

RESUMEN

Satisfacción con la vida y Estrategias de afrontamiento en un grupo de adolescentes universitarios de Lima

Se han realizado investigaciones que estudian las fuentes de mayor felicidad o satisfacción en las personas tomando en consideración variables sociodemográficas (Alarcón, 2001, 2005; Ly, 2004; Sánchez-López & Aparicio, 2001). Sin embargo, éstas no han sido muy significativas para explicar por qué una persona se siente satisfecha con su vida. De otro lado, desde la subjetividad, se la ha relacionado con ciertos rasgos de personalidad, con la percepción del logro de metas y recursos, con la importancia de las redes sociales y con el ciclo vital (Bilbao, Techio & Páez, 2007; Del Risco, 2007; Diener, Oishi & Lucas, 2003; Martínez, 2004; Yamamoto & Feijoo, 2007). Igualmente, desde la perspectiva cultural se ha descrito el nivel de satisfacción vital entre las naciones, tomando en cuenta el grado de desarrollo económico y los valores de cada cultura (Diener & Diener, 1995).

De ello se desprende la importancia de explicar los factores que intervienen en la Satisfacción con la vida de los jóvenes, pues es precisamente en este momento del desarrollo en el que tienen que hacer frente a preocupaciones relacionadas a cambios internos propios de la etapa que atraviesan, así como a exigencias externas. En ese sentido, identificar qué es lo que les preocupa y cómo afrontan estos problemas puede protegerlos favoreciendo un mejor ajuste, un estado de bienestar y satisfacción en sus vidas. De lo revisado anteriormente se plantea la siguiente pregunta de investigación: ¿Existe relación entre la Satisfacción con la vida y las Estrategias de afrontamiento en un grupo de jóvenes universitarios? Con este fin, se plantearon los siguientes objetivos:

Objetivo General:

- Establecer la relación entre Satisfacción con la vida y Estrategias de afrontamiento en un grupo de universitarios de Lima.

Objetivos Específicos:

- Describir los niveles de Satisfacción global y por áreas.
- Analizar los niveles de Satisfacción de acuerdo a variables sociodemográficas.
- Describir las Estrategias de afrontamiento empleadas por el grupo.
- Analizar las Estrategias de afrontamiento empleadas por el grupo de acuerdo a variables sociodemográficas.
- Establecer la relación entre Satisfacción global y por áreas y las Estrategias de afrontamiento en el grupo.

Los participantes fueron un grupo de 362 adolescentes universitarios de Lima entre 16 y 22 años. Se empleó la escala de Satisfacción con la Vida (SWLS) (Pavot & Diener, 1993) y la escala de Afrontamiento para adolescentes (ACS) (Frydenberg & Lewis, 1997). El presente estudio fue no experimental de tipo correlacional. Igualmente, corresponde a un diseño de tipo transeccional o transversal (Hernández, Fernández & Baptista, 2006).

Se hallaron correlaciones significativas entre Satisfacción con la vida y los Estilos y Estrategias de afrontamiento. En relación a la Satisfacción con la vida, los estudiantes reportaron un nivel promedio de satisfacción, el área familiar y amical fueron las de mayor satisfacción. En cuanto al afrontamiento, hubo un mayor empleo del estilo Resolver el problema y Referencia a los otros y se encontraron diferencias significativas según el género de los participantes.

Referencias Bibliográficas

- Alarcón, R. (2001). Relaciones entre felicidad, género, edad y estado conyugal, *Revista de Psicología de la PUCP*, 19(1), 28-46.
- Alarcón, R. (2002). Fuentes de felicidad: ¿Qué hace feliz a la gente? *Revista de Psicología de la PUCP*, 20 (2), 170-196.
- Alarcón, R. (2005). Efecto de los desniveles socioeconómicos sobre la felicidad. *Teoría e Investigación en Psicología*, 14, 91-112.
- Alarcón, R. (2006). Desarrollo de una Escala para medir la Felicidad. *Revista Interamericana de Psicología*, 40 (1), 99-106.
- Alcalde, M. (1998). *Nivel de Autoeficacia percibida y estilos de afrontamiento en estudiantes de Lima*. Tesis de licenciatura no publicada. Pontificia Universidad Católica del Perú. Lima, Perú.
- Arita, B. (2005). Satisfacción por la vida y Teoría Homeostática del Bienestar. *Psicología y Salud*, 15, 001, 121-126.
- Barra, A., Cerna, R., Kramm, D. & Véliz, V. (2006). Problemas de salud, estrés, afrontamiento, depresión y apoyo social en adolescentes. *Terapia Psicológica*, 24 (1), 55-61.
- Becoña, E & Oblitas, L. Promoción de estilos saludables en Oblitas, L. (2004). *Psicología de la salud y calidad de vida*. México: Thomson.
- Benatuil, B. (2004). El Bienestar psicológico en adolescentes desde una perspectiva cualitativa. *Psicodebate 3. Psicología, Cultura y Sociedad*. <http://www.palermo.edu/cienciassociales/publicaciones/pdf/Psico3/3Psico%2004.pdf>.
- Bermúdez, M., Teva, A. & Sánchez, A. (2003). Análisis de la relación entre inteligencia emocional, estabilidad emocional y bienestar psicológico. *Universitas psicológica*, 2 (1) 27-32.
- Bilbao, M. Techio, E. & Páez, D. (2007). Felicidad, cultura y valores personales: estado de la cuestión y síntesis meta-analítica. *Revista de Psicología de la PUCP*, 25(2), 234-276.
- Biswas-Diener, R. & Diener, E. (2006). The subjective well-being of the homeless, and lessons for happiness. *Social Indicators Research*, 76, 185-205.

