variables (Ato y Vallejo, 2015).

Esquema de diseño de estudio



M: Estudiantes universitarios

V₁: Estilos de afrontamiento

V₂: Funcionalidad familiar

r: relación

3.2. Población y muestra

Población

Estuvo compuesta por 557 estudiantes de la carrera profesional de Psicología de una Universidad Pública de Lima Metropolitana matriculados en el año 2024 que están cursando el tercer hasta noveno ciclo.

Muestra

La muestra estuvo compuesta por 202 estudiantes de la carrera profesional de Psicología, donde un 62.4 % son mujeres y un 37.6 % son hombres, además, se ubican entre las edades de 18 y 27 años.

Muestreo

Es de tipo no probabilístico en su modalidad intencional porque la muestra es relativamente pequeña y se fijó el cumplimiento de criterios de inclusión y exclusión; según consideración del investigador (Otzen y Manterola, 2017).

Criterios de inclusión

- Estudiantes matriculados en el año académico 2024.
- Estudiantes que pertenezcan del tercer al noveno ciclo de la carrera profesional de Psicología.
- Estudiantes que tengan entre 18 y 27 años.
- Estudiantes que hayan firmado el consentimiento informado.

Criterios de exclusión

- Estudiantes que se encuentren cursando el primer y segundo ciclo de la carrera profesional de Psicología.
- Estudiantes que no respondan todos los ítems de los instrumentos.

En las siguientes líneas se presentan algunas de características de la muestra, tales como el ciclo académico y tipo de familia.

En la Tabla 1, se muestra la distribución de la muestra de acuerdo al ciclo académico en el cual se encuentran matriculados los participantes, evidenciándose un mayor porcentaje en el noveno ciclo (26.7%) y menor porcentaje en el séptimo ciclo (23.3%).

Tabla 1

Descripción de la muestra según ciclo académico

	Frecuencia	Porcentaje
Tercer ciclo	49	24.3%
Quinto ciclo	52	25.7%
Séptimo ciclo	47	23.3%
Noveno ciclo	54	26.7%
Total	202	100%

En la Tabla 2 se presenta la distribución de los participantes según su tipo de familia considerando la clasificación antes mencionada, teniendo así una mayoría (48.5%) que pertenece a una familia nuclear y una minoría (9.4%) a una familia extensa.

Tabla 2

Descripción de la muestra según tipo de familia

	Frecuencia	Porcentaje
Nuclear	98	48.5%
Monoparental	57	28.2%
Compuesta	28	13.9%
Extensa	19	9.4%
Total	202	100%

3.3. Técnicas e instrumentos de recolección de datos

Se empleó la técnica de la encuesta ya que permite recopilar información de un grupo de personas referente a determinado tema de investigación y se utilizó en su modalidad cuestionario debido a que se ejecutó mediante un instrumento en formato escrito que fue autoadministrado por el propio participante de la investigación.

3.3.1. Ficha sociodemográfica

Se empleó para recopilar información adicional sobre los participantes, tales como sexo, edad, ciclo académico, estado civil, composición familiar, distrito de residencia y presencia o ausencia de trabajo (Anexo 1).

3.3.2. Cuestionario de Afrontamiento al estrés COPE

Ficha técnica

Nombre original	: COPE
Autores	: Carver, Scheier y Weintraub.
Año de creación	: 1989
País de procedencia	: Estados Unidos
Adaptación peruana	: Cassaretto y Chau
Año de adaptación	: 2015
Ámbito de aplicación	: Adolescentes y adultos
Tiempo de aplicación	: 15-20 minutos
Finalidad	: Evalúa las diferencias individuales en las respuestas de afrontamiento

Breve descripción del instrumento

El cuestionario COPE está compuesto por 60 ítems en total distribuidos en 15 subescalas; a su vez estas subescalas se agrupan en tres dimensiones: estilo de afrontamiento orientado a la tarea (Afrontamiento activo, Planificación, Restricción del afrontamiento, Supresión de actividades en competencia, Reinterpretación positiva y Aceptación), estilo de afrontamiento orientado a lo social-emocional (Soporte emocional, Soporte instrumental, Enfocar y liberar emociones) y estilo orientado a la evitación (Negación, Desentendimiento mental y Desentendimiento conductual).

La propuesta de integrar las estrategias de afrontamiento en 3 dimensiones proviene del estudio realizado por Cassaretto y Chau (2015) luego del análisis de diferentes investigaciones y modelos teóricos; por lo que para la agrupación en estilos no consideran 3 subescalas: humor, uso de drogas y religión. El cuestionario puede aplicarse en dos versiones: situacional, si se busca analizar el afrontamiento en función a una situación es específico y disposicional, si la finalidad es evaluar el afrontamiento que se suelen emplear con frecuencia en la mayoría de las situaciones.

Confiabilidad y validez

Carver (1997), en función al instrumento en la versión en inglés, realizó un análisis factorial exploratorio utilizando una rotación oblicua para observar las correlaciones entre factores, a partir del cual se obtuvo que las cargas primarias superaban el valor de .4. Además, evaluó la confiabilidad por medio del coeficiente alfa de Cronbach obteniendo valores mayores a .6,

a excepción de las escalas Negación (.54), Ventilación (.50), Aceptación (-.57) y Apoyo instrumental (.41).

Cassaretto y Chau (2015) realizaron un análisis de la confiabilidad del Cuestionario COPE en su versión de 60 ítems. A partir de este análisis se obtuvo que todas las escalas alcanzaron una consistencia media, sin embargo, cinco no superaron el valor .7: búsqueda de soporte instrumental (.31), aceptación (.35), liberación de emociones (.37) y desentendimiento mental (.67). Además, llevaron a cabo un análisis factorial exploratorio para evaluar la validez, a partir del cual encontraron que el uso del instrumento es pertinente porque obtuvo valores adecuados ($KMO = .789$).

Para la presente investigación se realizó el análisis factorial confirmatorio (AFC) para obtener la validez de constructo para lo cual se empleó el método de Mínimos Cuadrados Ponderados (DWLS) ya que se recomienda cuando se cuenta con datos ordinales. A partir de ello, los índices de ajuste mostraron valores de .90 en el CFI, .871 en el TLI, .076 en el SRMR y .08 en el RMSEA; lo cual indica que el instrumento presenta evidencias de validez en cuanto a su estructura interna. En cuanto a la confiabilidad, se halló un coeficiente Alfa de Cronbach de .734 para el estilo orientado a lo social, .670 para el estilo orientado a la evitación y .786 para el estilo orientado a la tarea. Asimismo, se obtuvo el coeficiente Omega de McDonald de .772 para el estilo orientado a lo social, .677 para el orientado a la evitación y .798 para el orientado a la tarea.

3.3.3. Escala de Evaluación de la Cohesión y Adaptabilidad Familiar FACES III

Ficha técnica

Nombre original	:	Family Adaptability & Cohesion Evaluation Scales III (FACES III)
Autores	:	David Olson, Joyce Portner y Yoav Lavee
Año de creación	:	1985
Adaptación al Perú en población adolescente	:	Juan Bazo-Alvarez, Oscar Bazo-Alvarez, Jeins Aguila, Frank Peralta, Wilfredo Mormontoy e Ian Bennett
Año	:	2016
Administración	:	Individual y colectiva
Tiempo de aplicación	:	15 minutos
Ámbito de aplicación	:	Adolescentes y adultos
Finalidad	:	Evalúa la funcionalidad familiar a partir del modelo circunplejo.

Breve descripción del instrumento

La escala de Cohesión y Adaptabilidad Familiar III (FACES III) se encuentra compuesta por 20 ítems que evalúan el nivel de Cohesión (1, 3, 5, 7, 9, 11, 13, 15, 17 y 19) y Adaptabilidad Familiar (2, 4, 6, 8, 10, 12, 14, 16, 18 y 20). Las puntuaciones se obtienen a partir de las respuestas evaluadas mediante una escala Likert de cinco opciones: nunca (1), casi nunca (2),

algunas veces (3), casi siempre (4) y siempre (5). La versión original cuenta con dos modalidades de aplicación, la primera busca identificar la funcionalidad familiar tal cual se desarrolla “familia real” y la segunda se orienta a evaluar cómo le gustaría que sea su familia “familia ideal”. La diferencia entre estas modalidades radica en la consigna que se brinda a los participantes, para fines de esta investigación se empleará la modalidad de evaluación “familia real”.

Confiabilidad y validez

En el análisis psicométrico que realizan Bazo-Alvarez et al. (2016) se halló que la escala Cohesión familiar registró un nivel alto de confiabilidad (.79) y la escala Flexibilidad familiar, un nivel moderado de confiabilidad (.55). Respecto a la consistencia interna, la escala Cohesión familiar tiene confiabilidad moderadamente alta ($\Omega=.85$) y la escala Flexibilidad familiar tiene confiabilidad moderada ($\Omega=.74$).

