



PONTIFICIA
UNIVERSIDAD
CATÓLICA
DEL PERÚ

FACULTAD DE LETRAS Y CIENCIAS HUMANAS

BIENESTAR Y AFRONTAMIENTO EN ADOLESCENTES PARTICIPANTES DE UN PROGRAMA DE EMPODERAMIENTO JUVENIL

Tesis para optar el título de Licenciada en Psicología con mención en Psicología Clínica
que presenta la Bachillera:

STEPHANY PAMELA ORIHUELA OTÁROLA

Asesora: Natalie Meza Villar

LIMA – PERÚ

2015



Agradecimientos

A toda mi familia.

A mi mamá, por nunca dejar que me rinda, por hacerme fuerte y darme la seguridad de que puedo lograr todo lo que quiero. A mi papá, por siempre apoyarme en todo lo que emprendo y celebrar con alegría todos mis logros como si fueran suyos. A mi hermano, por siempre haber sido mi ejemplo de perseverancia y éxito.

A Juan Daniel, por ser mi soporte, contenerme en mis pequeñas crisis de estudio y ayudarme a entender que todo sacrificio valdrá la pena el futuro. Y sobre todo, por demostrarme que si le pones amor a lo que haces, todo es posible.

A Natalie, mi asesora y compañera en este largo, pero lindo camino. Por poner atención a cada detalle, confiar en mí y siempre empujarme a la meta.

A la YMCA, con quien estoy eternamente agradecida por brindarme herramientas importantes en mi adolescencia para ser quien soy ahora. Espero que este estudio brinde confianza al gran trabajo que realiza toda la organización.

Y a todos los que de alguna manera hicieron que por fin, pudiera culminar esta investigación.

¡Gracias!



Resumen

En el Perú, cada vez son más los problemas que aquejan a los adolescentes. Para poder contrarrestar esta situación, diversas instituciones desarrollan programas de empoderamiento juvenil, cuyo objetivo es brindar herramientas a los adolescentes para sentirse valiosos y capaces de dirigir su futuro. En este contexto, cobra importancia el estudio de constructos como el bienestar psicológico, referido a la actualización de potencialidades y la satisfacción que esto genera, y el afrontamiento, que representa el conjunto de esfuerzos que se desarrollan para manejar las demandas excedentes de los recursos individuales. La presente investigación busca comparar las variables de bienestar y afrontamiento entre adolescentes participantes de un programa de empoderamiento juvenil y adolescentes escolares que no lo hacen. Además, se pretende investigar la relación entre bienestar, afrontamiento y participación en un programa de empoderamiento. Los participantes fueron 150 adolescentes, de los cuales 75 participan del programa de empoderamiento, y 75 estudian en un colegio particular y cursan del 3° al 5° año de secundaria. Se utilizaron los cuestionarios BIEPS-J para bienestar psicológico y ACS para afrontamiento. Los resultados sugieren que los adolescentes participantes presentan un mayor nivel de bienestar y usan estrategias de afrontamiento más adaptativas. Por otro lado, se encontró que existen relaciones predictivas bidireccionales entre la participación y el bienestar, y entre el bienestar y el estilo de afrontamiento referencia a los otros. La participación en este programa potenciaría los recursos de los adolescentes y brindaría espacios de socialización saludables; por lo que sería útil su réplica en otros grupos.

Palabras clave: *empoderamiento, adolescencia, bienestar, afrontamiento.*

Abstract

Nowadays, in Peru, there are more problems afflicting teens. In an effort to tackle this issue, various institutions are developing youth empowerment programs aiming to provide tools to feel appreciated and capable of directing their future. It is in this context that the study of variables, such as psychological well-being and coping, become crucial for this case. This research seeks to compare psychological well-being and coping among teens that participating in a youth empowerment program and school teens who do not. In addition, the study aims to investigate the relationship between well-being, coping and participation in empowerment program. 75 teens of the 150 total participants were involved in the youth empowerment program, while the other 75 were private school students enrolled in 3rd to 5th grade. This study used the BIEPS-J questionnaire to assess psychological well-being, and the ACS to assess coping. The concluding results suggest that teens who participate in the youth empowerment program have a higher level of wellbeing and use more adaptive coping strategies. On the other hand, the study found two-way predictive correlations between participation and well-being as well as between well-being and the coping strategy in reference to others. Participation in this program would not only enhance the availability of resources for teens but also provide opportunities for healthy socialization. As such, replicating this program with other youth groups in Peru would be of immense value.

Keywords: *empowerment, adolescence, well-being, coping.*



Tabla de contenidos

Introducción	1
Método	11
Participantes	11
Medición	11
Procedimiento	14
Análisis de datos	15
Resultados	17
Discusión	21
Referencias bibliográficas	27
Apéndice	33
A. Consentimiento informado	35
B. Ficha de datos	37
C. Análisis de normalidad	39
D. Análisis de confiabilidad	41



Introducción

En la actualidad, diversos organismos e instituciones públicos y privados ofrecen espacios de socialización, entrenamiento y educación para adolescentes con el objetivo de desarrollar sus habilidades individuales y sociales. Todo ello es parte de un movimiento llamado empoderamiento juvenil. Julian Rappaport lo define como el proceso por el cual las personas y las organizaciones adquieren control y dominio de sus propias vidas (Buelga, 2007, Rappaport, 1981). Para Rappaport (citado en Musitu y Buelga, 2004), existen dos componentes básicos en el empoderamiento: la autodeterminación individual, que capacita a la persona para tomar decisiones y resolver problemas por sí misma, y la participación democrática. Checkoway y Gutiérrez (2009) afirman que el empoderamiento permite que los jóvenes participen y tomen responsabilidad a través de la integración en actividades significativas en sus comunidades. Por otro lado, la Asociación Cristiana de Jóvenes (YMCA), organización especialista en programas juveniles a nivel mundial, entiende el empoderamiento como “dar a los jóvenes la plataforma y las herramientas necesarias (...) para sentirse valiosos, de confianza y capaces de creer en las posibilidades, fomentar la confianza en sí mismos para dirigir y creer que pueden hacer la diferencia” (World Alliance of YMCA's, 2012, p.7).

Si bien diversas organizaciones trabajan el tema del empoderamiento, las herramientas y las estrategias que se usan para su implementación pueden variar. Frydenberg y Brandon (2007), por ejemplo, desarrollaron un programa llamado “The Best of Coping”, el cual está dirigido a personas que trabajan con adolescentes y está compuesto por módulos que ayudarán a los jóvenes a desarrollar resiliencia y estrategias de afrontamiento que los ayuden a enfrentar mejor sus problemas. En Lima existen también diferentes programas dirigidos a adolescentes, que trabajan en función a los factores de riesgo y factores protectores de esta etapa. Por ejemplo, la Municipalidad Metropolitana de Lima desarrolló el programa “Plan para chicos y chicas”, que brinda formación personal, laboral y de emprendimiento para adolescentes y jóvenes de 15 a 25 años (Gerencia de Planificación, 2013a, 2013b).

Por otra parte, la YMCA cuenta con un programa de formación de líderes llamado “Prolíder”, que tiene como objetivo promover el empoderamiento juvenil y el liderazgo cristiano en adolescentes. “Prolíder” está dirigido a adolescentes de 13 a 17 años de edad y consiste en tres

niveles de formación, de un año de duración cada uno. El primer año está dirigido al desarrollo individual y autoconocimiento, mientras que en el segundo año se busca que los adolescentes desarrollen habilidades de manejo de grupos y estrategias lúdicas de recreación. El tercer año de formación se orienta a que los adolescentes puedan consolidar lo aprendido y lo puedan poner en práctica, mediante la planificación y ejecución de actividades dirigidas a la recreación de niños, adultos e incluso otros adolescentes. La metodología está basada en el aprendizaje vivencial a través de dinámicas grupales y reflexiones de las mismas.

Un elemento a considerar respecto a los programas de empoderamiento juvenil y su importancia es la situación actual y las características de los adolescentes y jóvenes en el Perú. Los resultados del último censo de población y vivienda indican que aproximadamente el 28% de la población total está conformada por personas entre los 15 y 29 años de edad (INEI, 2007). Según la primera encuesta nacional de la juventud peruana, los principales problemas que aquejan a los jóvenes son la delincuencia y el pandillaje, la falta de oportunidades para acceder a un trabajo y el consumo excesivo de drogas y alcohol (SENAJU, 2011). A pesar del impacto de estas problemáticas a nivel social, una investigación realizada por el Fondo para la Infancia de las Naciones Unidas (UNICEF, 2011) indica que la aceptación de la importancia de la adolescencia es relativamente reciente, ya que para muchas sociedades el límite entre la infancia y la adultez era bastante difuso. Sin embargo, actualmente se reconoce que la adolescencia es una etapa independiente, con considerables cambios físicos, emocionales y cognitivos (Feldman, 2007).

La Organización Mundial de la Salud (OMS) propone contemplar la adolescencia en dos etapas: la adolescencia temprana (de los 10 a los 14 años de edad) y la adolescencia tardía (de los 15 a 19 años) (UNICEF, 2011). Por otro lado, Carvajal (1993) propone la clasificación de la adolescencia en las etapas puberal, nuclear y juvenil. La etapa puberal, la cual se presenta en las mujeres entre los 11 y 13 años de edad y en los hombres entre los 13 y 15 años, se caracteriza fundamentalmente por el rompimiento con la etapa infantil y un aislamiento del mundo exterior. En la etapa nuclear los cambios se centran en el desarrollo mental, afectivo y social y se produce un enfrentamiento más fuerte con la autoridad. Se presenta en las mujeres entre los 13 y 16 años de edad y en los hombres entre los 15 y 18 años. Por último, la etapa juvenil consiste en un proceso de transición del periodo de la adolescencia a la adultez, implica una mayor aceptación

de sí mismo y un sentido de identidad más definido, se presenta entre los 16 y 19 años en las mujeres, y entre los 18 y 21 años en los hombres.

La adolescencia también puede ser estudiada desde distintos ámbitos del desarrollo, es decir, desde la esfera cognitiva, social, emocional, moral y sexual. En lo referente a la esfera cognitiva, el pensamiento de los adolescentes puede seguir siendo inmaduro aun cuando tengan la capacidad de realizar un razonamiento abstracto y juicios morales más sofisticados (Papalia, 2005; Rice, 2000). En el ámbito social, el grupo y la pertenencia a un grupo de pares cobran importancia en el desarrollo del adolescente (Compas y Warner, 1991; Méndez y Barra, 2008; Orcasita y Uribe, 2010). Rice (2000) menciona que esta dimensión social ejerce impacto sobre lo moral, de manera que los adolescentes se guían fundamentalmente de sus iguales como reacción ante la ignorancia y el rechazo hacia sus padres.