- Buceta, J. (2001). *Intervención psicológica y salud: control del estrés y conducta de riesgo*. Madrid: Dykinson.
- Canessa, B. (2000). Adaptación psicométrica de las Escalas de Afrontamiento para Adolescentes de Frydenberg y Lewis en un grupo de escolares de Lima metropolitana. Tesis de licenciatura no publicada. Universidad de Lima. Lima, Perú.
- Carrión, C., Molero, R. & González, F. (2000). Estudio de la Satisfacción personal según la edad de las personas. *Anales de Psicología*, 16 (2) ,189-198.
- Cassaretto, M., Chau, C., Oblitas, H. & Valdez, N. (2003). Estrés y afrontamiento en estudiantes de psicología. *Revista de Psicología de la Pontificia Universidad Católica del Perú*, .21(2),364-392.
- Castillo, G. (2007). *El adolescente y sus retos: la aventura de hacerse mayor*. Madrid: Pirámide.
- Castro Solano, A. & Díaz-Morales, J. F. (2002). Objetivos de vida y satisfacción vital en adolescentes españoles y argentinos. *Psicothema*, 14(1), 112-117.
- Castro Solano, A. & Sánchez López, M.P. (2000). Objetivos de vida y Satisfacción autopercebida en estudiantes universitarios. *Psicothema*, 12(1), 87-92.
- Casullo, M. M & Castro Solano, A. (2000). Evaluación del bienestar psicológico en estudiantes adolescentes argentinos. *Revista de Psicología de la PUCP*, 18(1), 36-67.
- Casullo, M. M & Fernández, M. (2001). Estrategias de afrontamiento en estudiantes adolescentes. *Revista del Instituto de Investigaciones de la Facultad de Psicología*, año 6 (1), 25-49.
- Casuso, L. (1996). *Adaptación de la Prueba COPE sobre estilos de afrontamiento en un grupo de estudiantes universitarios de Lima*. Tesis de licenciatura no publicada. Pontificia Universidad Católica del Perú. Lima, Perú.
- Coleman, J. (1994). *Psicología de la adolescencia*. 3a. ed. Madrid: Morata.
- Contini, N. (2006). *Pensar la adolescencia hoy: de la psicopatología al bienestar psicológico*. Buenos Aires: Paidós.
- Contini, N., Coronel, P., Levín, M. & Estevez, A. (2003). Estrategias de afrontamiento y bienestar psicológico en adolescentes escolarizados de Tucumán. *Revista de Psicología de la PUCP*, 21 (1), 180-200.
- Cornejo, M. (2005). *Comparación social y Bienestar Subjetivo entre estudiantes de una universidad privada de Lima*. Tesis de licenciatura no publicada. Pontificia Universidad Católica del Perú. Lima, Perú.