Joao et al. (2002) mediante un estudio en población española, calcularon la fiabilidad mediante el coeficiente alfa de Cronbach estandarizado obteniendo $\alpha=.78$, además, el coeficiente de fiabilidad de la dimensión cohesión fue mayor ($\alpha=.72$) que el de adaptabilidad ($\alpha=.68$). Por otro lado, analizaron la validez convergente y discriminante por medio de una matriz multirasgo-multimétodo, obteniendo correlaciones significativas.

Para la presente investigación, se llevó a cabo el análisis factorial confirmatorio (AFC), por medio del método de Mínimos Cuadrados Ponderados (DWLS) se obtuvieron los índices de ajuste con valores de .865 en el CFI, .846 en el TLI, .0598 en el SRMR y .0814 en el RMSEA; a partir de los cuales se puede determinar que el instrumento presenta un adecuado

ajuste en su estructura interna. Se halló el alfa de Cronbach de .873 para la dimensión de cohesión y .808 para adaptabilidad lo cual indica una adecuada consistencia interna. Además, se empleó el omega de McDonald, se obtuvo .876 para cohesión y .815 para adaptabilidad.

3.4. Procedimiento de recolección de datos

En primer lugar, se coordinó con los representantes de cada promoción de estudiantes de la Facultad de Psicología, así como con los docentes para gestionar fechas y horarios para la aplicación de los instrumentos, el cual se realizó de manera presencial.

El cuadernillo de aplicación contenía el consentimiento informado, la ficha sociodemográfica y los dos instrumentos de evaluación. Antes de iniciar la aplicación de los instrumentos en los diferentes grupos de estudiantes, se presentó una breve descripción de los objetivos de la investigación y las instrucciones para continuar con el llenado de la fichas e instrumentos.

3.5. Técnicas de procesamiento y análisis de datos

Para el análisis descriptivo se utilizaron estadísticos de tendencia central (media) y de dispersión (varianza y desviación estándar). Además, se elaboraron tablas con los resultados obtenidos en las variables de estudio, considerando las frecuencias y porcentajes.

En relación al análisis inferencial, se empleó la prueba de Shapiro-Wilk para evaluar la distribución normal de los datos. Posteriormente se utilizó el coeficiente Rho Spearman como estadístico no paramétrico ya que la distribución no es normal; es así que, mediante este coeficiente se realizó el contraste de la hipótesis.

3.6. Consideraciones éticas

La confidencialidad de los datos recopilados se garantizó ya que se empleó una codificación que permitió preservar la privacidad y anonimato de los participantes. Además, los participantes recibieron la información detallada de la investigación tales como objetivos,

procedimiento y otros datos relevantes; los cuales se obtuvieron por medio del consentimiento informado previo a la aplicación de los instrumentos.

Por otro lado cabe mencionar que se tomaron las medidas necesarias para evitar algún perjuicio hacia los participantes, por lo que se mencionó la opción de retirarse de la investigación si es que así lo decidieran.

No se ubican conflictos de interés con respecto al presente estudio.

3.7. Matriz de operacionalización

Variable	Definición conceptual	Definición operacional	Dimensiones	Indicadores	Ítems	Escala de medición
Afrontamiento al estrés	Herramientas psicológicas que emplea una persona para enfrentar diferentes situaciones que puedan representar un factor estresante (Macías et al., 2013).	Puntuación obtenida por medio del Cuestionario de Afrontamiento al estrés – COPE de Carver, Scheier y Weintraub (1989) y adaptado a población peruana por Cassaretto y Chau (2015).	Estilo orientado a la tarea	Afrontamiento activo Planificación Restricción del afrontamiento Supresión de actividades en competencia Aceptación	1, 5, 10, 13, 15, 19, 21, 22, 25, 29, 32, 33, 38, 39, 41, 42, 44, 47, 49, 54, 55, 56, 58, 59	Escala Likert con valoración de 1 (no suelo hacer esto en absoluto) al 4 (Suelo hacer esto mucho)
			Estilo orientado a lo social-emocional	Soporte instrumental Soporte emocional	3, 4, 11, 14, 17, 23, 28, 30, 34, 45, 46, 52	
			Estilo orientado a la evitación	Negación Desentendimiento mental Desentendimiento conductual	2, 6, 9, 16, 24, 27, 31, 37, 40, 43, 51, 57	

Funcionalidad familiar	“Relaciones entre los integrantes de una familia enfocados en la comunicación, la expresión emocional y la solución de problemas y conflictos” (p. 28, Coppari et al., 2017, como se citó en Palomar y Avalos, 2019).	Puntaje obtenido de la escala de Evaluación de la Cohesión y Adaptabilidad Familiar – FACES III de Olson, Portner y Lavee (1985) y adaptada al Perú por Juan Bazo-Alvarez, Oscar Bazo-Alvarez, Aguila, Peralta, Mormontoy y Bennett (2016).	Adaptabilidad familiar	Liderazgo, disciplina, control, roles y reglas	2, 4, 6, 8, 10, 12, 14, 16, 18 y 20	Escala Likert con valoración del 1 (Casi nunca) al 5 (Casi siempre)
			Cohesión familiar	Vinculación emocional, apoyo, límites familiares, tiempo y amigos, intereses y recreación	1, 3, 5, 7, 9, 11, 13, 15, 17 y 19	

CAPÍTULO IV

RESULTADOS

4.1. Análisis descriptivo

En primer lugar, se hallaron estadísticos descriptivos para las dimensiones de ambas variables empleadas para el presente estudio, estos datos se observan en las Tabla 3 y 4. En la Tabla 3, en cuanto a la variable afrontamiento al estrés, se observa que la mediana más alta se observa en el estilo orientado a la tarea (67.0) y la más baja en el estilo orientado a la evitación (23.0). Respecto a la variable funcionalidad familiar, se visualiza que la cohesión obtuvo la mediana más alta (35.0) y la adaptabilidad, la más baja (25.0).

Tabla 3

Estadísticos descriptivos de las variables

	Media	Mediana	DE	Varianza	Mín.	Máx.
Estilo orientado a lo social-emocional	30.7	31.0	6.75	45.5	15	45
Estilo orientado a la evitación	23.5	23.0	5.56	31.0	13	40
Estilo orientado a la tarea	66.2	67.0	8.87	78.7	42	88
Cohesión familiar	34.7	35.0	7.10	50.3	13	50
Adaptabilidad familiar	24.5	25.0	5.60	31.3	10	40

Nota: DE= Desviación estándar, Mín. = Mínimo valor, Máx.= Máximo valor

En la Tabla 4, se muestran los estadísticos descriptivos de las estrategias de afrontamiento al estrés, observándose que la estrategia Planificación obtuvo la mediana más alta (12.0) y la estrategia Consumo de Drogas, la más baja (4.0).

Tabla 4

Estadísticos descriptivos de las estrategias de afrontamiento al estrés

	Media	Mediana	Moda	DE	Varianza	Mín.	Máx.
Afrontamiento activo	11.04	11.0	11	2.05	4.22	4	16
Planificación	11.69	12.0	12	2.20	4.82	6	16
Restricción	10.48	11.0	12	2.15	4.61	4	16
Supresión	10.09	10.0	10	1.99	3.95	4	14
Soporte instrumental	10.70	11.0	8	2.75	7.57	4	16
Soporte emocional	10.29	10.0	8	3.15	9.92	4	16
Reinterpretación positiva	11.73	12.0	12	2.23	4.97	4	16
Humor	10.02	10.50	8	3.23	10.46	4	16
Religión	6.83	6.0	4	3.03	9.16	4	16
Negación	6.46	6.0	4	2.33	5.42	4	16
Aceptación	11.21	11.50	12	2.14	4.59	5	16
Enfocar	9.73	10.0	8	2.4	5.75	4	16
Drogas	4.71	4.0	4	1.74	3.01	4	16
Desentendimiento mental	9.98	10.0	8	2.54	6.44	4	16
Desentendimiento conductual	7.02	7.0	4	2.30	5.27	4	14

Nota: DE= Desviación estándar, Mín. = Mínimo valor, Máx.= Máximo valor

En la Tabla 5 se observan los tipos de cohesión familiar, donde un 41.1% se ubica en el tipo “familia separada”, un 29.7% en el tipo “familia conectada” y un 22.3% en el tipo “familia desacoplada”.

Tabla 5*Tipos de cohesión familiar*

Cohesión familiar	Frecuencia	Porcentaje
Muy conectada	14	6.9
Conectada	60	29.7
Separada	83	41.1
Desacoplada	45	22.3
Total	202	100

En la Tabla 6, se presentan los tipos de adaptabilidad familiar, de manera que un 44.6% de universitarios se encuentran en el tipo “familia flexible”, un 32.2% en el tipo “familia estructurada”, un 14.4% en el tipo “familia muy flexible” y un 8.9% en el tipo “familia rígida”.