Respecto al desarrollo moral, Lawrence Kohlberg propone que el nivel convencional sería propio de los adolescentes y de la mayoría de adultos (Coon, 2005). En este nivel, el razonamiento se basa en el deseo de agradar a los demás o de seguir los valores aceptados (Rice, 2000). En lo referido a la esfera emocional del desarrollo adolescente, Carvajal (1993) menciona que la adolescencia se caracteriza por la evaluación de la identidad y búsqueda de autonomía. En la etapa puberal, el adolescente buscará liberarse de todo aquello que no pertenezca a su self y dará gran importancia a su aspecto corporal. En la etapa nuclear, el joven traslada el vínculo que tenía con sus padres hacia sus pares y amigos. Y en la etapa juvenil, el adolescente renuncia a su identidad grupal a través de la propia internalización y formación de un yo más estructurado.

Debido a que la identidad se encuentra en proceso de cambio y constitución, el adolescente puede convertirse en un seguidor que no cuestiona al líder, vulnerable a ser objeto de sus aspiraciones y deseos, especialmente si no se encuentra en un espacio que propicie el cuestionamiento de lo aprendido (Carvajal, 1993; Coon, 2005).

A nivel de la investigación sobre esta etapa del desarrollo, se evidencia un énfasis en la conducta disfuncional en lugar de considerar los recursos, lo cual la estigmatiza indebidamente y descuida el efecto que el bienestar y la felicidad tienen sobre el funcionamiento psicológico (Contini, 2006; Contini et al., 2003; Veenhoven, 2004). En la misma línea, se ha criticado a los estudios clásicos que consideraban que el bienestar psicológico no era más que la ausencia de malestar o de patología (Casullo, 2002). En este contexto, la psicología positiva propone el

estudio de las experiencias subjetivas valoradas y los rasgos individuales positivos (Seligman, 2002; Seligman y Csikszentmihalyi, 2000).

Entre los constructos estudiados por la psicología positiva se encuentra el bienestar, que comprende la satisfacción de las necesidades psicológicas básicas y la actualización de las capacidades de las personas (Barra, 2011; Ryff, 1989; Ryff y Singer, 2007). Se pueden identificar dos enfoques del bienestar, el primero es el enfoque hedónico, que se refiere a la felicidad, la satisfacción con la vida y el balance afectivo, y es representado por el bienestar subjetivo (Diener, Oishi y Lucas, 2011; Kim-Prieto, Diener, Tamir, Scollon y Diener, 2005). Por otro lado, el enfoque eudaimónico se refiere a la evaluación del individuo de su desarrollo personal, y es representado por el bienestar psicológico (Keyes, 2006; Ryff y Singer, 2007).

Así pues, el bienestar psicológico tiene que ver con la realización de actividades que conducen a la elevación de los potenciales humanos y con “la valoración del resultado logrado con una determinada forma de haber vivido” (Casullo, 2002, p.7) y es mucho más amplio que la estabilidad de los afectos positivos (Ryan y Deci, 2001; Ryff, 1989; Ryff y Singer, 2007; Strümpfer, 2002 citado en Cubas, 2006). Autores como DeNeve y Cooper (1998) hallaron que bajo determinadas condiciones, la experiencia de sentimientos negativos es parte del funcionamiento integrado del ser humano y en consecuencia, produce un mayor nivel de bienestar. Por otro lado, se plantea que el bienestar psicológico posee componentes estables y cambiantes, siendo el aspecto cognitivo el que se mantiene más estable en el tiempo y el componente afectivo, el que es más momentáneo y cambiante (Diener, 1994; Casullo, 2002).

Para Ryff (1986; 2007), el bienestar psicológico debía ser entendido a partir de un modelo multidimensional compuesto por seis factores, los cuales definirían qué es lo que promueve una salud emocional y física (Ryan y Deci, 2001). Los seis factores son: autoaceptación, crecimiento personal, propósito en la vida, relaciones positivas con otros, dominio ambiental y autonomía (Barra, 2011; Ryff, 1989; Ryff y Singer, 2007).

La psicóloga María Martina Casullo indagó sobre el constructo de bienestar psicológico en la adolescencia, para lo cual adaptó el modelo de Ryff (1989; 2007), considerando cuatro de los seis factores. Así pues, el constructo de bienestar formulado por la autora consideraba las dimensiones de control de situaciones, vínculos psicosociales, proyectos y aceptación de sí mismo (Casullo y Castro, 2000). La dimensión de control de situaciones se refiere a tener una

sensación de control y de autocompetencia. Asimismo, está relacionada con poder crear o moldear contextos para adecuarlos a las propias necesidades (Casullo, 2002). La dimensión de vínculos psicosociales hace referencia a la capacidad para establecer buenas relaciones con los demás, basadas en la calidez, confianza y capacidad empática. El área de proyectos tiene que ver con tener metas y proyectos en la vida, mientras que la dimensión de aceptación de sí mismo se refiere a poder aceptar los diferentes aspectos de cada uno, ya sean positivos o negativos.

En lo relacionado a variables vinculadas con bienestar psicológico, se ha encontrado que las variables sociodemográficas no son buenos predictores del bienestar (Casullo y Castro, 2000). Sin embargo, la información no es concluyente, ya que otros estudios han hallado que las condiciones sociodemográficas pueden alterar momentáneamente el nivel de bienestar de una persona, aunque luego éste tiende a volver a una línea base (Casullo, 2002). Bajo este argumento, el bienestar psicológico estaría fuertemente ligado a componentes temperamentales de la persona (Keyes, Shmotkin y Ryff, 2002; Schumutte y Ryff, 1997). No obstante, desde una mirada sociológica, diversos autores sostienen que el bienestar es un constructo estable a corto plazo pero no a largo plazo, de tal manera que no es inmutable y está sometido a una evaluación de la situación personal de cada individuo (Casullo, 2002).

Respecto a investigaciones recientes sobre bienestar psicológico, se han llevado a cabo diversos estudios en población adolescente escolar (Barra, 2011; Casullo y Castro, 2000; Contini, Cohen, Coronel y Figueroa, 2006; Cruz, Moganto, Montoya y González, 2002; Garín, 2011; Martínez y Morote, 2002). En estas investigaciones, se analizó el comportamiento de la variable de bienestar psicológico en Argentina, Chile, España y Perú. En adición a ello, en la investigación realizada por Garín (2011) se analizó la relación entre bienestar y afrontamiento.

En lo que se refiere a las variables sociodemográficas, los resultados de la investigación realizada por Casullo y Castro (2000) indican que la variable género no parece afectar la percepción del bienestar psicológico. No obstante, otros estudios señalan que sí existen diferencias significativas según el género y que son las mujeres las que obtienen un mayor puntaje en el área de vínculos psicosociales y relaciones con otros (Barra, 2011; Garín, 2011; Martínez y Morote, 2002), mientras que los hombres reportan un mayor puntaje en la dimensión aceptación de sí mismo (Cruz et al., 2002; Garín, 2011).

Por otro lado, respecto a la edad algunos estudios coinciden en que no existen diferencias significativas en el bienestar psicológico respecto (Casullo y Castro, 2000; Contini, Cohen, Coronel y Figueroa, 2006). Sin embargo, resultados de otras investigaciones señalan que el nivel de bienestar va aumentando con los años (Cruz et al., 2002). Otra investigación encontró que la edad tiene un efecto sobre el bienestar psicológico pero de manera inversa, ya que se halló que el grupo de adolescentes de 13 a 15 años mostraba puntajes más altos que los de 16 a 18 años (Martínez y Morote, 2002).

En la línea del modelo salugénico de bienestar, un aspecto importante tiene que ver con la manera en que la persona afronta el estrés, ya que tendría un efecto diferencial en la salud mental y física de los jóvenes (Blalock y Joiner, 2000; Contini et al., 2003; Seiffge-Krenke, 2001; Seiffge-Krenke, Aunola y Nurmi, 2009). El afrontamiento es definido como el conjunto de esfuerzos cognitivos y conductuales que se modifican y desarrollan para manejar las demandas externas y/o internas, que son percibidas como excedentes de los recursos del individuo (Lazarus y Folkman, 1984).

Según el modelo de Seiffge-Krenke (1995) sobre cuestiones principales en relación al estrés y afrontamiento, son tres procesos los que influirían en el afrontamiento en la adolescencia: los eventos generadores de estrés, los recursos internos y las relaciones con los pares e iguales.

En relación a los eventos generadores de estrés, Coleman y Hendry (2003) los clasifican en tres tipos. En primer lugar, se encuentran los acontecimientos normativos, que son procesos a los que todos tienen que enfrentarse, como los cambios físicos en la adolescencia. En segundo lugar, los sucesos no normativos, que son eventos que afectan de manera individual, como el divorcio de los padres. Y por último, las irritaciones cotidianas, que si bien parecen generar estrés en una escala menor, tienen un efecto acumulativo. Coleman y Hendry (2003) agregan que el estrés experimentado varía también de acuerdo a las variables de sexo, edad y origen étnico.

Por otro lado, los recursos internos se refieren a componentes como el autoconcepto y la estructura de personalidad (Seiffge-Krenke, 1995). Adicionalmente, Barra (2003) señala que los distintos recursos con los que las personas cuentan para afrontar el estrés son mediadores entre los eventos estresantes y las reacciones del individuo. Lazarus y Folkman (1984) agruparon los recursos para afrontar el estrés en cinco categorías: salud y energía, creencias positivas, habilidades de resolución de problemas, habilidades sociales y recursos materiales.

Como tercer factor influyente en el afrontamiento del adolescente se encuentran las relaciones con los pares e iguales, ya que la dependencia e importancia de los amigos aumenta en esta etapa del desarrollo (Seiffge-Krenke, 1995; Seiffge-Krenke, Aunola y Nurmi, 2009). Investigaciones refieren que entre el 46% y 82% de los eventos estresores diarios están vinculados a las relaciones interpersonales (Seiffge-Krenke, 2006). Así pues, el afrontamiento será diferente según la vivencia de los tres procesos mencionados por cada adolescente.

Asimismo, el tipo de afrontamiento dependerá también de la evaluación que realice la persona ante cualquier situación (Lazarus y Folkman, 1986). En primer lugar, se encuentra la evaluación primaria, la cual consiste en catalogar la experiencia como pérdida, amenaza, daño o desafío. En segundo lugar, ocurre la evaluación secundaria, que radica en evaluar los recursos personales con los que se cuenta para afrontar dicha situación. Y por último, la reevaluación, que permite modificaciones en los dos primeros niveles (Lazarus y Folkman, 1986).