- Cornejo, M. & Lucero, M. (2005). Preocupaciones vitales en estudiantes universitarios relacionado con Bienestar psicológico y modalidades de afrontamiento. *Fundamentos en Humanidades*, VI,012,143-153.
- Cuadra, H. & Florenzano, R. (2003). El Bienestar Subjetivo: hacia una psicología positiva. *Revista de psicología de la Universidad de Chile*, 12 (1),83-96.
- Chico, E. (2006). Personality Dimensions and Subjective Well-Being. *The Spanish Journal of Psychology*, 9 (1),38-44. Abstract obtenido del PsycInfo.
- Chow, H. (2005). Life Satisfaction among University Students in a Canadian Prairie City: a multivariate analysis. *Social Indicators Research*, 70, 139-150.
- D'Anello, S.(2006). Efecto de las Normas y Emociones en los Juicios sobre Satisfacción con la Vida en una Muestra Venezolana. *Revista Interamericana de Psicología*, 40, (3), 371-376.
- Del Risco, P. (2007). *Soporte social y Satisfacción con la vida en un grupo de adultos mayores que asisten a un programa para el adulto mayor*. Tesis de licenciatura no publicada. Pontificia Universidad Católica del Perú. Lima, Perú.
- Díaz Morales, J.F. & Sánchez López, M.P. (2001). Relevancia de los estilos de personalidad y las metas personales en la predicción de la satisfacción vital. *Anales de Psicología*, 17 (2), 151-158.
- Díaz Morales, J. F & Sánchez López, M. P. (2002). Relaciones entre estilos de personalidad y satisfacción autopercebida en diferentes áreas vitales. *Psicothema*, 14 (1), 100-105.
- Diener et al. (1985). The satisfaction with Life Scale. *Journal of Personal Assessment*, 49 (1), 71-76.
- Diener, E. (1984). Subjective well-being. *Psychological Bulletin*, 95, 542-575.
- Diener, E. & Diener, M. (1995). Cross Cultural Correlates of life satisfaction and self-esteem. *Journal of Personality and Social Psychology*, 68 (4),653-663.
- Diener, E., Oishi, S. & Lucas, R. (2003). Personality, culture and subjective well-being: Emotional and cognitive evaluations of life. *Annual Review of Psychology*, 54, 403-425.
- Erikson, E. (1974). *Identidad, Juventud y Crisis*. Buenos Aires: Paidós.
- Fantín, M., Florentino, M. & Correché, M. (2005). Estilos de personalidad y Estrategias de afrontamiento en adolescentes de una escuela privada de la ciudad de San Luis. *Fundamentos en Humanidades, Universidad Nacional de San Luis, año VI, número I*, 159-176.
- Fierro, A. (1996). *Manual de psicología de la personalidad*. Buenos Aires: Paidós.

- Figuroa, M., Cohen, S., Lacunza, A. & Gronda, M. (2005). Análisis de situaciones problemáticas autopercibidas por adolescentes. *RIDEP*, 19 (1), 89-103.
- Figuroa, M., Contini, N., Lacunza, A. Levin, M. & Estévez, A. (2005). Las estrategias de afrontamiento y su relación con el nivel de bienestar psicológico. Un estudio con adolescentes de nivel socioeconómico bajo de Tucumán (Argentina). *Anales de Psicología*, 21(1), 66-72.
- Florenzano, R. (1993). *En el camino de la vida: estudios sobre el ciclo vital*. Santiago de Chile: Universitaria.
- Frydenberg, E. (1996). *Adolescent Coping: theoretical and research perspectives*. London: Routledge.
- Frydenberg, E. & Lewis, R. (1993). Boys play sport and girls turn to others: Age, gender and ethnicity as determinants of doping. *Journal of Adolescence*, 16 (3), 253-266. Abstract obtenido del PsycInfo.
- Frydenberg, E. & Lewis, R. (1997). *Escala de Afrontamiento para Adolescentes*. Madrid: TEA Ediciones.
- Frydenberg, E., Lewis, R., Kennedy, G., Ardila, R., Frindte, W. & Hannoun, R. (2003). Coping With Concerns: An Exploratory Comparison of Australian, Colombian, German, and Palestinian Adolescents. *Journal of Youth & Adolescence*, 32 (1), 59-66.
- González, C. (2004). La Psicología Positiva: un cambio en nuestro enfoque patológico clásico. *Liberabit*, 10 año 10, 45-67.
- González, R., Montoya, I., Casullo, M. & Bernabéu, J. (2002). Relación entre estilos y estrategias de afrontamiento y bienestar psicológico en adolescentes. *Psicothema*, 14 (2), 363-368.
- Goñi, A., Rodríguez, A. & Ruiz de Azúa, S. (2004). Bienestar psicológico y Autoconcepto físico en la adolescencia y juventud. *Psiquis*, 25 (4), 17-27.
- Hampel, P. & Petermann, F. (2005). Age and Gender Effects on Coping in Children and Adolescents. *Journal of Youth and Adolescence*, 34 (2), 73-83.
- Hernández, R., Fernández, C. & Baptista, P. (2006). *Metodología de la investigación*. México: McGraw-Hill Interamericana.
- Kim-Prieto, C., Diener, E., Tamir, Scollon & Diener, M. (2005). Integrating The Diverse definitions of Happiness: a time-sequential framework of subjective well-being. *Journal of Happiness Studies*. 6: 261-300.
- Krauskopf, D. (1995). *El desarrollo psicológico en la adolescencia: las transformaciones en una época de cambios en Adolescencia y Salud*, Publicación del Programa