Tabla 6*Tipos de adaptabilidad familiar*

Adaptabilidad familiar	Frecuencia	Porcentaje
Muy flexible	29	14.4
Flexible	90	44.6
Estructurada	65	32.2
Rígida	18	8.9
Total	202	100

4.2. Análisis inferencial

4.2.1. Prueba de normalidad

En la Tabla 7 se muestra el análisis de normalidad donde se observa que, para la variable funcionalidad familiar, la dimensión adaptabilidad presenta un valor p mayor a .05; a diferencia de cohesión familiar que evidencia un valor menor a .05. En la Tabla 8 se observa el análisis de normalidad para la variable afrontamiento al estrés, donde el estilo orientado a lo social-emocional y a la evitación presentan un valor p menos a .05, en contraposición al valor p del estilo orientado a la tarea que es mayor a .05. Teniendo en consideración este análisis, se descarta el uso de pruebas paramétricas, por lo que, se empleará el estadístico no paramétrico Rho Spearman.

Tabla 7

Prueba de normalidad para las dimensiones de la variable funcionalidad familiar

	n	SW	p
Cohesión familiar	202	.985	.028
Adaptabilidad familiar	202	.990	.180

Nota: SW= Shapiro Wilk; n=muestra; p=valor de probabilidad

Tabla 8

Prueba de normalidad para los estilos de afrontamiento al estrés

	n	SW	p
Estilo orientado a lo social-emocional	202	.985	.029
Estilo orientado a la evitación	202	.979	.004
Estilo orientado a la tarea	202	.989	.127

Nota: SW= Shapiro Wilk; n=muestra; p=valor de probabilidad

4.2.2. Contraste de hipótesis

Con la finalidad de abordar la hipótesis general, en la Tabla 9 se muestra la relación entre los estilos de afrontamiento al estrés y la funcionalidad familiar en función a la cohesión y adaptabilidad, siendo así que la cohesión familiar mantiene una correlación significativa con el estilo orientado a lo social-emocional, a la tarea y a la evitación; resaltando que con este último se observa una relación inversa. En cuanto a la adaptabilidad familiar, se visualiza una correlación significativa con el estilo orientado a la tarea y a lo social-emocional, caso contrario sucede con el estilo orientado a la evitación, cuyo valor obtenido no permite afirmar la existencia de una relación significativa.

A continuación, se detallarán los resultados teniendo en consideración las hipótesis específicas. En la Tabla 10 se puede visualizar la correlación entre la cohesión familiar y los estilos de afrontamiento al estrés, a partir de estos datos se podrá confirmar o rechazar la H_1 , H_2 y H_3 . En cuanto a la cohesión familiar y estilo de afrontamiento al estrés orientado a lo social-emocional se observa que existe una correlación significativa ($p < .05$) la cual es directa y baja ($r = .202$) por lo que se confirma la H_1 . Además, se halló el r^2 con un valor de $.040$, lo que indicaría una variabilidad de 4% entre las dimensiones, considerándose como un tamaño del efecto pequeño (Palma, 2022).

Con respecto a la cohesión familiar y el estilo de afrontamiento al estrés orientado a la evitación se evidencia la existencia de una correlación significativa ($p < .05$) ya que el valor del coeficiente de Spearman que se obtuvo es igual a $-.186$, lo cual también expone una relación inversa y baja; de esta manera se acepta la H_2 . Asimismo, el $r^2 = .034$ indica que una de las variables influye en un 3.4% en la variabilidad de la otra dimensión, evidenciándose un tamaño del efecto pequeño

(Palma, 2022). En la misma línea, se comprueba la H₃ ya que se presenta una correlación significativa ($p < .05$) entre la cohesión familiar y el estilo de afrontamiento al estrés orientado a la tarea, mostrándose así también una relación directa y débil ($r = .231$). En este caso, para el tamaño del efecto, se distingue que la variabilidad de una dimensión está vinculada en un 5.3% con las variaciones que presente la otra dimensión ya que se obtuvo un valor bajo ($r^2 = .053$).

En la Tabla 11 se puede observar información que permitirá comprobar la H₄, H₅ y H₆ en referencia a la correlación entre la adaptabilidad familiar y los estilos de afrontamiento al estrés. En primera instancia, el valor de r (.193) entre la adaptabilidad familiar y el estilo orientado a los social-emocional denota la existencia de una relación directa y débil, que a su vez se presenta como una correlación significativa ($p < .05$) por lo que se acepta la H₄. Acerca del tamaño del efecto, se obtuvo un r^2 igual a .057 indicando una variación del 5.7% entre las variables, registrándose como un valor bajo.

Por el contrario, se rechaza la H₅ en consecuencia de obtener un valor p mayor a .05; es decir no existe suficiente evidencia que respalde la existencia de una correlación significativa entre la adaptabilidad familiar y el estilo orientado a la evitación.

Para finalizar, se puede apreciar que la adaptabilidad familiar y el estilo orientado a la tarea presentan una relación significativa ($p < .05$) y a la par es directa, aunque baja ($r = .256$). Así pues, cabe mencionar que se obtuvo el valor de r^2 igual a .065 registrándose un tamaño del efecto pequeño (Palma, 2022) e indicando un 6.5% de variación entre variables.

Tabla 9

Correlación entre los estilos de afrontamiento al estrés y las dimensiones de funcionalidad familiar (cohesión y adaptabilidad)

		Estilo orientado a lo social-emocional	Estilo orientado a la evitación	Estilo orientado a la tarea
Cohesión familiar	r	.202*	-.186*	.231*
	r ²	.040	.034	.053
	P	.004	.008	<.001
Adaptabilidad familiar	r	.193*	-.110	.256*
	r ²	.037	.012	.065
	P	.006	.118	<.001

Nota: r=Rho de Spearman, r²= coeficiente de determinación P=valor de probabilidad *p<.05

Tabla 10

Correlación entre cohesión familiar y estilos de afrontamiento al estrés

		Estilo orientado a lo social-emocional	Estilo orientado a la evitación	Estilo orientado a la tarea
Cohesión familiar	r	.202*	-.186*	.231*
	r ²	.040	.034	.053
	P	.004	.008	<.001

Nota: r=Rho de Spearman, r²= coeficiente de determinación P=valor de probabilidad *p<.05

Tabla 11

Correlación entre adaptabilidad familiar y estilos de afrontamiento al estrés

		Estilo orientado a lo social-emocional	Estilo orientado a la evitación	Estilo orientado a la tarea
Adaptabilidad familiar	r	.193*	-.110	.256*
	r ²	.037	.012	.065
	P	.006	.118	<.001

Nota: r=Rho de Spearman, r²= coeficiente de determinación P=valor de probabilidad *p<.05

4.3.Resultados complementarios

A fin de obtener información que permita conocer la relación entre las estrategias de afrontamiento al estrés y las dimensiones de la funcionalidad familiar, se muestra en la Tabla 13 que entre la estrategia Planificación y las dimensiones Cohesión (.270) y Adaptabilidad (.299) existe una relación positiva, aunque débil, que destaca entre las demás estrategias.

Tabla 12

Correlación entre las estrategias de afrontamiento al estrés y las dimensiones de funcionalidad familiar (cohesión y adaptabilidad)

	Cohesión familiar			Adaptabilidad familiar		
	r	r ²	P	r	r ²	P
Afrontamiento activo	.235	.055	<.001	.228	.051	.001
Planificación	.270	.072	<.001	.299	.089	<.001
Restricción	.165	.027	.019	.162	.026	.021
Supresión	.031	.0009	.658	.073	.005	.302
Soporte instrumental	.232	.053	<.001	.204	.041	.004
Soporte emocional	.188	.035	.007	.226	.051	.001
Reinterpretación positiva	.226	.051	.001	.253	.064	<.001
Humor	-.128	.016	.070	-.118	.013	.096
Religión	.154	.023	.028	.181	.032	.010
Negación	-.101	.010	.152	.012	.0001	.863
Aceptación	.084	.007	.237	.038	.001	.595
Enfocar	.056	.003	.425	.058	.003	.409
Drogas	-.112	.012	.114	-.133	.017	.059
Desentendimiento mental	-.139	.019	.049	-.019	.0003	.793
Desentendimiento conductual	-.221	.048	.002	-.195	.038	.005

*p<.05

CAPÍTULO V

DISCUSIÓN DE RESULTADOS

5.1. Análisis y discusión de resultados

El estrés se ha convertido en una problemática recurrente en los últimos años, debido a los diferentes cambios sociales, económicos, académicos y ambientales que ha enfrentado la juventud; por lo que resulta relevante estudiar las respuestas que ejecuta este sector de la población, así como los factores relacionados. Teniendo en consideración lo antes mencionado, la presente investigación planteó como objetivo principal determinar la relación entre los estilos de afrontamiento al estrés y la funcionalidad familiar en estudiantes de Psicología de una Universidad Pública de Lima Metropolitana.