Adicionalmente, existen dos conceptos necesarios para la comprensión del afrontamiento. En primer lugar están los estilos de afrontamiento, que son predisposiciones personales para hacer frente a diversas situaciones y a su vez son los que determinan el uso de ciertas estrategias de afrontamiento. Fernández Abascal, Palmero, Chóliz y Martínez (1997) señalan que las estrategias de afrontamiento son los procesos concretos y específicos que se utilizan según el contexto y que por lo tanto pueden ser cambiantes según las condiciones.

En un primer momento, Lazarus y Folkman (1984) plantearon dos estilos de afrontamiento, aquel centrado en el problema y el estilo centrado en la emoción. El afrontamiento centrado en el problema implica esfuerzos para modificar o manejar el problema que provoca estrés al individuo. Los autores señalan que este estilo se usa con más frecuencia cuando la situación puede cambiar. Por otro lado, el afrontamiento centrado en la emoción tiene que ver con la regulación de las respuestas emocionales frente al problema que causa estrés (Weingberg y Gould, 2010).

Skinner y Zimmer-Gembeck (2007) señalan que el temperamento, el desarrollo y la socialización son factores determinantes del afrontamiento. Es por ello que diversos investigadores se han preguntado si es que los modelos o resultados encontrados en los diversos estudios sobre afrontamiento en adultos podrían ser generalizables a poblaciones más jóvenes (Canessa, 2002).

En esta línea, Erica Frydenberg (2008) se dedicó al estudio del afrontamiento en adolescentes y a partir de ello construyó una escala de medición junto con Ramon Lewis (Frydenberg y Lewis, 1993). A partir de los conceptos desarrollados por Lazarus y Folkman (1984), la autora realizó múltiples estudios y concluyó que el afrontamiento es una respuesta ante las demandas que enfrenta cada individuo y que puede ser de tres tipos: resolver el problema y referencia a los otros, considerados como estilos productivos o funcionales, y afrontamiento no productivo, el cual es disfuncional (Solís y Vidal, 2006). El primer estilo refleja la tendencia a abordar las dificultades de manera directa, mientras que el segundo implica compartir las preocupaciones con los demás y buscar soporte en ellos (Solís y Vidal, 2006). En el caso del tercer estilo, las estrategias indican cierta incapacidad para manejar la demanda (Canessa, 2002). En total, son 18 las estrategias de afrontamiento que se encuentran divididas en los tres estilos. Frydenberg (2008) menciona que estas estrategias no deben ser catalogadas como buenas o malas, sino más bien, se debe observar cómo es que funcionan en la vida de cada persona.

En lo referente a investigaciones realizadas sobre afrontamiento en adolescentes, Contini, Cohen, Coronel y Figueroa (citados en Contini, 2006), estudiaron la asociación entre bienestar psicológico y afrontamiento en adolescentes de 13 a 18 años en Argentina. Los resultados mostraron que los adolescentes de edades entre 13 y 15 años utilizan preferentemente el estilo centrado en la emoción y los mayores (entre 16 y 18 años), el estilo centrado en el problema. Respecto a la variable de género, los resultados señalan que los varones usan con mayor frecuencia las estrategias de búsqueda de diversiones relajantes y distracción física. Y en cuanto a las mujeres, los estudios coinciden en que la estrategia más usada es la de búsqueda de apoyo social.

En Perú, las investigaciones sobre este constructo en población adolescente son escasas. Algunas de las investigaciones encontradas se centran en población escolar (Garín, 2011; Martínez y Morote, 2001; Obando, 2011), mientras que otras cuentan con participantes universitarios de los primeros años (Boullosa, 2013; Mikkelsen, 2009). En estos estudios, los constructos asociados al afrontamiento fueron bienestar, preocupaciones, satisfacción con la vida, problemas y sintomatología depresiva.

En cuanto a los estilos de afrontamiento empleados, Mikkelsen (2009) y Obando (2011) coinciden en que resolver el problema es el más utilizado. Entre las estrategias de afrontamiento

más usadas, ambos estudios, además del de Martínez y Morote (2001), concuerdan en que preocuparse es la que se utiliza en mayor medida ante situaciones de estrés. En lo que se refiere a variables sociodemográficas, los estudios señalan que las mujeres hacen mayor uso que los hombres del estilo de afrontamiento no productivo (Garín ,2011; Mikkelsen, 2009; Obando, 2011). Los hombres reportan utilizar con más frecuencia las estrategias de distracción física e ignorar el problema (Martínez y Morote, 2001; Mikkelsen, 2009).

En lo que concierne a la edad, sólo en el estudio de Garín (2011) se encontraron diferencias significativas, donde los adolescentes de 14 a 16 años emplearon más el estilo no productivo que los adolescentes de 12 y 13 años. Por el contrario, en los otros dos estudios no se encontraron diferencias significativas en los estilos pero sí en algunas estrategias de afrontamiento. Así pues, los adolescentes entre 17 y 18 años tenderían a utilizar más la estrategia reducción de la tensión que los adolescentes menores. Por otro lado, se concluyó que los adolescentes entre 15 y 16 años tienden a hacer menor uso de la estrategia ignorar el problema que los adolescentes de otras edades (Obando, 2011).

Por todo lo mencionado, se puede concluir que en la adolescencia, la persona tiene que lidiar con diferentes exigencias psicosociales, y ello tendría una repercusión en su desarrollo y bienestar psicológico, influyendo en diferentes aspectos como en la confianza en sí mismo, la autoestima y el desarrollo de estrategias de afrontamiento (González, Montoya, Casullo y Bernanéu, 2002).

El estudio de las estrategias y estilos de afrontamiento usados por los adolescentes trataría de responder a la pregunta de qué factores protectores promueven el bienestar de este grupo, ya que el adecuado control frente a los estresores de la vida determinaría un afrontamiento exitoso y un buen nivel de bienestar psicológico (Contini et al., 2003; Seiffge-Krenke, 2001; Seiffge-Krenke, Aunola y Nurmi, 2009). En estudios previos con población adolescente se ha encontrado una relación positiva y significativa entre el estilo centrado en el problema y el bienestar psicológico; y una relación negativa y significativa entre el estilo no productivo y el bienestar psicológico (Contini, 2003). No obstante, no se han realizado investigaciones que estudien esta asociación en adolescentes que reciben una formación en empoderamiento juvenil.

Algunas investigaciones, como la de Silva y Martínez (2007) sobre la relación entre empoderamiento, participación y autoconcepto en adolescentes chilenos, sugieren que las

oportunidades de empoderamiento contribuyen de manera significativa al autoconcepto de la persona socialmente comprometida. Por otro lado, Alina Carter (2010) evaluó la efectividad del programa “The Best of Coping”, desarrollado por Frydenberg y Brandon en el 2007, a través de una comparación de resultados pretest y posttest entre un grupo de adolescentes que participó del programa y un grupo que no participó. Los resultados indican que los adolescentes que participaron en el programa reportaron hacer mayor uso del estilo de afrontamiento resolver el problema. En lo referido a otros constructos como evaluación del estrés, percepción del dominio, felicidad y satisfacción con la vida, no se encontraron diferencias significativas en función de la participación en el programa (Carter, 2010).

Así pues, con el fin de seguir la línea del modelo salugénico, el interés de esta investigación se dirige a identificar si la participación en programas de empoderamiento juvenil podría ser un factor protector para el adolescente, de manera que implique el uso de estrategias de afrontamiento más adaptativas y un nivel positivo de bienestar. Es por ello que es importante determinar si existen diferencias en bienestar y afrontamiento si se toma en cuenta la participación de los adolescentes en el programa, de forma que permita observar si estos programas deberían ser replicados por diferentes instituciones a nivel nacional.

Por esta razón, la presente investigación pretende comparar el nivel y el comportamiento de las variables de bienestar psicológico y afrontamiento entre adolescentes que asisten a un programa de empoderamiento y adolescentes escolarizados que no lo hacen. Adicionalmente, en el grupo de adolescentes que participan del programa, se buscará comparar las diferencias entre los participantes de primer, segundo y tercer año respecto a sus niveles de bienestar y su uso predominante de ciertos estilos y estrategias de afrontamiento. Por último, se buscará conocer la relación que existe entre las variables de bienestar psicológico, afrontamiento y participación en un programa de empoderamiento juvenil, para determinar la relación predictiva entre éstas.

Para el logro de los objetivos mencionados se planteó un estudio que, a partir de la evaluación psicométrica en un momento único, compare los niveles de bienestar psicológico y afrontamiento entre un grupo de adolescentes participantes de un programa de empoderamiento juvenil y un grupo de adolescentes de características similares que no lo hace.

Método

Participantes

En la presente investigación participaron 261 adolescentes entre los 14 y 17 años de edad. Sin embargo, se eliminaron 12 protocolos que tenían en blanco más de ocho de los ochenta ítems en el cuestionario de afrontamiento o más de uno de los trece ítems en el cuestionario de bienestar psicológico. También se eliminaron 9 casos que no contestaron todas las preguntas de la ficha sociodemográfica. Además, para formar el grupo comparativo, se utilizó la técnica de apareo (Hernández, Fernández y Baptista, 2010), con el objetivo de obtener un grupo de adolescentes que comparta la edad y el sexo con el grupo de participantes del programa de empoderamiento juvenil. De esta manera, el estudio quedó conformado por 150 participantes.

Del total, 75 forman parte del programa de empoderamiento juvenil Prolíder de la YMCA del distrito de Pueblo Libre, y cursan el 1°, 2° y 3° año del programa. Los 75 adolescentes que conforman el grupo de comparación estudian en un colegio particular del distrito de Breña y cursan del 3° al 5° año de secundaria. En cada grupo participaron 43 mujeres y 32 hombres.

Los participantes de esta investigación fueron contactados a través de un permiso con ambas instituciones. Luego, se envió un comunicado a los padres de familia en el que se les informaba sobre la investigación y se solicitaba que manifiesten si es que no autorizaban la participación de sus hijos. A los adolescentes se les brindó la misma información en el protocolo del consentimiento informado (ver Apéndice A), que debían firmar si es que aceptaban participar de la investigación.