- de Atención Integral de la Adolescencia de la Caja Costarricense del Seguro Social de Costa Rica. vol 1 N 2 extraído de <http://www.binasss.sa.cr/revistas/ays/1n2/0517.html>.
- Lamas, H. (2004). Promoción de Salud: una propuesta desde la Psicología Positiva. *Liberabit*, 10 (10), 45-67.
- Lazarus, R. & Folkman, S. (1986). *Estrés y Procesos cognitivos*. Barcelona: Martínez Roca.
- Ly, G. (2004). *Atribuciones causales de la satisfacción con la vida en un grupo de adultos de Lima*. Tesis de licenciatura no publicada. Pontificia Universidad Católica del Perú. Lima, Perú.
- Martínez, P. (2004). Perspectiva temporal futura y satisfacción con la vida a lo largo del ciclo vital. *Revista de Psicología de la PUCP*, 22(2), 215-252.
- Martínez, P. & Díaz Morales, J.F. (2004). Metas y Satisfacción vital en adolescentes españoles y peruanos según sexo y nivel socioeconómico. *Revista de Psicología de la PUCP*, 22(1), 121-149.
- Martínez, P. & Morote, R. (2001). Preocupaciones de adolescentes de Lima y sus estilos de afrontamiento. *Revista de Psicología de la PUCP*, 19(2), 212-236.
- Martínez, A., Reyes, G., García, A. & González, I. (2006). Optimismo/pesimismo disposicional y estrategias de afrontamiento del estrés. *Psicothema*, 18(1), 66-72.
- Massone, A. & González, G. (2003). Estrategias de afrontamiento (coping) y su relación con el logro académico en matemática y lengua en adolescentes de noveno año de educación general básica. OEI- Revista Iberoamericana de Educación.
- Melcón, M. A., Alonso, M. & González, O. (2003). Un estudio sobre afrontamiento social con alumnos de educación secundaria obligatoria (E.S.O). *IV Congreso Virtual de Psiquiatría. Interpsiquis*.
- Montenegro, C. (2001). *Adaptación del cuestionario de problemas y del cuestionario de atontamiento a través de situaciones (CASQ) en escolares de primer y quinto año de secundaria de Lima*. Tesis de licenciatura no publicada. Pontificia Universidad Católica del Perú. Lima, Perú.
- Moreano, L. (2006). *Estilos de personalidad y Estrategias de Afrontamiento en adolescentes universitarios*. Tesis de licenciatura no publicada. Pontificia Universidad Católica del Perú. Lima, Perú.
- Muuss, R. (1994). *Teorías de la adolescencia*. México: Paidós.

- Naveda, M. (1999). *Adolescencia*. En: R.Reusche (Ed.), *La adolescencia: desafío y decisiones* (pp. 41-55). Lima: Unifé. Facultad de Psicología y Humanidades.
- Papalia, D. (2005). *Psicología del desarrollo*. México: McGraw-Hill.
- Pavot, W. & Diener, E. (1993). Review of the Satisfaction with Life Scale. *Psychological Assessment*, 5 (2), 164-172.
- Rodríguez Marín, J. (1995). *Psicología social de la salud*. Madrid: Síntesis
- Reynoso, L. (2005). *Psicología clínica de la salud*. México: el Manual Moderno.
- Rice, F. (2000). *Adolescencia: desarrollo, relaciones y cultura*. Madrid: Prentice Hall.
- Salotti, P (2006). *Estudio sobre estrategias de afrontamiento y bienestar psicológico en una muestra de adolescentes de Buenos Aires*. Tesina, facultad de humanidades, Universidad de Belgrano.
- Samper, P., Tur, A., Mestre, V. & Cortés, M. (2008). Agresividad y afrontamiento en la adolescencia. Una perspectiva intercultural. *Internacional Journal of Psychology and Psychological therapy*. 8,3, 431-440.
- Sánchez-López, M. & Aparicio, M. (2001). Estilo de vida: avances en su medida y sus relaciones con otros conceptos psicológicos. *Revista de Psicología de la PUCP*, 19(1), 9-26.
- Sandín, 1995. *Manual de psicopatología*. Madrid: McGraw-Hill.
- Santrock, J. (2006). *Psicología del desarrollo: el ciclo vital*. Madrid: McGraw-Hill.
- Sinha, B., Willson, L. & Watson, D. (2000). Stress and Coping Among Students in India and Canada. *Canadian Journal of Behavioural Science*, 32 (4), 218-225.
- Shaffer, D. (2007). *Psicología del desarrollo: infancia y adolescencia*. México: Thomson.
- Stassen-Berger, K. (2004). *Psicología del desarrollo: infancia y adolescencia*. Buenos Aires: Médica Panamericana.
- Tarazona, D. (2005). Autoestima, satisfacción con la vida y condiciones de habitabilidad en adolescentes estudiantes de quinto año de media. Un estudio factorial según pobreza y sexo. *Revista de Investigación en Psicología*, 8 (2), 57-65.
- Vera, B. (2006). Psicología Positiva: Una nueva forma de entender la Psicología. *Papeles del Psicólogo*, 27(1), 3-8.
- Yamamoto, J. & Feijoo, A. (2007). Componentes énicos del bienestar. Hacia un modelo alternativo de desarrollo. *Revista de Psicología de la PUCP*, 25 (2), 198-231.