Así también, se identificaron los estilos de afrontamiento al estrés utilizados por los participantes de la investigación, encontrando que el estilo orientado a la tarea (67.0) obtuvo una mediana superior al estilo orientado a lo social-emocional (31.0) y al orientado a la evitación (23.0); por lo que se puede afirmar que los estudiantes de Psicología suelen emplear con mayor frecuencia un afrontamiento al estrés vinculado a la resolución de tareas. Estos resultados guardan similitud con la información reportada por Cresto (2022) donde los estudiantes de Psicología y Nutrición emplearon con mayor frecuencia el estilo de afrontamiento centrado en el problema, el cual teóricamente posee una definición semejante al estilo orientado a la tarea. En una muestra similar, Bravo (2021) obtuvo que el estilo dirigido al problema es aquel que predomina en los universitarios; sin embargo, cabe mencionar que este resultado se encuentra vinculado al sexo y año de estudio. En la misma línea, en Colombia, Garnica et al. (2021) mencionaron que existen diferencias entre los estilos empleados por los estudiantes de psicología de acuerdo al semestre, estableciéndose con mayor frecuencia el orientado a la tarea. Tanto en estudios a nivel nacional como internacional se visualiza la predominancia del empleo de un estilo de afrontamiento orientado a la tarea, lo cual no

necesariamente refleja que los estudiantes de psicología afronten de manera efectiva todas las situaciones estresantes que se presentan en su vida; sino que lograrían identificar momentos donde resultaría más factible emplear recursos orientados a la resolución de problemas y en menor medida aquellos vinculados a la emoción o evitación. Esto podría explicarse en función a la concepción que tienen los estudiantes sobre el perfil profesional en psicología; es decir, cuáles serían aquellos recursos más pertinentes que necesitarían para ir desempeñando su labor profesional y de esta manera van determinando el estilo más adaptativo (Ruíz, 2015). En base a estos datos sobre el uso de los diferentes estilos de afrontamiento, es posible afirmar que los estudiantes de psicología se caracterizan por estar preparados para hacer frente a las situaciones problemáticas, bien sea ubicando alternativas de solución, dando espacio a las emociones o tomando distancia; es así que desarrollarían habilidades interpersonales como la expresividad emocional y sociabilidad (Aragón, 2010), también a nivel intrapersonal como la autoeficacia, autodeterminación y resiliencia (Nagua et al., 2024).

Respecto a la dimensión de cohesión familiar, se evidenció que en los estudiantes de Psicología predomina el tipo de familia Separada (41.1%); es decir, los participantes se caracterizan por formar parte de un entorno familiar donde prevalece un nivel de independencia moderada y sus integrantes asumen actividades individuales sin desligarse completamente de su familia. Esta información coincide con los datos presentados por Ruiz (2015) y Perez (2023), quienes desarrollaron estudios en muestras de universitarios que estudiaban Psicología en Huancayo y Lima, respectivamente. La predominancia de este tipo de familia en universitarios que oscilan entre la adolescencia y juventud, se puede explicar en base a las propias características del desarrollo de vida; ya que las personas buscan constituir su propia identidad e ir asumiendo funciones más independientes de su familia, lo que también generará discrepancias entre sus integrantes (Silva, 2022).

En cuanto a la adaptabilidad familiar que caracteriza a los estudiantes de Psicología, se mostró que el tipo de familia predominante es Flexible (41%); es decir, se caracterizan por presentar un nivel de adaptabilidad moderada donde existe una buena distribución de funciones, establecimiento de límites y comunicación asertiva. Por el contrario, Ruiz (2015) reportó que el tipo de familia de acuerdo con la dimensión adaptabilidad es el tipo Caótica, en una muestra de estudiantes de Psicología de Huancayo. Estos datos difieren en cierta magnitud, lo cual se puede explicar en función a las características familiares en diferentes entornos sociodemográficos; así como, los factores que influyen en la estructura familiar los cuales se van modificando en cada etapa evolutivos de los hijos e hijas; estos factores puede ser el distanciamiento afectivo, estilo de resolución de conflictos y el establecimiento de límites (Oliva, 2006).

A nivel teórico, la variable de funcionalidad familiar mantiene la versatilidad de estudiarse como un todo y también desglosando sus componentes; sin embargo, para términos de este estudio y una mejor comprensión de las características de los participantes, el análisis se desarrolló en base a la adaptabilidad y cohesión familiar. En cuanto a la variable de afrontamiento al estrés se tomó como base el planteamiento de Cassaretto y Chau (2015) sobre los tres estilos de afrontamiento al estrés, el cual es respaldado por anteriores estudios, a partir del cual se puede visualizar con mayor detalle los resultados obtenidos. De esta manera, la relación entre la variable de afrontamiento al estrés y funcionalidad familiar se determinará según sus dimensiones.

Al examinar la dimensión cohesión familiar con los estilos de afrontamiento al estrés, se evidenció una relación directa, aunque débil con el estilo orientado a lo social-emocional y el orientado a la tarea; en cuanto al estilo orientado a la evitación se visualizó una relación inversa, aunque débil. Para Olson et al. (1979) la cohesión familiar proporciona un equilibrio emocional para sus integrantes de manera que puedan tomar decisiones con mayor seguridad

y hacer frente a las diferentes experiencias de vida; es así que a partir de esta información podemos afirmar que los jóvenes con un mayor nivel de cohesión familiar podrían desarrollar estilos más adaptativos de afrontamiento tales como el orientado a la tarea y a lo social-emocional, porque contarían con el soporte socioemocional necesario para desenvolverse.

En cuanto a la dimensión adaptabilidad familiar, se estableció que existe una relación directa, aunque débil con los estilos de afrontamiento al estrés orientado a lo social-emocional y orientado a la tarea; sin embargo, no existe una relación significativa entre adaptabilidad y el estilo orientado a la evitación. Se puede deducir que los jóvenes pertenecientes a un entorno familiar con un nivel de adaptabilidad promedio se mostrarían más flexibles al manejo de sus emociones y a la modificación de sus recursos; ya que este componente de la funcionalidad familiar permite el desarrollo de la capacidad de cambiar los roles, funciones, límites y a su vez ir estableciendo un equilibrio entre la estabilidad y el cambio (Olson et al., 2019).

También se ubicaron estudios que vinculan las variables afrontamiento al estrés y funcionalidad familiar de manera global; tal como Ruiz (2015) quien encontró que existe una relación baja entre ambas variables al realizar una investigación en estudiantes de psicología de una universidad en Huancayo. De manera similar, Luzcando (2020) expone que se mantiene una relación entre la funcionalidad y el manejo del estrés, sin embargo, cabe mencionar que sus resultados se obtuvieron de estudiantes de odontología. A pesar de encontrarse variaciones en estos estudios, se puede afirmar que existe una relación entre los estilos de afrontamiento al estrés y funcionalidad familiar; lo cual se sustenta teóricamente con el modelo estructural de Minuchin (2004) quien afirma que en el entorno familiar se desarrollan transacciones básicas que sustentan el desarrollo de los modos de interacción de los integrantes de la familia con los diferentes entornos estresantes.

Finalmente, los resultados encontrados en la presente investigación constatan la relación entre los estilos de afrontamiento y la funcionalidad familiar; destacando que existe una relación significativa entre la dimensión cohesión familiar y los estilos orientados a la tarea, lo social emocional y a la evitación, aunque esta última de manera inversa. Caso contrario, la dimensión adaptabilidad familiar se relaciona significativamente solo con los estilos orientado a la tarea y social-emocional. Asimismo, cabe enfatizar la implicancia de ambas variables en el desarrollo personal y académico de los estudiantes universitarios, tal es así que conviene considerar los modos de hacer frente al estrés y a partir de ello proponer alternativas de prevención e intervención en el marco del cuidado de la salud mental.

5.2. Conclusiones

- Se identificó que existe una relación entre los estilos de afrontamiento al estrés y la funcionalidad familiar, en base a las dimensiones adaptabilidad y cohesión familiar.
- Se evidenció que los estudiantes de Psicología emplean en mayor proporción el estilo orientado a la tarea; seguido del estilo orientado a lo social-emocional y por último, el estilo orientado a la evitación.
- El tipo de cohesión familiar que caracterizó a la muestra es el tipo de familia Separada; lo cual permite visualizar que los jóvenes poseen un nivel moderado de vinculación emocional con su familia a pesar de su independencia; en cuanto a la adaptabilidad familiar, predomina el tipo de familia Flexible; es decir, los jóvenes forman parte de un entorno familiar que busca el equilibrio entre las discrepancias y la unión familiar.
- Se identificó que existe una relación directa entre la cohesión familiar y los estilos orientado a lo social-emocional y a la tarea; e inversa con el estilo orientado a la evitación.