Medición

Para la evaluación del bienestar psicológico se utilizó la escala BIEPS-J adaptada por Casullo y Castro (2000) en Argentina, en base a las seis dimensiones propuestas por Ryff (1989). Para su adaptación, en un primer momento se consideraron 5 dimensiones de bienestar psicológico (Autonomía, Control de situaciones, Vínculos psicosociales, Proyectos y Aceptación de sí mismo) y se emplearon cuatro ítems para cada una de ellas. Luego se llevó a cabo un análisis factorial con rotación varimax de sus elementos, y se eliminaron aquellos ítems que tuvieran

peso similar en más de un factor. Así pues, la versión final contó con la presencia de cuatro factores: Control de situaciones, Vínculos psicosociales, Proyectos y Aceptación de sí mismo, los cuales explicaban el 51% de la varianza de las puntuaciones (Casullo, 2002). El factor de Autonomía se eliminó por resultar poco claro según los análisis estadísticos. La confiabilidad total de la escala fue de 0.74.

Para determinar la validez convergente y concurrente, se llevaron a cabo estudios correlacionales con otras pruebas que miden también bienestar psicológico. En este caso, se esperaba encontrar correlaciones positivas con escalas de Satisfacción vital y correlaciones negativas con la presencia de síntomas clínicos, lo cual fue confirmado (Casullo, 2002).

La versión final de la escala BIEPS-J está compuesta por 13 ítems, que los evaluados deben responder en una escala Likert de tres opciones que va desde De acuerdo (3 puntos) hasta En desacuerdo (1 punto). Todos los ítems son directos y no se aceptan respuestas en blanco.

La prueba ha sido utilizada en Argentina y en España en diferentes investigaciones sobre bienestar psicológico en adolescentes (Contini, 2006; Casullo, 2002). En Perú, la prueba fue usada por Martínez y Morote (en Casullo, 2002). A través de esta investigación, se realizó un análisis factorial confirmatorio de los cuatro factores, que explicaron el 47% de la varianza total. Además, todos los ítems presentaron una correlación positiva con la escala total. Por otro lado, la confiabilidad, según el coeficiente de Alfa de Cronbach, fue de 0.57. El instrumento también fue utilizado por Garín (2011), quien estudió las variables de afrontamiento, problemas y bienestar psicológico en adolescentes escolares limeños de 12 a 16 años de edad. A partir de sus resultados, se realizó un análisis de consistencia interna donde todos los ítems mostraron correlaciones positivas con la prueba. Respecto a la confiabilidad, se obtuvieron coeficientes de Alfa de Cronbach para las escalas entre 0.40 y 0.54 y un coeficiente de 0.52 para el total de la prueba.

En el presente estudio se obtuvo un coeficiente de Alfa de Cronbach de 0.64. La escala de Control de situaciones obtuvo un índice de confiabilidad de 0.35, por lo que quedó excluida de los análisis posteriores debido a su bajo coeficiente. En cuanto a las demás escalas, se obtuvo un índice de 0.45 tanto para Vínculos como para Aceptación de sí mismo y 0.59 para Proyectos (ver Apéndice D).

Para evaluar los estilos y estrategias de afrontamiento utilizados por los participantes, se hizo uso de la Escala de afrontamiento para adolescentes – ACS (Adolescents Coping Scale), desarrollada por Frydenberg y Lewis en 1993. Este instrumento fue diseñado para ser aplicado en jóvenes de 12 a 18 años de edad.

El cuestionario ACS está compuesto por 80 ítems que evalúan 18 estrategias de afrontamiento agrupadas en tres estilos: resolver el problema, referencia a los otros y no productivo. Del total de ítems, 79 son de tipo cerrado y el último ítem es de tipo abierto, siendo su objetivo identificar otros tipos de estrategias usados por el encuestado que no hayan sido reportados a través de las preguntas cerradas. Los 79 ítems cerrados se puntúan de manera directa mediante una escala Likert que va desde Nunca lo hago (1 punto) hasta Lo hago con mucha frecuencia (5 puntos).

Las 18 estrategias de afrontamiento que componen el ACS son: Buscar apoyo social, Concentrarse en resolver el problema, Esforzarse y tener éxito, Preocuparse, Invertir en amigos íntimos, Buscar pertenencia, Hacerse ilusiones, Falta de afrontamiento, Reducción de la tensión, Acción social, Ignorar el problema, Autoinculparse, Reservarlo para sí, Buscar apoyo espiritual, Fijarse en lo positivo, Buscar ayuda profesional, Buscar diversiones relajantes y Distracción física. Cada una de las estrategias contiene diferente número de reactivos. Así pues, las nueve primeras estrategias tienen cinco ítems, las siete siguientes tienen cuatro reactivos y las últimas dos cuentan con tres reactivos cada una.

Las autoras Frydenberg y Lewis (1997) desarrollaron dos versiones del ACS, una de ellas es llamada Forma Específica ya que busca evaluar las respuestas ante un problema particular expuesto por el encuestado o por el evaluador. La segunda forma es llamada Forma General, cuyo objetivo es el de evaluar cómo afronta el sujeto sus problemas de manera general.

Pereña y Seisdedos (1997) realizaron la adaptación al español con una muestra de 452 adolescentes entre 12 y 20 años de edad. En esta investigación, la prueba presentó un coeficiente de Alfa de Cronbach de 0.75.

En Perú, la versión española fue adaptada por Canessa (2002) en un grupo de 1236 adolescentes escolares de Lima Metropolitana. En primer lugar, se llevó a cabo la adaptación lingüística de la prueba, luego de ser revisada por diferentes jueces, y fue aplicada a un grupo piloto. Luego de esta aplicación, se realizaron modificaciones en la redacción de ítems y alternativas de respuesta y se obtuvo una versión que fue usada para la administración final.

Respecto a la validez, se realizó un análisis factorial de las escalas en tres etapas, en las cuales se agrupó de manera aleatoria 6 escalas o estrategias diferentes. A partir de este análisis, se decidió incluir algunos ítems específicos en ciertas escalas, a fin de incrementar su validez. Seguidamente, se realizó el análisis factorial del ACS revisado y se identificó seis factores que explicaron el 67.6% del total de la varianza, lo que confirmó la validez de constructo. Por último, se realizó el análisis de confiabilidad, que demostró que todas las escalas de la prueba eran confiables, con índices de Alfa de Cronbach desde 0.48 para Buscar diversiones relajantes, hasta 0.84 para Distracción física.

En la presente investigación se utilizó la Forma General en la versión española adaptada por Pereña y Seisdedos (1997), debido a que ha sido usada en diferentes estudios con poblaciones similares en nuestro medio, obteniendo resultados confiables (Martínez y Morote, 2001; Mikkelsen, 2009).

En los análisis de confiabilidad de la presente investigación, la escala total obtuvo un coeficiente de Alfa de Cronbach de .87, así como índices entre .48 y .79 para las subescalas (ver Apéndice D). Debido a la confiabilidad, se decidió incluir todas las escalas de afrontamiento (tres estilos y dieciocho estrategias) para los análisis posteriores.

Procedimiento

En primer lugar, se solicitaron los permisos correspondientes en las dos instituciones, para lo cual se explicaron los objetivos y la metodología de la investigación a sus autoridades. Luego se procedió a coordinar fechas y horarios, así como el lugar de aplicación de las pruebas. En las dos instituciones se repartieron circulares informativas a los alumnos, dirigidas a sus padres, una semana antes de la aplicación. A través de ellas, se les hizo saber sobre el estudio y se les pidió que informen si es que no consentían la participación de su hijo. La aplicación de instrumentos se dio durante el mes de agosto. En el caso de los alumnos del colegio, fueron reunidos en aulas según su año escolar. Para los adolescentes participantes del programa de empoderamiento juvenil, la evaluación se realizó en grupos organizados según su año de participación en el programa. La aplicación fue grupal y simultánea, con el apoyo de estudiantes de los últimos años

de Psicología de la PUCP. Se procedió a explicar a los adolescentes los objetivos y lineamientos de la investigación, y se les invitó a participar de manera voluntaria en la misma.

A los alumnos que accedieron a participar, se les entregó el protocolo del consentimiento informado (ver Apéndice A), la ficha sociodemográfica (ver Apéndice B) y los dos cuestionarios (ACS y BIEPS-J). En el momento de la aplicación, los participantes fueron supervisados por la investigadora o sus colaboradores, con la finalidad de absolver cualquier duda respecto a la prueba. Los adolescentes de ambas instituciones demoraron aproximadamente treinta minutos en responder todos los instrumentos.

Análisis de datos

Luego de haber concluido la recolección de datos, se procedió a realizar el análisis estadístico de los mismos creando para ello una base con la ayuda del programa SPSS-21. En primer lugar, se procesaron los estadísticos descriptivos de las características sociodemográficas de la muestra, como la frecuencia y porcentajes respectivos. Posteriormente, se procedió a realizar la prueba de normalidad Kolmogorov-Smirnov para saber qué tipo de distribución seguían las escalas (ver Apéndice C).

Así pues, para la comparación de medias en bienestar psicológico y afrontamiento en función de la participación en el programa de empoderamiento juvenil, según la distribución, se usaron los estadísticos T-Student o U de Mann Whitney, para muestras independientes. En el caso del grupo de adolescentes participantes, también se compararon las medias en función del año del programa en que se encontraba el participante; para ello se utilizaron los estadísticos ANOVA y Kruskal Wallis según la distribución de las escalas. Por último, para estudiar la relación que existe entre las variables de bienestar psicológico, afrontamiento y participación en un programa de empoderamiento juvenil, se realizaron análisis de regresión lineal múltiple.



Resultados

A continuación se detallan los resultados significativos de la investigación de acuerdo a los objetivos planteados. En primer lugar, se presentan las diferencias en los niveles de bienestar psicológico y afrontamiento según la participación o no en el programa de empoderamiento juvenil. Luego, se presentan las diferencias en cuanto a bienestar psicológico y afrontamiento en los participantes del programa según su año de participación. Por último, se muestra la relación existente entre bienestar psicológico, afrontamiento y participación en el programa de empoderamiento.

Respecto a la variable de participación, los resultados muestran que los adolescentes participantes reportan un mayor nivel de bienestar general que los adolescentes que no participan en el programa. En la misma línea, respecto a las áreas del bienestar psicológico, los participantes en el programa muestran un mayor puntaje en el área de proyectos que los adolescentes no participantes. No se encontraron diferencias significativas según el año de participación en el programa.