PONTIFICIA
**UNIVERSIDAD
CATÓLICA**
DEL PERÚ

FACULTAD DE LETRAS Y CIENCIAS HUMANAS

**SATISFACCIÓN CON LA VIDA Y ESTRATEGIAS DE
AFRONTAMIENTO EN UN GRUPO DE ADOLESCENTES
UNIVERSITARIOS DE LIMA**

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

Bachiller:

FLOR DE MARÍA MIKKELSEN RAMELLA

(Dra. PATRICIA MARTÍNEZ)

LIMA, 2009



AGRADECIMIENTOS

Quiero dedicar este trabajo especialmente a mis padres, a mi papá, que a pesar de su partida me acompaña cada día de mi vida y me motiva a hacer realidad mis sueños; a mi mamá, por su sensibilidad, su paciencia, y por brindarme su fuerza para dar lo mejor de mí y su infinito cariño.

Igualmente quiero agradecer a Patricia Martínez, mi asesora, por su tiempo para resolver mis dudas, sus sugerencias, por haberme motivado en todo el proceso, y sobretodo por su paciencia y calidez.

A Cecilia Thorne por su orientación y consejo durante mi formación en la facultad.

A Mónica Salas y Diego Guerrero por sus comentarios en la parte estadística, a Mónica Cassaretto por su tiempo y por interesarse en este proyecto, igualmente a Isabel Maraví por su valioso apoyo.

A mis hermanos Lizet y Cristian, por ser especiales en mi vida, a Carla por su contención a lo largo de este proceso; a Luz, Leny y Mónica por su cariño y amistad. A mis amigos, por la confianza y comprensión durante este año y a los participantes que se interesaron en formar parte de este estudio e hicieron que este proyecto culmine.

RESUMEN

Satisfacción con la vida y Estrategias de afrontamiento en un grupo de adolescentes universitarios de Lima

La presente investigación tuvo como objetivo principal establecer la relación entre Satisfacción con la vida y las Estrategias de afrontamiento en un grupo de 362 adolescentes universitarios de Lima entre 16 y 22 años. Se empleó la escala de Satisfacción con la Vida (SWLS) y la escala de Afrontamiento para adolescentes (ACS). Se hallaron correlaciones significativas entre Satisfacción con la vida y los Estilos y Estrategias de afrontamiento. En relación a la Satisfacción con la vida, los estudiantes reportaron un nivel promedio de satisfacción, el área familiar y amical fueron las de mayor satisfacción. En cuanto al afrontamiento, hubo un mayor empleo del estilo Resolver el problema y Referencia a los otros y se encontraron diferencias significativas según el género de los participantes.

Palabras Clave: Satisfacción con la vida, Estilos y Estrategias de afrontamiento.