- Se identificó que existe una relación directa entre la adaptabilidad familiar y los estilos orientado a lo social-emocional y a la tarea; no siendo el caso con el estilo orientado a la evitación.

5.3. Recomendaciones

- Realizar investigaciones donde se explore la comunicación familiar como dimensión que compone la funcionalidad familiar, de manera que se pueda ubicar la relación que tiene con el uso de los estilos de afrontamiento que predomina en los estudiantes; tales como el estilo orientado en la tarea y lo social-emocional.
- Desarrollar investigaciones enfocadas en el estudio de los diferentes estilos de afrontamiento al estrés y su relación con otras variables (autoeficacia, autoconocimiento, flexibilidad psicológica, entre otras) que reflejen la importancia de la investigación en la población universitaria que estudia psicología como futuros profesionales que estarán al cuidado de la salud mental de la sociedad.
- Impulsar el desarrollo de actividades psicoeducativas como talleres dirigidos a padres y madres de familia donde se aborden estrategias para el manejo del estrés, la resolución de conflictos y fortalecimiento de la comunicación en el entorno familiar.
- Promover la gestión e implementación de programas de intervención en coordinación con la Unidad de Asesoría y Orientación al Estudiante (UNAYOE), los cuales estarán dirigidos a los jóvenes estudiantes donde se fortalezcan las estrategias de afrontamiento que emplean con mayor frecuencia.
- Fomentar la creación de grupos de apoyo para estudiantes que se encuentren en entornos familiares con dificultades en la cohesión con el objetivo de mantener la autonomía y el apoyo familiar.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Aguirre-López, M. E. y Zambrano-Acosta, J. M. (2021). Familia disfuncional y el deterioro de la salud psicoemocional. *Revista Científica Dominio de las Ciencias*, 7(4), 731-745. <http://dx.doi.org/10.23857/dc.v7i4>
- Agurto Periche, J. A. (2019). *Funcionamiento Familiar y la Tolerancia a la Frustración en estudiantes de la Facultad de Ciencias Sociales de la Universidad Nacional de Tumbes-2018* [Tesis de Licenciatura, Universidad Nacional de Tumbes] <http://repositorio.untumbes.edu.pe/handle/UNITUMBES/401>
- Aragón Borja, L. E. (2010). Perfil de personalidad de estudiantes universitarios de la carrera de Psicología. El caso de la Facultad de Estudios Superiores Iztacala. *Perfiles Educativos*, 33(133), 68-87. <https://www.scielo.org.mx/pdf/peredu/v33n133/v33n133a5.pdf>
- Ato García, M. y Vallejo Seco, G. (2015). *Diseños de investigación en Psicología*. Ediciones Pirámide.
- Barraza-Sánchez, B. E., Pelcastre-Neri, A., Martínez Mario, D., Iglesias Hermenegildo, A. Y. y Ruvalcaba Ledezma, J. C. (2019). El estrés como problema de salud durante la adolescencia. *Educación y salud Boletín Científico Instituto de Ciencias de la Salud Universidad Autónoma del Estado de Hidalgo*, 8(15), 273-276. <https://doi.org/10.29057/icsa.v8i15.4804>
- Bazo-Alvarez, J. C., Bazo Alvarez, O. A., Aguila, J., Peralta, F., Mormontoy, W. y Bennett, I. (2016). Propiedades psicométricas de la escala de funcionalidad familiar FACES-III: un estudio en adolescentes peruanos. *Rev. Peru Med Exp Salud Publica*, 33(3), 462-470. <http://dx.doi.org/10.17843/rpmesp.2016.333.2299>

- Bowen, M. (1966). The use of family theory in clinical practice. *Comprehensive Psychiatry*, 7(5), 345-374. [https://doi.org/10.1016/S0010-440X\(66\)80065-2](https://doi.org/10.1016/S0010-440X(66)80065-2)
- Bravo Carhuachin, Y. M. (2021). *Afrontamiento al estrés y bienestar psicológico en estudiantes de psicología de una universidad nacional de Lima Metropolitana* [Tesis de Licenciatura, Universidad Nacional Federico Villarreal] <https://hdl.handle.net/20.500.13084/5043>
- Bueno Delgado, G. (2007). El Estudiante Universitario y su Entorno Familiar. *Revista Griot*, 1(1), 29-35. <https://revistas.upr.edu/index.php/griot/article/view/1922>
- Carver, C. (1997). You Want to Measure Coping But Your Protocol's Too Long: Consider the Brief COPE. *International Journal of Behavioral Medicine*, 4(1), 92-100. https://doi.org/10.1207/s15327558ijbm0401_6
- Carver, C. & Scheier, M. (1981). *Attention and Self-Regulation: A Control-Theory Approach to Human Behavior*. Springer-Verlag New York Inc.
- Carver, C., Scheier, M. & Kumari, W. (1989). Assessing Coping Strategies: A Theoretically Based Approach. *Journal of Personality and Social Psychology*, 56(2), 267-283. <https://doi.org/10.1037//0022-3514.56.2.267>
- Cassaretto Bardales, M. y Chau Perez, C. (2015). Afrontamiento al Estrés: Adaptación del Cuestionario COPE en Universitarios de Lima. *Revista Iberoamericana de Diagnóstico y Evaluación – e Avaliação Psicológica. RIDEP*, 42(2), 95-109. https://doi.org/10.21865/RIDEP42_95
- Cobo Rendón, R., Vega Valenzuela, A. y García Álvarez, D. (2020). Consideraciones institucionales sobre la Salud Mental en estudiantes universitarios durante la pandemia de Covid-19. *CienciAmérica*, 9(2), 277-284. <http://dx.doi.org/10.33210/ca.v9i2.322>

- Crespo López, M. y Cruzado Rodríguez, J. (1997). La evaluación del afrontamiento: Adaptación española del cuestionario COPE con una muestra de estudiantes universitarios. *Análisis y Modificación de conducta*, 23(92), 797-830. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=7071279>
- Cresto Aguirre, I. I. (2022). Estilos de afrontamiento al estrés y bienestar psicológico en estudiantes universitarios de San Juan de Lurigancho [Tesis de Licenciatura, Universidad Autónoma del Perú]. <https://hdl.handle.net/20.500.13067/2007>
- Defensoría del Pueblo (2018). *Supervisión de la Implementación de la Política Pública de Atención Comunitaria y el camino a la desinstitucionalización. Informe Defensorial N° 180*. <https://www.defensoria.gob.pe/wp-content/uploads/2018/12/Informe-Defensorial-N%C2%BA-180-Derecho-a-la-Salud-Mental-con-RD.pdf>
- Duche Pérez, A. B., Paredes Quispe, F. M., Gutiérrez Aguilar, O. A. y Carcausto Cortez, L. C. (2020) Transición secundaria-universidad y la adaptación a la vida universitaria. *Revista de Ciencias Sociales*, XXVI(2), 244-257. <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=28063519018>
- Egúzquiza Tello, Y. L. (2022). *Funcionalidad familiar y autoestima en estudiantes de una universidad privada de Lima Norte* [Tesis de Maestría, Universidad Femenina del Sagrado Corazón]. <http://hdl.handle.net/20.500.11955/991>
- Enriquez Ludeña, R. L., Pérez Cabrejos, R. G., Ortiz Gonzales, R., Cornejo Jurado, Y. C. y Chumpitaz Caycho, H. E. (2020). Disfuncionalidad familiar y depresión del adolescente: una revisión sistemática entre los años 2016-2020. *Revista Conrado*, 17(80), 277-282. <http://scielo.sld.cu/pdf/rc/v17n80/1990-8644-rc-17-80-277.pdf>
- Folkman, S. y Lazarus, R. (1980). An Analysis of Coping in a Middle-Aged Community Sample. *Journal of Health and Social Behavior*, 21(3), 219-239. <https://doi.org/10.2307/2136617>