Tabla 1
Diferencias en bienestar psicológico según participación

	No participan (N=75)		Sí participan (N=75)		U
	Mdn	DE	Mdn	DE	
Bienestar Total	34.00	2.984	36.00	2.677	1713.0***
Proyectos	8.00	1.432	9.00	1.037	2015.5**

*p<0.05 **p<0.01 ***p<0.001

En lo referido a afrontamiento, se encontraron diferencias significativas en el uso de estilos y estrategias entre los adolescentes participantes y los que no participan de un programa de empoderamiento juvenil. En este sentido, los resultados señalan que los adolescentes que participan en el programa tienden a utilizar más los estilos resolver el problema y referencia a los otros, que los adolescentes que no participan. En cuanto a las estrategias de afrontamiento, los resultados señalan que los adolescentes participantes tienen una tendencia a hacer mayor uso de las estrategias concentrarse en resolver el problema, esforzarse y tener éxito, buscar apoyo social, buscar apoyo espiritual y preocuparse. Por otro lado, se encuentran diferencias significativas en

el uso de la estrategia falta de afrontamiento, siendo los adolescentes no participantes los que hacen mayor uso de la misma.

Tabla 2
Diferencias en afrontamiento según participación

	No participan (N=75)		Sí participan (N=75)		t/U	p
	M/Mdn	DE	M/Mdn	DE		
Resolver el problema	354.07	52.210	381.39	47.866	-3.341	.001**
Concentrarse en resolver el problema	64.00	12.615	76.00	13.075	1696.5	.000***
Esforzarse y tener éxito	68.00	14.189	76.00	12.494	2227.5	.027*
Fijarse en lo positivo	70.00	14.179	80.00	12.027	1707.5	.000***
Referencia a los otros	348.27	65.812	383.75	61.563	.3.410	.001**
Buscar apoyo profesional	54.00	18.834	63.33	18.569	-3.056	.003**
Buscar apoyo social	68.00	16.188	72.00	15.489	2037.0	.003**
Buscar apoyo espiritual	50.00	15.583	60.00	15.025	1951.0	.001**
No productivo						
Preocuparse	72.00	12.346	80.00	12.471	2148.0	.012*
Falta de afrontamiento	40.00	13.683	36.00	12.791	2013.0	.003**

*p<0.05 **p<0.01 ***p<0.001

Por otro lado, según el año de participación en el programa de empoderamiento juvenil, se encontraron diferencias significativas en el uso del estilo referencia a los otros y en las estrategias de buscar apoyo profesional, invertir en amigos íntimos, buscar pertenencia y buscar apoyo social (tablas 3 y 4).

Tabla 3
Diferencias en afrontamiento según año de participación

	1er año (N=36)		2do año (N=25)		3er año (N=14)		F	p
	M	DE	M	DE	M	DE		
Referencia a los otros	361.44	68.196	402.08	47.812	408.36	46.435	5.098**	.009
Buscar apoyo profesional	57.36	18.765	67.00	17.20	72.14	16.138	4.272*	.018

*p<0.05 **p<0.01 ***p<0.001

Tabla 4
Diferencias en afrontamiento según año de participación

	1er año (N=36) Rango promedio	2do año (N=25) Rango promedio	3er año (N=14) Rango promedio	Chi cuadrado	P
Invertir en amigos íntimos	31.96	47.42	36.71	7.543*	.023
Buscar pertenencia	29.36	43.54	50.32	11.905**	.003
Buscar apoyo social	30.03	44.88	46.21	9.420**	.009

*p<0.05 **p<0.01 ***p<0.001

Al explorar las diferencias específicas entre los años de participación, se encontró que los adolescentes que cursan el segundo y tercer año del programa harían mayor uso del estilo referencia a los otros que los adolescentes de primer año. Por otro lado, también se muestran diferencias en la estrategia buscar apoyo profesional, siendo los participantes de tercer año los que muestran una mayor tendencia al uso de la misma en comparación con los participantes de primer año. También se encontró que los participantes de segundo año harían mayor uso de las estrategias invertir en amigos íntimos y buscar pertenencia, en comparación con los adolescentes de primer año. Por último, se encontró que los participantes de segundo y tercer año harían mayor uso de la estrategia buscar apoyo social respecto a los adolescentes de primer año.

Tabla 5
Diferencias en afrontamiento según año de participación

	(I)	(J)	Diferencia de medias (I-J)	Error típico	Intervalo de confianza al 95%	
					Límite inferior	Límite superior
Referencia los otros	1er año	2do año	-40,636*	15.207	-78.65	-2.62
		3er año	-46,913*	18.398	-92.90	-.92
Buscar apoyo profesional	1er año	3er año	-14,782*	5.61	-28.79	-.77

* p < 0.05

Tabla 6
Diferencias en afrontamiento según participación

	1er año (N=36)		2año (N=25)		3er año (N=14)		U	P
	Mdn	DE	Mdn	DE	Mdn	DE		
Invertir en amigos íntimos	68.00	14.735	80.00	10.333			259.5**	.005
Buscar pertenencia	68.00	13.266	76.00	8.327			277.0*	.011
Buscar apoyo social	35.00	11.680	45.00	13.048			271.5**	.008
Buscar apoyo social	35.00	11.680			47.50	16.392	143.5*	.018

*p<0.05 **p<0.01 ***p<0.001

Finalmente, a fin de conocer la relación entre bienestar psicológico, estilos de afrontamiento y la participación en el programa de empoderamiento juvenil, se realizó un análisis de regresión múltiple. El análisis se llevó a cabo introduciendo aquellas variables que mostraron correlación significativa y poseen un sustento teórico.

Considerando el bienestar como variable dependiente, se encontró una relación significativa y directa con las variables estilo de afrontamiento resolver el problema y la participación en el programa de empoderamiento juvenil; y una relación significativa e indirecta con el estilo de afrontamiento no productivo. Esto indica que estas tres variables tendrían un poder explicativo y estarían prediciendo el nivel de bienestar, siendo el estilo resolver el problema aquella con un mayor poder de predicción. Por otro lado, si se considera a la variable resolver el problema como dependiente, se encontró una relación significativa únicamente con bienestar. Respecto al estilo referencia a los otros como variable dependiente, se encontró que la participación en el programa de empoderamiento juvenil y el bienestar predecirían el estilo referencia a los otros ya que se evidencia una relación significativa. Por último, al tomar la variable de participación en el programa de empoderamiento juvenil como dependiente, se encontró una relación significativa con bienestar y el estilo de afrontamiento referencia a los otros; lo cual indicaría que estas dos variables tendrían un valor explicativo y estarían prediciendo la participación en el programa de empoderamiento juvenil.

Tabla 7

Análisis de regresión que predice el bienestar, los estilos de afrontamiento y la participación en programas de empoderamiento juvenil

Variable dependiente y variables predictoras	B	SE B	B	P	Modelo R ²
Bienestar					.45***
Resolver el problema	.03	.00	.47	.00	
No productivo	-.02	.00	-.31	.00	
Participación	1.00	.38	.17	.01	
Resolver el problema					.32***
Bienestar	9.77	1.18	.56	.00	
Referencia a los otros					.16***
Participación	21.99	10.51	.17	.04	
Bienestar	6.93	1.76	.31	.00	
Participación					.13***
Bienestar	.04	.01	.26	.00	
Referencia a los otros	.00	.00	.17	.04	

***p<0.001

Discusión

A continuación, se procederá a describir e interpretar los resultados obtenidos en la presente investigación. Para este fin, se empezará por discutir lo encontrado en relación a las diferencias en bienestar y afrontamiento entre los adolescentes que no participan y los que sí participan del programa de empoderamiento juvenil de la YMCA, de tal manera que responda al objetivo principal del estudio. Luego se discutirán los resultados sobre la relación entre bienestar psicológico, afrontamiento y participación en el programa, con el objetivo de entender si es que la participación en el programa podría ser un factor que potencie los recursos individuales de los adolescentes. Finalmente, se señalarán los principales alcances y limitaciones del presente estudio, además de las posibles líneas de investigación que podrían seguirse a futuro.

En la presente investigación se encuentra que los participantes del programa de empoderamiento juvenil reportan un mayor nivel de bienestar general que los adolescentes que no participan. Un alto nivel de bienestar psicológico implica tener un mayor nivel de autocompetencia y capacidad para encontrar sentido en la propia vida. Este hallazgo significaría que el programa brindaría las herramientas necesarias para que los adolescentes se sientan valiosos y capaces, objetivo principal del programa de empoderamiento juvenil de la YMCA (2012). Asimismo, confirmaría lo encontrado en otros estudios que sugieren que la participación en estos programas mejoraría aspectos del autoconcepto y la autocompetencia (Silva y Martínez, 2007).

Por otro lado, un alto nivel de bienestar también está relacionado con la capacidad que tiene la persona para establecer buenos vínculos (Contini et al., 2003). En esta línea, el presente estudio evidencia que los participantes desarrollarían buenas relaciones interpersonales gracias a los espacios de integración y socialización que brinda el programa de empoderamiento, y ello funcionaría como factor protector en la adolescencia (Martínez, Inglés, Piqueras y Oblitas 2010). Por último, un alto nivel de bienestar implica poseer recursos personales para hacer frente a las circunstancias problemáticas (Contini et al., 2003), lo cual está demostrado en estudios previos que indican que un afrontamiento exitoso determinaría un buen nivel de bienestar psicológico (Contini, 2006; Seiffge-Krenke, 2001; Seiffge-Krenke, Aunola y Nurmi, 2009). En este sentido, se supondría que los adolescentes participantes del programa de empoderamiento, al reportar

mayores niveles de bienestar, también harían uso de estrategias de afrontamiento más adaptativas (Contini, 2003). Esta relación fue analizada como parte del presente estudio y se detallará más adelante.

En cuanto a las dimensiones del bienestar, un hallazgo importante a discutir son las diferencias según participación en el área de proyectos del bienestar psicológico. En ese sentido, participar del programa de empoderamiento juvenil fomentaría que los adolescentes no sólo se sitúen en el presente sino que también consideren proyectos y metas a futuro. Para Guichard (1995), contar con una actitud reflexiva respecto al futuro, planes y proyectos no es una característica propia de la adolescencia sino más bien de la etapa adulta. Sin embargo, los adolescentes participantes cuentan con este recurso, el cual habrían desarrollado durante el programa a partir de actividades que los sitúan en situaciones hipotéticas y que los movilizan a reflexionar sobre su futuro.