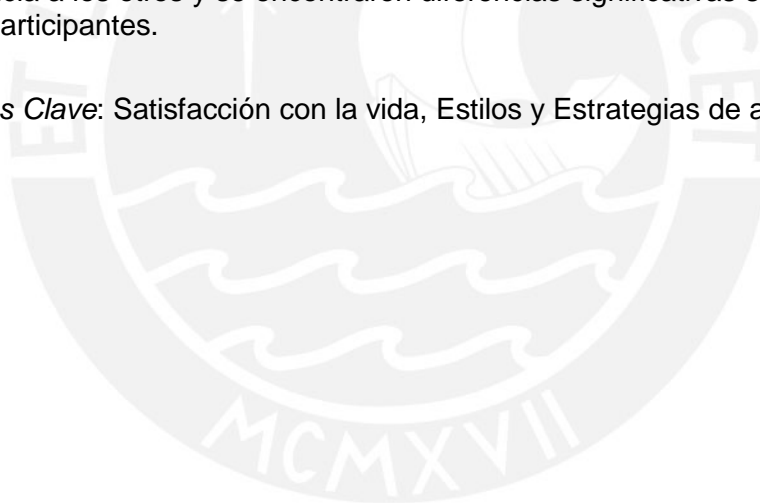


TABLA DE CONTENIDOS

INTRODUCCIÓN	i
CAPÍTULO I. Satisfacción con la vida y Estrategias de Afrontamiento en la Adolescencia	1
1. Adolescencia	1
2. Satisfacción con la vida en la adolescencia	3
3. Estrategias de Afrontamiento en la adolescencia	7
Estrés y Estrategias de afrontamiento	7
Evaluación del Afrontamiento en la adolescencia	9
Afrontando las preocupaciones en la adolescencia	11
4. Satisfacción con la vida y Estrategias de afrontamiento en la adolescencia	15
5. Planteamiento del problema	16
CAPÍTULO II. Metodología	17
1. Participantes	17
2. Medición e Instrumentos	19
3. Procedimiento	23
CAPÍTULO III. Resultados	25
CAPÍTULO IV. Discusión	37
REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS	47
ANEXOS	53

INTRODUCCIÓN

A lo largo de los años, la psicología ha dado mayor énfasis al modelo centrado en las debilidades humanas, en las emociones negativas, en las enfermedades mentales y en los instrumentos para medirlas (González, 2004; Lamas, 2004). En gran parte se buscaba aliviar el sufrimiento y reparar el daño generado. Frente a ello, se empieza a abordar la existencia humana desde una mirada positiva (Vera, 2006) surgiendo así interés por el estudio de las fortalezas humanas y las emociones positivas las cuales van a permitir mejorar la calidad de vida, prevenir la aparición de problemas psicológicos y por lo tanto lograr una mayor satisfacción con la vida y bienestar.

Existe evidencia que las personas más felices y satisfechas desarrollan una imagen positiva de sí mismas, son capaces de controlar su entorno; despliegan mayores recursos para relacionarse con los demás y sufren de menor malestar emocional (Casullo, 2000).

Es en este contexto que consideramos relevante estudiar qué factores favorecen o se relacionan con el estar satisfecho con la vida, sobre todo en los jóvenes, quienes han iniciado una etapa de profundos cambios relacionados a la búsqueda de su identidad, a la elaboración de un proyecto profesional para el futuro y al proceso de independencia de la familia para posteriormente convertirse en adultos (Florenzano, 1993).

Se han realizado investigaciones que estudian las fuentes de mayor felicidad o satisfacción en las personas tomando en consideración variables sociodemográficas como la edad, el género, el estado civil, el nivel socioeconómico y el estilo de vida que predomina (Alarcón, 2001, 2005; Ly, 2004; Sánchez-López & Aparicio, 2001). Sin embargo, éstas no han sido muy significativas para explicar por qué una persona se siente satisfecha con su vida. De otro lado, desde la subjetividad, se la ha relacionado con ciertos rasgos de personalidad, con la percepción del logro de metas y recursos, con la importancia de las redes sociales y con el ciclo vital (Bilbao, Techio & Páez, 2007; Del Risco, 2007; Diener, Oishi & Lucas, 2003; Martínez, 2004; Yamamoto & Feijoo, 2007). Igualmente, desde la perspectiva cultural se ha descrito el nivel

de satisfacción vital entre las naciones, tomando en cuenta el grado de desarrollo económico y los valores de cada cultura (Diener & Diener, 1995).

De ello, se desprende que la Satisfacción con la propia vida está asociada con numerosos factores tanto internos como externos al ser humano. Por tanto, la forma de enfrentar los eventos estresantes, en los jóvenes, quienes tienen que lidiar con una serie de demandas, desafíos y responsabilidades que generan preocupación, ocupe un lugar relevante en el grado de satisfacción.

En ese sentido, el tipo de afrontamiento que utilicen podría relacionarse al equilibrio, al mantenimiento de su salud y bienestar (Figuroa, Contini, Levin & Estévez, 2005; González, Montoya, Casullo & Bernabéu, 2002). Es por ello que, el presente trabajo se centrará en establecer la relación entre Satisfacción con la vida entendida como el juicio o evaluación global de la propia vida (Pavot & Diener, 1993) y las Estrategias de Afrontamiento, definidas como aquellos esfuerzos cognitivos y conductuales empleados para manejar las demandas internas o externas del individuo (Lazarus & Folkman, 1986).