- García Núñez, C. R. (2018). *Calidad de vida y estilos de crianza en estudiantes universitarios de Lima Metropolitana* [Tesis de Maestría, Universidad San Martín de Porres]. <https://hdl.handle.net/20.500.12727/4184>
- Garnica Matajira, E. J., Gutiérrez Vega, K. Y. y Pérez Mazo, A. T. (2021). *Estrategias de afrontamiento al estrés en estudiantes de primero, quinto y octavo semestre del Programa de psicología de la Universidad Autónoma de Bucaramanga* [Tesis de Licenciatura, Universidad Autónoma de Bucaramanga]. <http://hdl.handle.net/20.500.12749/15368>
- González Lorenzo, S. (2020). *Influencia del funcionamiento familiar y el bienestar subjetivo en las estrategias de afrontamiento en estudiantes de psicología de la Universidad Pontificia de Comillas* [Tesis de Maestría, Universidad Pontificia Comillas]. <https://repositorio.comillas.edu/xmlui/handle/11531/55976?show=full>
- Haro Arrarte, E. H. (2018). *Adicción a redes sociales y funcionalidad familiar en estudiantes universitarios y egresados de Lima Metropolitana* [Tesis de Licenciatura, Universidad San Ignacio de Loyola] <https://hdl.handle.net/20.500.14005/3684>
- Hernández, R., Fernández, C. y Baptista, M. (2014). *Metodología de la investigación. Sexta edición*. McGraw-Hill.
- Hernández-Ballester, C., Ferrer-Pérez, C., Montagud-Romero, S. y Blanco-Gandía, M. C. (2023). Estrés en tiempos de confinamiento: estrategias de afrontamiento y crecimiento postraumático en población universitaria. *Revista de psicología y educación*, 18(1), 1-10. <https://doi.org/10.23923/rpye2023.01.229>
- Herrera-Covarrubias, D., Coria-Avila, G. A., Muñoz-Zavaleta, D. A., Graillet-Mora, O., Aranda-Abreu, G. E., Rojas-Durán, F., Hernández, M. E. y Ismail, N. (2017). Impacto del estrés psicosocial en la salud. *Revista de Neurobiología*, 8(17), 1-23.

[https://www.uv.mx/eneurobiologia/vols/2017/17/Herrera/Herrera-Covarrubias-8\(17\)220617.pdf](https://www.uv.mx/eneurobiologia/vols/2017/17/Herrera/Herrera-Covarrubias-8(17)220617.pdf)

Hinostroza Chambergo, L. M. y Pacheco Chihuantito, V. (2022). *Influencia de los estilos de crianza sobre las estrategias de afrontamiento al estrés en estudiantes universitarios de primer año* [Tesis de Licenciatura, Universidad San Ignacio de Loyola] <https://hdl.handle.net/20.500.14005/12340>

Instituto Nacional de Estadística e Informática (2020). *Estado de la población peruana 2020* [Archivo PDF]. https://www.inei.gob.pe/media/MenuRecursivo/publicaciones_digitales/Est/Lib1743/Libro.pdf

Ipops (2023). *Día Mundial de la Salud Mental 2023. Una encuesta Global Advisor* [Archivo PDF]. https://www.ipsos.com/sites/default/files/ct/news/documents/2023-10/World%20Mental%20Health%20Day%20Survey_ESP.pdf

Joao Forjaz, M., Martínez Cano, P. y Cervera Enguix, S. (2002). Confirmatory Factor Analysis, Reliability, and Validity of a Spanish Version of FACES III. *The American Journal of Family Therapy*, 30, 439-449. <https://doi.org/10.1080/01926180260296332>

Kloster Kantlen, G. E. y Perrotta, F. D. (2019). *Estrés académico en estudiantes universitarios de la ciudad de Paraná* [Tesis de Licenciatura, Universidad Católica de Argentina] <https://repositorio.uca.edu.ar/bitstream/123456789/9774/1/estres-academico-estudiantes-universitarios.pdf>

Lazarus y Folkman (1986). *Estrés y Procesos cognitivos*. Martinez Roca S.A.

- Luzcando Villavicencio, A. F. (2020). *Estrés académico y su relación con la funcionalidad familiar en adolescentes de 1ero. a 9no. semestre de la Facultad de Odontología de la Universidad Central del Ecuador según características sociodemográficas, período 2018-2019* [Tesis de Licenciatura, Universidad Central del Ecuador]. <http://www.dspace.uce.edu.ec/bitstream/25000/22036/1/T-UCE-0015-ODO-390.pdf>
- Macías, M. A., Madariaga Orozco, C., Valle Amaris, M. y Zambrano, J. (2013). Estrategias de afrontamiento individual y familiar frente a situaciones de estrés psicológico. *Psicología desde El Caribe*, 30(1), 123- 145. <http://www.scielo.org.co/pdf/psdc/v30n1/v30n1a07.pdf>
- Martínez Chairez, G. I., Torres Díaz, M. J. y Ríos Cepeda, V. L. (2020). El contexto familiar y su vinculación con el rendimiento académico. *Revista de Investigación Educativa de la REDIECH*, 11, 1-17. https://doi.org/10.33010/ie_rie_rediech.v11i0.657
- Minuchin, S. (2004). *Familias y terapia familiar*. Editorial Gedisa.
- Muñoz-Fernández, S. I., Molina-Valdespino, D., Ochoa-Palacios, R., Sánchez-Guerrero, O. y Esquivel-Acevedo, J. A. (2020). Estrés, respuestas emocionales, factores de riesgo, psicopatología y manejo del personal de salud durante la pandemia por COVID—19. *Acta Pediátrica de México*, 41(1), 127-136. <https://www.medigraphic.com/pdfs/actpedmex/apm-2020/apms201q.pdf>
- Nagua Sarmiento, E., Hernández Tocto, A., Villavicencia Aguilar, C. y Serrano Polo, O. (2024). Perfil personalógico del estudiante de Psicología Clínica desde el enfoque histórico cultural. *Revista de Investigación en Psicología*, 27(1), 111-131. <https://doi.org/10.15381/rinvp.v27i1.26333>
- Oliva, A. (2006). Relaciones familiares y desarrollo adolescente. *Anuario de Psicología*, 37(3), 209-223. <https://www.redalyc.org/pdf/970/97012834001.pdf>

- Olson, D. (2000). Circumplex Model of Marital and Family Systems. *Journal of family Therapy*, 22(2), 144-167. <https://doi.org/10.1111/1467-6427.00144>
- Olson, D., Waldvogel, L. y Schlieff, M. (2019). Circumplex Model of Marital and Family Systems: An Update. *Journal of Family Theory & Review*, 11(2), 199-211. <https://doi.org/10.1111/jftr.12331>
- Olson, D., Sprenkle, D. y Russell, C. (1979). Circumplex Modelo f Marital and Family Systems: I. Cohesion and Adaptability Dimensions, Family Types, and Clinical Applications. *Family process*, 18(1), 3-28. <https://doi.org/10.1111/j.1545-5300.1979.00003.x>
- Otzen, T. y Manterola, C. (2017). Técnicas de muestreo sobre una población a estudio. *International Journal of Morphology*, 35(1), 227-232. <http://dx.doi.org/10.4067/S0717-95022017000100037>
- Ozamiz Etxebarria, N., Dosil-Santamaria, M., Picaza-Gorrochategui, M. y Idoiaga-Mondragon, N. (2020). Niveles de estrés, ansiedad y depresión en la primera fase del brote del COVID-19 en una muestra recogida en el norte de España. *Cadernos de Saúde Pública*, 36(4). <https://doi.org/10.1590/0102-311X00054020>
- Palma, R. P. (2022). Análisis crítico del coeficiente de determinación (R^2), como indicador de la calidad de modelos lineales y no lineales. *Matemática ESPOL-FCNM JOURNAL*, 20(2), 1-12. <http://www.revistas.espol.edu.ec/index.php/matematica/article/view/1037/917>
- Palomar Rodríguez, G. y Avalos Latorre, M. (2019). Funcionalidad familiar y estrategias de afrontamiento en adolescentes de bachillerato. *UARICHA*, 16, 27-36. http://www.revistauaricha.umich.mx/ojs_uaricha/index.php/urp/article/view/249/207

- Pedró, F. (2020). Covid-19 y Educación Superior en América Latina y el Caribe: efectos, impactos y recomendaciones políticas. *Fundación Carolina*, (36), 1-15. <https://www.fundacioncarolina.es/wp-content/uploads/2020/06/AC-36.-2020.pdf>
- Perez Ibarra, H. L. (2023). *Funcionamiento familiar y calidad de vida en estudiantes de una universidad privada de Lima Sur* [Tesis de Licenciatura, Universidad Autónoma del Perú] <https://hdl.handle.net/20.500.13067/2489>
- Quispe Aquis, J., Paredes Valverde, Y., Quispe Herrera, R., Jara Rodríguez, F. y Gavilán Borda, V. A. (2023). Funcionamiento familiar y habilidades sociales en adolescentes peruanos de Educación secundaria. *Universidad y Sociedad*, 15(3), 357-365. <http://scielo.sld.cu/pdf/rus/v15n3/2218-3620-rus-15-03-357.pdf>
- Roberts, R. (18 de marzo de 2022). Cómo pueden las universidades apoyar la salud mental y el bienestar de los estudiantes. World Economic Forum. <https://es.weforum.org/stories/2022/03/como-pueden-las-universidades-apoyar-la-salud-mental-y-el-bienestar-de-los-estudiantes/#:~:text=Los%20estudiantes%20universitarios%2C%20en%202020%2C%20informaron%20de,acceso%20a%20la%20atenci%C3%B3n%20de%20salud%20mental.&text=El%2076%25%20de%20los%20estudiantes%20encuestados%20afirm%C3%B3,al%20igual%20que%20el%2073%25%20del%20personal.>
- Romero Romero, E. E., Young, J. y Salado-Castillo, R. (2019). Fisiología del estrés y su integración al sistema nervioso y endocrino. *Revista Médico Científica*, 32, 61-70. <https://www.revistamedicocientifica.org/index.php/rmc/article/view/535/988>
- Ruiz Balvin, M. (2015). Funcionalidad familiar y afrontamiento en estudiantes universitarios. *Temática Psicológica: Revista especializada de los Programas Académicos de Doctorado y Maestría en Psicología*, 11(1), 53-63. <https://doi.org/10.33539/tematpsicol.2015.n11.817>