Además del bienestar, otro aspecto que indica el funcionamiento adaptativo en la adolescencia es el afrontamiento (Blalock y Joiner, 2000; Contini et al., 2003; Seiffge-Krenke, 2001; Seiffge-Krenke, Aunola y Nurmi, 2009), por lo cual fue incluido como constructo a explorar. En el presente estudio, los participantes del programa demostrarían hacer mayor uso del estilo resolver el problema y de estrategias eficaces como resolver el problema, esforzarse y tener éxito, y fijarse en lo positivo. Este tipo de afrontamiento está fuertemente vinculado con altos niveles de bienestar psicológico y es considerado como un factor protector para el desarrollo del adolescente (Contini, 2006; Contini et al., 2003; Frydenberg, 2007; Hidalgo y Júdez 2007; Seiffge-Krenke, 2001; Seiffge-Krenke, Aunola y Nurmi, 2009). Este hallazgo demostraría que los adolescentes que obtienen mayores niveles de bienestar, tendrían también un afrontamiento más adaptativo que los ayuda a solucionar directamente los problemas. En esta idea radica la importancia de que los adolescentes desarrollen recursos personales que les permitan enfrentarse de manera adaptativa a los problemas cotidianos y propios de la adolescencia (Barra, 2003). El programa de empoderamiento estaría brindando herramientas y potenciando recursos en sus participantes, de tal manera que son capaces de resolver sus problemas y afrontarlos de una manera optimista.

Respecto al estilo referencia a los otros, se halló que los adolescentes que participan del programa de empoderamiento juvenil se apoyarían más en otras personas para poder enfrentar

sus problemas, en comparación con los que no participan. Los participantes usarían además estrategias específicamente relacionadas a la búsqueda de apoyo profesional, social y espiritual. Estos resultados guardarían relación con diferentes características del programa, como la posibilidad que los adolescentes tienen de interactuar no sólo con sus pares sino también con adultos tutores cuya misión es la de guiar y aconsejar al participante para su buen desenvolvimiento en el programa y en su vida personal. En lo referido a soporte de profesionales, estudios hechos sobre programas basados en el “mentoring”, que se centran en la relación de adolescentes con un adulto que se desempeña como modelo, demuestran que este tipo de relaciones joven-adulto contribuyen a generar resiliencia y mejorar los factores protectores del funcionamiento desadaptativo (Abad, 2006). Asimismo, respecto al apoyo espiritual que buscarían los participantes, el programa habría promovido que los adolescentes se apoyen en sus creencias religiosas y espirituales para hacer frente a sus problemas, ya que se caracteriza por fomentar, entre otras cosas, los valores cristianos.

Un hallazgo importante a discutir es referente a las diferencias encontradas en este estilo de afrontamiento y sus estrategias según el año de participación en el programa. Se encontró que los participantes de segundo y tercer año harían mayor uso del estilo referencia a los otros y de la estrategia buscar apoyo social en comparación a los de primer año. De igual modo, los participantes de segundo año tendrían un afrontamiento basado mayormente en el apoyo de amigos íntimos y búsqueda de pertenencia en el grupo en comparación con los de primer año. Estos hallazgos indicarían que la búsqueda de apoyo en otras personas para solucionar sus problemas podría ir aumentando a medida que los adolescentes participen más tiempo en el programa, de tal manera que también invertirían más tiempo interactuando con pares y profesionales.

En la adolescencia, las relaciones con los iguales constituyen una experiencia muy gratificante y un factor relevante para su socialización (Méndez y Barra, 2008; Orcasita y Uribe, 2010; Rice, 1997). De igual manera, se sabe que entre el 46% y 82% de los eventos estresores diarios están vinculados a las relaciones interpersonales (Seiffge-Krenke, 2006). Así pues, que los adolescentes encuentren respaldo en sus iguales significaría que pueden solucionar de manera más efectiva los problemas que se les presenten, y el programa de empoderamiento juvenil les estaría brindando ese espacio de socialización y soporte social.

En cuanto al estilo no productivo, el cual sería de tipo disfuncional (Solís y Vidal, 2006), los adolescentes que participan del programa se preocuparían más en comparación con los adolescentes que no participan. Si bien esta estrategia está ubicada en el estilo menos adaptativo, algunos autores mencionan que los adolescentes suelen preocuparse tanto a nivel personal y social, lo que los ayuda a pensar en soluciones para sus problemas y tomar acciones específicas a futuro, por lo que también podría ser entendida como una estrategia funcional (Contini et al., 2002 citado en Casullo, 2002; Gerrig y Zimbardo, 2005; Solís y Vidal, 2006). Es probable entonces que el programa de empoderamiento promueva que los participantes se preocupen acerca de su futuro y metas, lo cual se confirma con el alto nivel que reportan en el área de proyectos de bienestar psicológico.

Por otro lado, los adolescentes que no participan del programa demostrarían una incapacidad para enfrentarse a sus problemas, que se refleja en el uso de la estrategia de falta de afrontamiento. Esta diferencia reforzaría lo hallado en relación a que los participantes del programa de empoderamiento juvenil hacen mayor uso de estilos y estrategias más adaptativas y dirigidas a afrontar los problemas directamente.

Las diferencias encontradas en relación a bienestar y afrontamiento se pueden vincular con estudios que han correlacionado ambas variables (Garín, 2011; Gonzáles et al., 2002), los cuales sugieren que los estilos resolver el problema y referencia a los otros estarían asociados a altos niveles de bienestar. Asimismo, el presente estudio también investigó la relación entre bienestar y afrontamiento, y se encontró que existe una asociación bidireccional entre el bienestar psicológico y el estilo resolver el problema. Así pues, el alto bienestar estaría relacionado con los estilos dirigidos a la resolución del problema y de relación con los demás.

Ahora, si bien se ha encontrado que existen diferencias en bienestar y afrontamiento según la participación en el programa no se puede afirmar si es que el programa de empoderamiento juvenil haya causado mejoras en los niveles de bienestar y afrontamiento o si más bien los adolescentes, por sus altos niveles de bienestar y mejores estrategias de afrontamiento, hayan decidido participar del programa. Por esta razón, para complementar esta investigación, se analizó la relación entre la participación, el bienestar y el afrontamiento. Los hallazgos demuestran que hay una relación bidireccional entre bienestar y la participación en el programa, la cual sugiere que los adolescentes con un alto nivel de bienestar buscarían participar de

programas de socialización e intercambio con sus pares como el de empoderamiento juvenil. Del mismo modo, el participar del programa aumentaría el nivel de bienestar de los adolescentes. Esta correspondencia entre bienestar y participación confirmaría que el programa cumpliría las funciones de actualización de capacidades y elevación de potenciales humanos, las cuales están vinculadas al bienestar psicológico (Barra, 2011; Casullo, 2002; Ryff, 1989; Ryff y Singer, 2007).

Por otro lado, también se encontró que existía una relación bidireccional entre bienestar y el estilo de afrontamiento de referencia a los otros, lo cual confirmaría que los adolescentes que suelen buscar apoyarse de otras personas para solucionar sus problemas, buscarían precisamente espacios de socialización como el programa de empoderamiento juvenil. De igual manera, el programa reforzaría que los adolescentes usen estrategias de afrontamiento basadas en el apoyo entre pares, lo cual es de vital importancia en la adolescencia (Compas y Warner, 1991; Méndez y Barra, 2008; Orcasita y Uribe, 2010).

En base a lo discutido anteriormente, se evidenciaría que la participación en un programa de empoderamiento juvenil podría tener efecto en los niveles de bienestar psicológico y en el uso de estilos y estrategias de afrontamiento adaptativos. Esto significa que el programa sí cumpliría con sus objetivos planteados, que incluyen brindar a los adolescentes las herramientas para sentirse valiosos y capaces de marcar la diferencia (World Alliance of YMCA's, 2012).

Al ser esta investigación un primer intento de estudiar la participación en un programa de empoderamiento juvenil en nuestro contexto, este hallazgo cobra relevancia ya que implicaría que este tipo de programas de empoderamiento y fortalecimiento de recursos funcionaría como un factor protector ante los diversos problemas que afectan a la juventud en el Perú, como el pandillaje, delincuencia y el consumo de drogas y alcohol (SENAJU, 2011). De esta manera, la presente investigación demostraría que sería útil replicar este modelo de programa en otros grupos juveniles del país. Asimismo, se considera que esta investigación sería un aporte al estudio de rasgos positivos en la adolescencia, lo cual es reciente debido al énfasis que se daba en la conducta disfuncional de esta etapa del desarrollo (Contini, 2006; Contini et al., 2003; Veenhoven, 2004).

A pesar de que la presente investigación obtuvo hallazgos significativos, se puede identificar una limitación que gira en torno al instrumento utilizado en la evaluación de bienestar

psicológico. No se cuenta actualmente con un instrumento validado en Perú que evalúe este constructo en adolescentes, por lo que se recurre al único instrumento usado en otras investigaciones. Sin embargo, esta prueba tiene algunos problemas a nivel de confiabilidad. Por consiguiente, sería de total importancia el poder validar otro instrumento con mayor confiabilidad en nuestro contexto, de manera que permita obtener resultados más significativos.

Por otro lado, para futuras investigaciones se recomendaría que los constructos de bienestar y afrontamiento sean medidos a través de un estudio longitudinal que permita observar los efectos del programa de empoderamiento juvenil a través del tiempo en los mismos participantes.

Asimismo, también se podrían investigar cualitativamente las razones por las que un adolescente decide ingresar al programa, incluyendo variables sociodemográficas que permitan obtener información de factores que influyen en el bienestar y afrontamiento, como el nivel socioeconómico y estructura familiar.



Referencias

- Abad, J. (2006). *Estado del arte de los programas de prevención de la violencia de los jóvenes basados en el trabajo con la comunidad y la familia, con enfoque de género*. Lima: Organización Panamericana de la Salud.
- Barra, E. (2003). Influencia del estado emocional en la salud física. *Terapia psicológica*, 21(1), 55-60.
- Barra, E. (2011). Bienestar psicológico y orientación de rol sexual en adolescentes. *Liberabit*, 17(1), 31-36.
- Blalock, J. y Joiner, T. (2000). Interaction of Cognitive Avoidance Coping and Stress in Predicting Depression/Anxiety. *Cognitive Therapy and Research*, 24(1), 47-65.
- Boullosa, G. (2013). *Estrés académico y afrontamiento en un grupo de estudiantes de una universidad privada de Lima*. (Tesis de Licenciatura). Pontificia Universidad Católica del Perú. Recuperado de: http://tesis.pucp.edu.pe/repositorio/bitstream/handle/123456789/4880/BOULLOSA_GAL_ARZA_GINETTE_ESTRES_ACADEMICO.pdf?sequence=1
- Buelga, S. (2007). El empowerment: la potenciación del bienestar desde la psicología comunitaria. *Psicología Social y Bienestar: una aproximación interdisciplinaria*, 154 – 173.
- Canessa, B. (2002). Adaptación psicométrica de las escalas de Afrontamiento para adolescentes de Frydenberg y Lewis en un grupo de escolares de Lima Metropolitana. *Persona*, (5), 191-233.
- Carter, A. (2010). Evaluating the Best of Coping Program: Enhancing coping skills in adolescents. *Electronic theses and dissertations*. Recuperado de: <http://scholar.uwindsor.ca/cgi/viewcontent.cgi?article=1478&context=etd>
- Carvajal, G. (1993). *Adolescer: La aventura de una metamorfosis. Una visión psicoanalítica de la adolescencia*. Bogotá: Tiresias.
- Casullo, M. y Castro, A. (2000). Evaluación del bienestar psicológico en estudiantes adolescentes argentinos. *Revista de Psicología de la PUCP*, 18(1), 37-67.
- Casullo, M. (2002). *Evaluación del bienestar psicológico en Iberoamérica*. Buenos Aires: Paidós.