Debido a la relevancia mencionada anteriormente y a que en nuestro contexto no se ha estudiado tal relación, esta investigación será un aporte para lo que hasta ahora se ha estudiado sobre Satisfacción con la vida y Afrontamiento. Asimismo, se podrá identificar las Estrategias de afrontamiento que funcionan como factores protectores en los jóvenes contribuyendo a incrementar el grado de Satisfacción con la vida y disminuyendo el desarrollo de problemas psíquicos.

CAPÍTULO I

Satisfacción con la vida y Estrategias de Afrontamiento en la Adolescencia

1. Adolescencia

La adolescencia es considerada en las sociedades industrializadas como la etapa del desarrollo humano ubicada entre la niñez y la etapa madura o adulta; en la que se producen diversos cambios biológicos, cognitivos, emocionales y sociales (Frydenberg, 1996; Muuss, 1994; Naveda, 1999; Papalia, 2005; Rice, 2000).

Si bien no hay acuerdo en cuándo inicia y finaliza la edad adolescente se considera que este periodo está marcado por los cambios biológicos propios de la pubertad terminando con el logro de ciertas tareas del desarrollo que son el reflejo de la madurez social alcanzada (Castillo, 2007; Papalia, 2005). En ese sentido, se considera que lo característico de la adolescencia es el proceso de definición o consolidación de la identidad, es decir, el integrar las identificaciones pasadas reconociéndose como ser único y diferente de los demás a través del tiempo (Erikson, 1974). Ello implica ir reconociendo las propias capacidades, los recursos, los ideales, los valores elaborando así una imagen y opinión de sí mismo que a su vez se acompaña de la separación progresiva de la familia y la formación de relaciones maduras con otras personas (Havighurst, 1972 en Rice, 2000).

De esta manera la identidad del adolescente puede transitar por diferentes momentos desde un estado de difusión en el que se hay poco compromiso y no se toman decisiones, luego una identidad hipotecada en la que las elecciones que se dan son influenciadas por los padres u otras personas, un estado de moratoria en el que se tiene el tiempo y la libertad de experimentar diferentes opciones para luego elaborar los objetivos futuros y finalmente pasar al logro de la identidad en el que se tiene claridad y convicción con respecto a uno mismo y al proyecto de vida (Castillo, 2007; Shaffer, 2007; Stassen-Berger, 2004).

Si bien estas tareas se realizan a lo largo de toda la etapa es posible reconocer tres períodos. De ahí que se suela hablar de una adolescencia puberal, una adolescencia intermedia y finalmente una adolescencia tardía o

etapa juvenil (Castillo, 2007; Florenzano, 1993; Krauskopf, 1995). Es en ésta, en la que se dan los últimos cambios y se fortalecen muchos de los logros alcanzados anteriormente para pasar a un funcionamiento propio de la adultez (Florenzano, 1993).

En ese sentido, con respecto a la sexualidad, en este momento se ha logrado la madurez tanto en el desarrollo sexual como en el corporal, a pesar de darse los últimos cambios. Asimismo, los jóvenes están menos preocupados por su apariencia física pues tienen una mayor aceptación y satisfacción de su imagen corporal (Naveda, 1999). Además, siguen en una etapa de exploración, de búsqueda de acercamientos físicos, para luego poder pasar a una relación más íntima y estable (Florenzano, 1993)

Por lo que se refiere al desarrollo cognitivo, los adolescentes siguen desarrollando la capacidad de construir hipótesis, de abstracción, de profundización, así como de emplear un pensamiento deductivo para abordar los problemas (Coleman, 1994; Stassen-Berger, 2004).

En el aspecto psicosocial, se continúa con el proceso de búsqueda de identidad, de reconocimiento personal y de los roles que se quieren cumplir en la sociedad. En ese sentido, los jóvenes van tomando decisiones en ámbitos como el sexual, el vocacional, el laboral, el religioso, etc. teniendo cada vez más claras las características que los autodefinen y los diferencian (Stassen-Berger, 2004; Shaffer, 2007). De ahí, que en esta etapa surja el deseo de perfeccionar las propias capacidades y elaborar un proyecto personal que concentre todas aquellas expectativas planteadas con respecto al futuro, a los estudios, a las amistades, a la pareja y al trabajo (Castillo, 2007).