- Sánchez Carlessi, H., Yarlequé Chocas, L., Javier Alva, L., Nuñez Llacuachaqui, E., Arenas Iparraquirre, C., Matalinares Calvet, M., Gutiérrez Santayana, E., Egoavil Medina, I., Solís Quispe, J. y Fernandez Figueroa, C. (2021). Indicadores de ansiedad, depresión, somatización y evitación experiencial en estudiantes universitarios del Perú en cuarentena por Covid-19. *Revista Facultad de Medicina Humana*, 21(2), 346-353. <http://hdl.handle.net/10757/656049>
- Sandin, B. (1995). El estrés en A, Belloch, B. Sandin y F. Ramos (Colab.), *Manual de Psicopatología Volumen II* (pp 4-48). Mc Graw Hill. <http://biblioteca.univalle.edu.ni/files/original/171ab285ed84286818b0a6d57e34aa613748812d.pdf>
- Silva-Ramos, M. F., López-Cocotle, J. J. y Columba Meza-Zamora, M. E. (2020). Estrés académico en estudiantes universitarios. *Investigación y Ciencia*, 28(79), 75-83. <https://www.redalyc.org/journal/674/67462875008/67462875008.pdf>
- Silva Diverio, I. (2022). *La adolescencia y su interrelación con el entorno* [Archivo PDF]. https://www.injuve.es/sites/default/files/adjuntos/2022/06/la_adolescencia_y_su_interrelacion_con_el_entorno.pdf
- Vila Mendoza, J. L. (2023). *Satisfacción con la vida y estilos de afrontamiento al estrés en estudiantes universitarios de Psicología de una universidad privada – Huancayo, 2021* [Tesis de Licenciatura, Universidad Continental] <https://hdl.handle.net/20.500.12394/13353>
- Vintila, M., Tudorel, O., Stefanut, A., Ivanoff, A. & Bucur, V. (2022). Emotional distress and coping strategies in COVID-19 anxiety. *Current Psychology*, 42, 17503-17512. <https://doi.org/10.1007/s12144-021-02690-8>

ANEXOS

Anexo 1. Consentimiento informado

El propósito de la presente investigación es conocer la relación entre los estilos de afrontamiento al estrés y la funcionalidad familiar en estudiantes de Psicología.

Si accede a participar de la presente investigación, se le pedirá que rellene 2 cuestionarios, lo cual le tomará 20 a 30 minutos aproximadamente.

La participación es voluntaria por lo que puede decidir retirarse en cualquier momento sin generar consecuencia alguna para su persona.

La información recopilada para este estudio se mantendrá bajo los lineamientos de la confidencialidad y anonimato; es así que los datos serán empleados solo para fines de la investigación.

Declaración de consentimiento:

Luego de haber leído la información anterior y estar de acuerdo con ello, doy mi consentimiento para participar en este estudio.

Sí ()

No ()

Anexo 2. Ficha sociodemográfica

Sexo	Hombre ()	Mujer ()
Edad		
Ciclo académico	3ro ()	4to ()
	5to ()	6to ()
	7mo ()	8vo ()
	9no ()	10mo ()
Estado civil	Soltero/a ()	Con pareja ()
	Casado/ ()	Divorciado/a ()
	Conviviente ()	Separado/a ()
¿Con quiénes vive?	*Puede marcar varias opciones	
	Padre ()	Madre ()

	Solo/a () Hermanos/as () Hijos/as () Otros familiares ()
Distrito de residencia	
¿Actualmente trabaja?	Sí () No ()

Anexo 3. Cuestionario de Modos de Afrontamiento al estrés COPE

Instrucciones.

Los siguientes ítems le pedirán que indique lo que generalmente hace y siente cuando experimenta acontecimientos estresantes, responda a cada uno de los ítems marcando con un aspa (x) donde corresponda. Elija sus respuestas cuidadosamente y responda de la forma más sincera que le sea posible. No hay respuestas correctas o incorrectas, escoja la respuesta que más se ajuste a usted.

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

		1	2	3	4
1	Intento desarrollarme como persona como resultado de la experiencia.				
2	Me concentro en el trabajo u otras actividades sustitutivas para alejar el tema de mi mente.				
3	Me altero y dejo aflorar mis emociones.				

4	Intento conseguir consejo de alguien sobre qué hacer.				
5	Concentro mis esfuerzos en hacer algo acerca de la situación.				
6	Me digo a mí mismo: “Esto no es real”.				
7	Confío en Dios.				
8	Me río acerca de la situación.				
9	Admito que no puedo con ello y dejo de intentarlo.				
10	Me disuado a mí mismo de hacer algo con demasiada rapidez.				
11	Hablo de mis sentimientos con alguien.				
12	Consumo alcohol o drogas para sentirme mejor.				
13	Me acostumbro a la idea de lo que sucedió.				
14	Hablo con alguien para saber más acerca de la situación.				
15	Evito distraerme con otros pensamientos o actividades.				
16	Sueño despierto con otras cosas diferentes.				
17	Me altero y soy realmente consciente de la situación.				
18	Pido la ayuda de Dios.				
19	Hago un plan de acción.				
20	Hago bromas sobre la situación.				
21	Acepto que ha sucedido y que no puede cambiarse.				
22	Demoro hacer algo sobre el tema hasta que la situación lo permita.				
23	Intento conseguir apoyo emocional de amigos o familiares.				
24	Simplemente abandono en el intento de lograr mi objetivo.				
25	Tomo medidas adicionales para intentar librarme del problema.				
26	Intento evadirme un rato bebiendo alcohol o tomando drogas.				
27	Me niego a creer que haya sucedido.				
28	Dejo aflorar mis sentimientos.				

29	Intento verlo de una forma diferente, para que parezca más positivo.				
30	Hablo con alguien que pudiera hacer algo concreto acerca del problema.				
31	Duermo más de lo habitual.				
32	Intento encontrar una estrategia acerca de qué hacer.				
33	Me concentro en el manejo del problema y si es necesario aparto otros temas un poco.				
34	Consigo la compasión y comprensión de alguien.				
35	Bebo alcohol o tomo drogas para pensar menos en ello.				
36	Bromeo sobre ello.				
37	Renuncio a intentar lograr lo que quiero.				
38	Busco algo bueno en lo que está sucediendo.				
39	Pienso acerca de cómo podría manejar mejor el problema.				
40	Actúo como si realmente no hubiera sucedido.				
41	Me aseguro de no empeorar las cosas por actuar demasiado pronto.				
42	Intento evitar que otras cosas interfieran con mis esfuerzos de manejar la situación.				
43	Voy al cine o veo la televisión para pensar menos en ello.				
44	Acepto la realidad del hecho que ha sucedido.				
45	Pregunto a personas que han tenido experiencias similares qué hicieron.				
46	Siento un gran malestar emocional y me encuentro expresando estos sentimientos un montón.				
47	Llevo a cabo una acción directa en torno al problema.				
48	Intento encontrar consuelo en la religión.				
49	Me obligo a mí mismo a esperar el momento oportuno para hacer algo.				

50	Hago bromas de la situación.				
51	Reduzco la cantidad de esfuerzo que dedico a resolver el problema.				
52	Hablo con alguien acerca de cómo me siento.				
53	Utilizo alcohol o drogas para ayudarme a superarlo.				
54	Aprendo a vivir con ello.				
55	Dejo de lado otras actividades para concentrarme en el problema.				
56	Pienso profundamente acerca de qué pasos tomar.				
57	Actúo como si nunca hubiera ocurrido.				
58	Hago lo que hay que hacer, paso a paso.				
59	Aprendo algo de la experiencia.				
60	Rezo más de lo habitual.				