- Checkoway, B. y Gutiérrez, L. (2009). *Teoría y práctica de la participación juvenil y el cambio comunitario*. Barcelona: Editorial GRAÓ.
- Coleman, J. y Hendry, L. (2003). *Psicología de la adolescencia*. Madrid: Ediciones Morata.
- Compas, E., y Wagner, B. M. (1991). Psychosocial Stress during Adolescence: Intrapersonal and Interpersonal Processes. En M.E. Colten y S. Gore (Eds.), *Adolescent stress: Causes and Consequences* (pp. 67-85). New York: Walter de Gruyter, Inc.
- Contini, N. (2006). *Pensar la adolescencia hoy: de la psicopatología al bienestar psicológico*. Buenos Aires: Paidós.
- Contini, N., Coronel, P., Levin, M. y Estevez, A. (2003). Estrategias de afrontamiento y bienestar psicológico en adolescentes escolarizados de Tucumán. *Revista de Psicología PUCP*, 21(1), 179-200.
- Coon, D. (2005). *Fundamentos de Psicología*. México D.F.: Thomson.
- Cubas, Milagros. (2006). *Lo saludable: una propuesta para la comprensión de la salud mental desde el Psicoanálisis*. (Tesis de Maestría). Recuperado de: http://tesis.pucp.edu.pe/repositorio/bitstream/handle/123456789/108/CUBAS_LUGON_MILAGROS_LO_SALUDABLE.pdf?sequence=1
- DeNeve, K., y Cooper, H. (1998). The happy personality: a meta-analysis of 137 personality traits and subjective well-being. *Psychology Bulletin*, 124(2), 197- 229.
- Diener, E. (1994). Assessing subjective well-being: Progress and opportunities. *Social indicators Research*, 31, 103-157.
- Diener, E., Oishi, S., y Lucas, R. (2011). Subjective Well-Being: The science of happiness and life satisfaction. En C. R. Snyder y S. J. Lopez (Eds.), *Oxford handbook of positive psychology*. Second Edition (pp. 187-194). New York: Oxford University Press, Inc.
- Feldman, R. (2007). *Desarrollo psicológico a través de la vida* (4ta ed.) (Trad. M.E. Ortiz). México, D.F: Pearson Educación.
- Fernández-Abascal, E., Chóliz, M., Palmero, F. y Martínez, F. (1997). *Cuaderno de prácticas de motivación y emoción*. Madrid: Pirámide.
- Frydenberg, E. (1997). *Adolescent Coping: Theoretical and Research Perspectives*. London: Routledge.

- Frydenberg, E. y Brandon, C. (2007). *The Best of Coping: Developing Coping Skills for Adolescents*. Melbourne: Australian Council for Educational Research.
- Frydenberg, E. (2008). *Adolescent coping: Advances in theory, Research and Practice*. New York: Routledge.
- Frydenberg, E. y Lewis, R. (1997). *Manual de la Escala de afrontamiento para adolescentes*. Adaptación española de Jaime Pereña y Nicolás Seisdedos. Madrid: TEA.
- Garín, N. (2011). *Problemas, afrontamiento y bienestar psicológico en adolescentes*. (Tesis de Licenciatura). Pontificia Universidad Católica del Perú.
- Gastañaduy, K. (2013). *Motivación intrínseca, extrínseca y bienestar psicológico en trabajadores remunerados y voluntarios*. (Tesis de Licenciatura). Pontificia Universidad Católica del Perú. Recuperado de: http://tesis.pucp.edu.pe/repositorio/bitstream/handle/123456789/5012/GASTANADUY_FIESTAS_KARLA_MOTIVACION_VOLUNTARIOS.pdf?sequence=1
- Gerencia de Planificación (2013a). *Plan de Acción 2014*. Lima: Municipalidad Metropolitana de Lima. Recuperado de: http://www.munlima.gob.pe/images/descargas/gobierno-abierto/transparencia/mml/planeamiento-y-organizacion/planeamiento-organizacion/PLAN_DE_ACCION_MML_2014.pdf
- Gerencia de Planificación (2013b). *Plan Estratégico Institucional 2011-2014*. Lima: Municipalidad Metropolitana de Lima. Recuperado de: <http://www.munlima.gob.pe/images/descargas/gobierno-abierto/transparencia/mml/planeamiento-y-organizacion/planeamiento-organizacion/PEI-1722.pdf>
- Gerrig, R. y Zimbardo, P. (2005). *Psicología y vida* (José Dávila y Leticia Pineda trad.). México: Pearson Educación. (Obra original publicada en 2001).
- González, R., Montoya, I., Casullo, M. y Bernanéu, J. (2002). Relación entre estilos y estrategias de afrontamiento y bienestar psicológico en adolescentes. *Psicothema*, 14(2), 363-368.
- Guichard, J. (1995). *La escuela y las representaciones de futuro de los adolescentes*. Barcelona: Laertes.
- Hernández, R., Fernández, C. y Baptista, P. (2010). *Metodología de la investigación*. México D.F: McGraw-Hill.

- Hidalgo, M. y Júdez, J. (2007). Adolescencia de alto riesgo. Consumo de drogas y conductas delictivas. *Pediatría Integral*, 11(10), 895-910.
- Instituto Nacional de Estadística e Informática. (2007). *Censos nacionales 2007 XI de población y VI de vivienda*. Recuperado de Instituto Nacional de Estadística e Informática. INEI: <http://censos.inei.gob.pe/Censos2007/redatam/#>
- Keyes, C. (2006). Subjective well-being in mental health and human development research worldwide: An introduction. *Social Indicators Research*, 77(1), 1-10.
- Keyes, C., Shmotkin, D. y Ryff, C. (2002). Optimizing Well-Being: The Empirical Encounter of Two Traditions. *Journal of Personality and Social Psychology*. 82(6), 1007-1022.
- Kim-Prieto, Ch., Diener, E., Tamir, M., Scollon, C. y Diener, M. (2005). Integrating the diverse definitions of happiness: A time-sequential framework of subjective well-being. *Journal of Happiness Studies*, 6(3), 261-300.
- Laufer, M. (1997). *Adolescent breakdown and beyond*. Madison: University Press.
- Lazarus, R. y Folkman, S. (1984). *Stress, appraisal, and coping*. New York: Springer Publishing Company.
- Lazarus, R., y Folkman, S. (1986). Estrés y procesos cognitivos. Barcelona: Ed. Martínez Roca.
- Martínez, A., Inglés, C., Piqueras, J y Oblitas, A. (2010). Papel de la conducta prosocial y de las relaciones sociales en el bienestar psíquico y físico del adolescente. *Avances de la psicología latinoamericana*, 28(1), 74-84.
- Martínez, P. y Morote, P. (2001). Preocupaciones de adolescentes de Lima y sus estilos de afrontamiento. *Revista de Psicología de la PUCP*, 19(2), 211-236.
- Méndez, P. y Barra, E. (2008). Apoyo social percibido en adolescentes infractores de ley y no infractores. *Psyche*, 17 (1), 59-64.
- Mikkelsen, F. (2009). *Satisfacción con la vida y estrategias de afrontamiento en un grupo de adolescentes universitarios de Lima*. (Tesis de Licenciatura). Pontificia Universidad Católica del Perú. Recuperado de: http://tesis.pucp.edu.pe/repositorio/bitstream/handle/123456789/416/MIKKELSEN_RAM_ELLA_FLOR_SATISFACCION_CON_LA_VIDA.pdf?sequence=1
- Obando, R. (2012). *Sintomatología depresiva y afrontamiento en adolescentes escolares de Lima* (Tesis de Licenciatura). Pontificia Universidad Católica del Perú.

- Orcasita, L. y Uribe, A. (2010). La importancia del apoyo social en el bienestar de los adolescentes. *Psychologia: Avances de la disciplina*, 4 (2), 69-82.
- Papalia, D. (2005). *Desarrollo Humano*. México D.F.: McGraw-Hill.
- Ryan, R. y Deci, E. (2001). On happiness and human potentials: a review of research on eudaimonic and hedonic well-being. *Annual review of psychology*, 52, 141- 166.
- Rice, P. (1997). *Desarrollo humano. Estudio del ciclo vital*. México: Prentice Hall.
- Rice, P. (2000). *Adolescencia: desarrollo, relaciones y cultura*. Madrid: Prentice Hall.
- Rice, K., Herman, M. y Petersen, A. (1993). Coping with challenge in adolescence: a conceptual model and psycho-educational intervention. *Journal of adolescence*, 16, 235-252.
- Rappaport, J. (1981). In praise of paradox: a social policy of empowerment over prevention. *American Journal of Community Psychology*, 9, 1-25.
- Ryff, C. (1989). Happiness is everything, or is it? Explorations on the meaning of psychological well-being. *Journal of Personality and Social Psychology*, 57(6), 1069-1081.
- Ryff, C. y Singer, B. (2007). Know thyself and become what you are: A eudaimonic approach to psychological well-being. *Journal of Happiness Studies*, 13-39.
- Seligman, M. (2002). *Authentic happiness: using the new positive psychology to realize your potential for lasting fulfillment*. New York: Free Press.
- Seligman, M. y Csikszentmihalyi, M. (2000). Positive Psychology: an introduction. *American Psychological Association*, 55(1), 1-14.
- Seiffge-Krenke, I. (1995). *Stress, coping and relationships in adolescence*. New Jersey: Lawrence Erlbaum Associates.
- Seiffge-Krenke, I. (2001). Predicting adolescent symptomatology through stressful events and coping style. *J. Adolesc.* 23, 675–692.
- Seiffge-Krenke, I. (2006). Coping with relationship stressors: The impact of different working models of attachment and links to adaptation. *Journal of Youth and Adolescence*, 35 (1), 25– 39.
- Seiffge-Krenke, I., Aunola, K. y Nurmi, J. (2009). Changes in stress perception and coping during adolescence: The role of situational and personal factors. *Child development*, 80(1), 259-279.