Anexo 4. Escala de Cohesión y Adaptabilidad Familiar (FACES III)

Instrucciones: Los siguientes ítems contienen una lista de afirmaciones las cuales tendrá que leer detenidamente y marcar con un aspa (x) la alternativa que usted crea conveniente. Las respuestas varían según la realidad de su familia. Sea lo más honesto(a) posible al momento de responder las premisas. Recuerde contestar todas las preguntas marcando una sola respuesta.

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

		1	2	3	4	5
1	Los miembros de la familia se piden ayuda cuando lo necesitan					
2	Cuando surge un problema se tienen en cuenta las opiniones de los hijos					
3	Se aceptan las amistades de los demás miembros de la familia					
4	A la hora de establecer normas de disciplina, se tiene en cuenta la opinión de los hijos					
5	Preferimos relacionarnos con los parientes más cercanos					
6	Hay varias personas que mandan en nuestra familia					
7	Los miembros de nuestra familia nos sentimos más unidos entre nosotros que entre otras personas que no pertenecen a					

	nuestra familia					
8	Frente a distintas situaciones, nuestra familia cambia su manera de manejarlas					
9	A los miembros de la familia nos gusta pasar tiempo libre juntos					
10	Padres e hijos conversamos sobre los castigos					
11	Los miembros de la familia nos sentimos muy unidos					
12	Los hijos toman decisiones en nuestra familia					
13	Cuando nuestra familia realiza una actividad todos participamos					
14	En nuestra familia las normas o reglas se pueden cambiar					
15	Es fácil pensar en actividades que podemos realizar en familia					
16	Entre los miembros de la familia nos turnamos las responsabilidades de la casa					
17	En la familia consultamos entre nosotros cuando vamos a tomar una decisión					
18	Es difícil saber quién manda en nuestra familia					
19	En nuestra familia es muy importante el sentimiento de unión familiar					
20	Es difícil decir qué tarea tiene cada miembro de la familia					

Anexo 5. Matriz de consistencia

Problema	Objetivos	Hipótesis	Variables de estudio	Técnicas de recolección de datos
¿Qué relación existe entre los estilos de afrontamiento al estrés y la funcionalidad familiar en estudiantes de Psicología de una Universidad Pública de Lima Metropolitana?	Objetivo general: Determinar la relación entre los estilos de afrontamiento al estrés y la funcionalidad familiar en estudiantes de Psicología de una Universidad Pública de Lima Metropolitana	Hipótesis general: Existe una relación significativa entre los estilos de afrontamiento al estrés y la funcionalidad familiar en estudiantes de Psicología de la UNMSM.	Estilos de afrontamiento, variable nominal con 3 dimensiones: - Orientado a la tarea (escala ordinal tratada como si fuera cuantitativa) - Orientado a lo social/emocional (escala ordinal tratada como si fuera cuantitativa) - Orientado a la evitación (escala ordinal tratada como si fuera cuantitativa)	Técnica: Encuesta Instrumentos: - Escala de Evaluación de la Cohesión y Adaptabilidad Familiar (FACES III) - Cuestionario de estrategias de afrontamiento (COPE) - Ficha sociodemográfica
¿Cuáles son los estilos de afrontamiento al estrés utilizados por los estudiantes de Psicología de una Universidad Pública de Lima Metropolitana?	Objetivo específico 1: Identificar los estilos de afrontamiento al estrés utilizados por los estudiantes de Psicología de una Universidad Pública de Lima Metropolitana.			
¿Cuál es el tipo de cohesión familiar que caracteriza a los estudiantes de Psicología de una Universidad Pública de Lima Metropolitana?	Identificar el tipo de cohesión familiar que caracteriza a los estudiantes de Psicología de una Universidad Pública de Lima Metropolitana.			
¿Cuál es el tipo de adaptabilidad familiar que caracteriza a los estudiantes de Psicología de una Universidad Pública de Lima Metropolitana?	Identificar el tipo de adaptabilidad familiar que caracteriza a los estudiantes de Psicología de una Universidad Pública de Lima Metropolitana.			
¿Qué relación existe entre la cohesión familiar y el estilo de afrontamiento al estrés orientado a lo social-emocional utilizado por los estudiantes de Psicología de una Universidad Pública de Lima Metropolitana?	Determinar la relación entre la cohesión familiar y el estilo de afrontamiento al estrés orientado a lo social-emocional utilizado por los estudiantes de Psicología de una Universidad Pública de Lima Metropolitana.	H1: Existe una relación significativa entre la cohesión familiar y el estilo de afrontamiento al estrés orientado a lo social-emocional utilizado por los	Funcionalidad familiar, variable nominal con dos dimensiones:	

		estudiantes de Psicología de la UNMSM	<ul style="list-style-type: none"> - Cohesión familiar (variable nominal) - Adaptabilidad familiar (variable nominal)
¿Qué relación existe entre la cohesión familiar y el estilo de afrontamiento al estrés orientado a la evitación utilizado por los estudiantes de Psicología de una Universidad Pública de Lima Metropolitana?	Determinar la relación entre la cohesión familiar y el estilo de afrontamiento al estrés orientado a la evitación utilizado por los estudiantes de Psicología de una Universidad Pública de Lima Metropolitana.	H2: Existe una relación significativa entre la cohesión familiar y el estilo de afrontamiento al estrés orientado a la evitación utilizado por los estudiantes de Psicología de la UNMSM	
¿Qué relación existe entre la cohesión familiar y el estilo de afrontamiento al estrés orientado a la tarea utilizado por los estudiantes de Psicología de una Universidad Pública de Lima Metropolitana?	Determinar la relación entre la cohesión familiar y el estilo de afrontamiento al estrés orientado a la tarea utilizado por los estudiantes de Psicología de una Universidad Pública de Lima Metropolitana	H3: Existe una relación significativa entre la cohesión familiar y el estilo de afrontamiento al estrés orientado a la tarea utilizado por los estudiantes de Psicología de la UNMSM.	
¿Qué relación existe entre la adaptabilidad familiar y el estilo de afrontamiento al estrés orientado a lo social-emocional utilizado por los estudiantes de Psicología de una Universidad Pública de Lima Metropolitana?	Determinar la relación entre la adaptabilidad familiar y el estilo de afrontamiento al estrés orientado a lo social-emocional utilizado por los estudiantes de Psicología de una Universidad Pública de Lima Metropolitana	H4: Existe una relación significativa entre la adaptabilidad familiar y el estilo de afrontamiento al estrés orientado a lo social-emocional utilizado por los estudiantes de Psicología de la UNMSM	
¿Qué relación existe entre la adaptabilidad familiar y el estilo de afrontamiento al estrés orientado a la evitación utilizado por los	Determinar la relación entre la adaptabilidad familiar y el estilo de afrontamiento al estrés orientado a la evitación utilizado por los estudiantes	H5: Existe una relación significativa entre la adaptabilidad familiar y el estilo de afrontamiento	

estudiantes de Psicología de una Universidad Pública de Lima Metropolitana?	de Psicología de una Universidad Pública de Lima Metropolitana.	al estrés orientado a la evitación utilizado por los estudiantes de Psicología de la UNMSM.		
¿Qué relación existe entre la adaptabilidad familiar y el estilo de afrontamiento al estrés orientado a la tarea utilizado por los estudiantes de Psicología de una Universidad Pública de Lima Metropolitana?	Determinar la relación entre la adaptabilidad familiar y el estilo de afrontamiento al estrés orientado a la tarea utilizado por los estudiantes de Psicología de una Universidad Pública de Lima Metropolitana.	H6: Existe una relación significativa entre la adaptabilidad familiar y el estilo de afrontamiento al estrés orientado a la tarea utilizado por los estudiantes de Psicología de la UNMSM		

Anexo 6.

Tabla 13*Prueba de normalidad para las estrategias de afrontamiento al estrés*

	n	SW	p
Afrontamiento activo	202	.966	<.001
Planificación	202	.968	<.001
Restricción	202	.942	<.001
Supresión	202	.969	<.001
Soporte instrumental	202	.969	<.001
Soporte emocional	202	.964	<.001
Reinterpretación positiva	202	.962	<.001
Humor	202	.960	<.001
Religión	202	.855	<.001
Negación	202	.883	<.001
Aceptación	202	.969	<.001
Enfocar	202	.970	<.001
Drogas	202	.477	<.001
Desentendimiento mental	202	.974	<.001
Desentendimiento conductual	202	.937	<.001

Nota: SW= Shapiro Wilk; n=muestra; p=valor de probabilidad

Tabla 14*Descripción de la muestra según presencia o ausencia de trabajo*

	Frecuencia	Porcentaje
Sí	71	35.1
No	131	64.9
Total	202	100%

Tabla 15*Descripción de la muestra según estado civil*

	Frecuencia	Porcentaje
Con pareja	55	27.2
Soltero/a	147	72.8
Total	202	100%