- Secretaría Nacional de Juventud. (2012). *Primera Encuesta Nacional de Juventud. ENAJUV. Resultados finales*. Lima: Ministerio de Educación. Recuperado de: <https://dl.dropboxusercontent.com/u/53064273/senaju/pdf/ResultadosFinalesENAJUV2011.pdf>
- Silva, C. y Loreto, M. (2007). Empoderamiento, participación y autoconcepto de persona socialmente comprometida en adolescentes chilenos. *Revista Interamericana de Psicología*, 41(2), 129-138.
- Skinner, E. y Zimmer-Gembeck, M. (2007). The development of coping. *Annual Review of Psychology*, 58, 119-144.
- Solís, C y Vidal, A (2006). Estilo y estrategias de afrontamiento en adolescentes. *Revista de Psiquiatría y salud mental Hermilio Valdizán*, 7(1), 33-39.
- UNICEF (2011). *Estado mundial de la infancia 2011*. Nueva York: Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia.
- Veenhoven, R. (2004). *Subjective measures of well-being*. Helsinki: UNU-Wider.
- World Alliance of YMCA'S (2012). *Empoderamiento Juvenil en acción*. S/L: YMCA.
- YMCA Perú (2013). *Política de empoderamiento juvenil 2013*. Lima: YMCA Perú.



APÉNDICES



Apéndice A

Consentimiento informado

Mi nombre es Stephany Orihuela Otárola, soy estudiante de la especialidad de Psicología de la Pontificia Universidad Católica del Perú y estoy realizando un estudio que busca conocer los niveles de bienestar y afrontamiento en adolescentes de Lima. Para ello, me gustaría que participes respondiendo dos cuestionarios que no tomarán más de 20 minutos.

Es importante que sepas que la participación en este estudio es estrictamente voluntaria. La información que se recoja será confidencial y no se usará para ningún otro propósito que no sea académico. Tus respuestas al cuestionario serán codificadas usando un número de identificación y por lo tanto, serán anónimas.

Si tienes alguna duda sobre este estudio, puedes hacer preguntas en cualquier momento previo a su realización. Igualmente, puedes retirarte en cualquier momento sin que esto te perjudique.

Si estás de acuerdo con participar, por favor firma abajo.

¡Muchas gracias por tu tiempo!

Stephany Orihuela Otárola

Fecha: / /

Tu firma



Apéndice B

Ficha de datos

A continuación te pedimos que respondas a las siguientes preguntas. Recuerda que es totalmente anónimo.

- Edad: ___ años
- Sexo: Hombre _____ Mujer _____
- Lugar de nacimiento: _____
- Año de estudios: _____ de secundaria
- Tipo de colegio: Mixto _____ Segregado _____
- Distrito de residencia: _____
- ¿Con quiénes vives?: _____
- ¿Participa actualmente de un programa de liderazgo?: Sí _____ No _____
- En caso de haber respondido sí, ¿Qué año se encuentra cursando?: _____



Apéndice C

Análisis de normalidad

Prueba de normalidad en la distribución de los puntajes obtenidos en el BIEPS-J

	Kolmogorov-Smirnov <i>D</i>
Control de situaciones	.162*
Vínculos	.404*
Proyectos	.278*
Aceptación de sí mismo	.234*
BIEPSTOTAL	.126*

* $p < 0.05$

Prueba de normalidad en la distribución de los puntajes obtenidos en el ACS

	Kolmogorov-Smirnov <i>D</i>
Buscar apoyo social	.108*
Concentrarse en resolver el problema	.103*
Esforzare y tener éxito	.086*
Preocuparse	.102*
Invertir en amigos íntimos	.075*
Buscar pertenencia	.103*
Hacerse ilusiones	.073*
Falta de afrontamiento	.145*
Reducción de la tensión	.171*
Acción social	.113*
Ignorar el problema	.117*
Autoinculparse	.088*
Reservarlo para sí	.091*
Buscar apoyo espiritual	.105*
Fijarse en lo positivo	.110*
Buscar apoyo profesional	.066
Buscar diversiones relajantes	.126*
Distracción física	.103*
Resolver el problema	.051
Referencia a los otros	.054
No productivo	.048

* $p < 0.05$



Apéndice D

Análisis de confiabilidad

Análisis de confiabilidad de los puntajes obtenidos en el BIEPS-J

Alfa de Cronbach	N de elementos
.640	13

Análisis de confiabilidad de las escalas del BIEPS-J

Control de situaciones (alpha = .345)		Proyectos (alpha = .592)	
Ítem	Correlación elemento - escala	ítem	Correlación elemento - escala
BIEPS13	.247	BIEPS3	.454
BIEPS5	.280	BIEPS6	.282
BIEPS10	.175	BIEPS12	.499
BIEPS1	.045		
Vínculos (alpha = .449)		Aceptación de sí mismo (alpha = .451)	
BIEPS11	.195	BIEPS4	.282
BIEPS8	.394	BIEPS7	.200
BIEPS2	.258	BIEPS9	.356

Análisis de confiabilidad de los puntajes obtenidos en el ACS

Alfa de Cronbach	N de elementos
.873	79

Análisis de confiabilidad de las escalas del ACS

1. Buscar apoyo social (alpha = .746)		2. Concentrarse en resolver el problema (alpha = .794)	
ítem	Correlación elemento - escala	ítem	Correlación elemento - escala
ACS01	.418	ACS02	.579
ACS19	.576	ACS20	.559
ACS37	.402	ACS38	.546
ACS55	.623	ACS56	.517
ACS71	.541	ACS72	.678

3. Esforzarse y tener éxito (alpha = .601)

ítem	Correlación elemento - escala
ACS03	.377
ACS21	.087
ACS39	.470
ACS57	.372
ACS73	.516

4. Preocuparse (alpha = .549)

ítem	Correlación elemento - escala
ACS22	.182
ACS04	.442
ACS40	.354
ACS58	.237
ACS74	.381

5. Invertir en amigos íntimos (alpha = .631)

ítem	Correlación elemento - escala
ACS23	.374
ACS05	.314
ACS41	.385
ACS59	.418
ACS75	.434

6. Buscar pertenencia (alpha = .545)

ítem	Correlación elemento - escala
ACS06	.380
ACS24	.405
ACS42	.259
ACS60	.463
ACS76	.091

7. Hacerse ilusiones (alpha = .631)

ítem	Correlación elemento - escala
ACS25	.464
ACS07	.362
ACS43	.241
ACS61	.466
ACS77	.393

8. Falta de afrontamiento (alpha = .618)

ítem	Correlación elemento - escala
ACS26	.580
ACS08	.428
ACS44	.427
ACS62	.491
ACS78	.103

9. Reducción de la tensión (alpha = .477)

ítem	Correlación elemento - escala
ACS09	.323
ACS27	.253
ACS45	.233
ACS63	.067
ACS79	.468

10. Acción social (alpha = .668)

ítem	Correlación elemento - escala
ACS10	.330
ACS28	.516
ACS46	.533
ACS64	.451

11. Ignorar el problema (alpha = .627)

ítem	Correlación elemento - escala
ACS11	.477
ACS29	.484
ACS47	.313
ACS65	.371

12. Autoinculparse (alpha = .739)

ítem	Correlación elemento - escala
ACS12	.458
ACS30	.309
ACS48	.680
ACS66	.704

13. Reservarlo para sí (alpha = .666)

ítem	Correlación elemento - escala
ACS13	.516
ACS31	.171
ACS49	.533
ACS67	.581

14. Buscar apoyo espiritual (alpha = .619)

Ítem	Correlación elemento - escala
ACS14	.407
ACS32	.213
ACS50	.488
ACS68	.539

15. Fijarse en lo positivo (alpha = .594)

ítem	Correlación elemento - escala
ACS15	.080
ACS33	.518
ACS51	.563
ACS69	.433

16. Buscar apoyo profesional (alpha = .795)

Ítem	Correlación elemento - escala
ACS16	.464
ACS34	.719
ACS52	.728
ACS70	.741

17. Buscar diversiones relajantes (alpha = .497)

ítem	Correlación elemento - escala
ACS17	.274
ACS35	.287
ACS53	.413

18. Distracción física (alpha = .758)

Ítem	Correlación elemento - escala
ACS18	.609
ACS36	.617
ACS54	.555

Análisis de confiabilidad de las escalas del ACS

Estilo resolver el problema (alpha = .809)		Estilo referencia a los otros(alpha = .877)	
ítem	Correlación elemento - escala	ítem	Correlación elemento - escala
ACS02	.472	ACS01	.484
ACS20	.592	ACS19	.549
ACS38	.465	ACS37	.427
ACS56	.470	ACS55	.605
ACS72	.602	ACS71	.642
ACS03	.331	ACS05	.317
ACS21	.065	ACS23	.400
ACS39	.452	ACS41	.391
ACS57	.582	ACS59	.401
ACS73	.319	ACS75	.384
ACS15	.101	ACS06	.344
ACS33	.413	ACS24	.443
ACS51	.530	ACS42	.334
ACS69	.448	ACS60	.510
ACS17	.252	ACS76	.175
ACS35	.220	ACS10	.461
ACS53	.252	ACS28	.325
ACS18	.387	ACS46	.430
ACS36	.439	ACS64	.436
ACS54	.360	ACS14	.206
		ACS32	.541
		ACS50	.289
		ACS68	.241
		ACS16	.558
		ACS34	.578
		ACS52	.499
		ACS70	.581

Estilo no productivo (alpha = 809)

ACS04	-.186
ACS22	-.076
ACS40	-.253
ACS58	.343
ACS74	.058
ACS07	.263
ACS25	.459
ACS43	.468
ACS61	.287
ACS77	.217
ACS08	.376
ACS26	.527
ACS44	.482
ACS62	.461
ACS78	.257
ACS09	.271
ACS27	.245
ACS45	.460
ACS63	.274
ACS79	.383
ACS11	.381
ACS29	.280
ACS47	.320
ACS65	.432
ACS12	.448
ACS30	.379
ACS48	.581
ACS66	.598
ACS13	.251
ACS31	.198
ACS49	.315
ACS67	.361