En cuanto al ámbito académico, muchos jóvenes están en una etapa de adaptación a la educación universitaria que implica el tránsito a un sistema diferente, más impersonal y donde se les presentan nuevas responsabilidades y exigencias. Sin embargo, también se vuelve un espacio de desarrollo intelectual al disponer de mayores conocimientos, y de crecimiento personal al tener oportunidad de conocer personas con diversas opiniones, valores y creencias. Finalmente, disponen de mayor libertad (Santrock, 2006).

De igual manera, si bien se continúa con la tarea de separación progresiva de la familia para dar paso a una independencia psicológica, económica y social; hay una reconciliación familiar, a diferencia de las etapas anteriores. Asimismo, el grupo de pares permanecen como un referente

significativo brindando comprensión y acompañamiento al atravesar similares inquietudes y preocupaciones (Florenzano, 1993; Naveda, 1999; Papalia, 2005; Santrock, 2006).

Finalmente, la adolescencia es un periodo que depende de factores personales, sociales e históricos. De ahí que en la actualidad, las sociedades exigen cada vez mayores competencias y habilidades a los adolescentes, sin embargo, no las mismas oportunidades para desarrollar sus proyectos de vida, razón por la cual la adolescencia se extiende retrasando el paso a la adultez (Castillo, 2007; Florenzano, 1993, Santrock, 2006). Es en este contexto en el que los jóvenes se enfrentan a diversas exigencias, presiones y preocupaciones que si no son adecuadamente manejadas pueden generar desequilibrio en la salud y bienestar.

2. Satisfacción con la Vida en la Adolescencia

Conceptos como bienestar, felicidad y/o satisfacción personal han sido siempre motivo de preocupación entre las naciones. En un primer momento se consideraba el progreso económico como indicador esencial del bienestar. Desde la psicología se estudiaba la infelicidad humana para dar cuenta de los factores implicados en su logro. En la actualidad el interés apunta más bien en profundizar los indicadores cognitivos y afectivos del ser humano que reflejen la sensación de satisfacción con la vida.

En ese sentido, el bienestar subjetivo –llamado cotidianamente felicidad– es entendido como la percepción de un estado de equilibrio interno, de satisfacción plena, vivenciado por una persona (Alarcón, 2006), que se acompaña de una sensación afectiva placentera y que es resultado de un proceso de evaluación continua de la vida en donde se forman metas, creencias, y se busca satisfacer necesidades del desarrollo (Arita, 2005).

Para Diener (Pavot & Diener, 1993) la idea de bienestar subjetivo implica una vivencia individual, la presencia de afectos positivos y la ausencia de afectos negativos, y finalmente una evaluación global de la propia vida.

Se emplean diversas maneras de abordar y medir el bienestar dependiendo de la perspectiva que se tome (Kim-Prieto, Diener, Tamir, Scollon & Diener, 2005). Algunos investigadores consideran que es el resultado de la diferencia entre las aspiraciones y los logros alcanzados; otros lo definen como

el grado en que una persona juzga su vida en términos favorables. No obstante, existe acuerdo en considerar que el bienestar personal comprende tanto contenidos cognitivos como afectivos (Casullo & Castro Solano, 2000).

Es por ello que, se identifican dos componentes relacionados entre sí: el afectivo que comprende estados placenteros y displacenteros; y el cognitivo referido a la satisfacción con la vida (Diener, 1984; Diener, Emmons, Larsen & Griffin, 1985; Kim-Prieto et al., 2005; Pavot & Diener, 1993). En este contexto, la satisfacción con la vida vendría a ser el proceso de evaluación o juicio cognitivo de la propia vida y de los dominios de la misma a través de criterios que están en función de cada persona (Carrión, Molero & González, 2000; Pavot & Diener, 1993).

Así fue como se empezaron a plantear las primeras investigaciones sobre la satisfacción vital con un especial interés por las fuentes de satisfacción en los jóvenes debido justamente a que conforman un periodo marcado por profundos cambios y tareas importantes en el desarrollo.

En general, en la mayor parte de los países, incluyendo el nuestro, los jóvenes reportan sentirse medianamente satisfechos con sus vidas (Alarcón, 2001; Cornejo, 2005; Martínez, 2004; Sánchez López & Aparicio, 2001), consigo mismos, con los amigos, con la familia y en menor medida con su situación económica (Diener & Diener, 1995). Las áreas reportadas con alto grado de satisfacción son: la relación con la madre, con el ambiente de vida, con los amigos, y con las condiciones de vida (Chow, 2005).

Se han realizado diversas investigaciones sobre la intervención de variables sociodemográficas en la satisfacción con la vida o bienestar (Diener, 1984). Con respecto al género, la mayor parte de estudios no encuentra diferencias significativas entre la satisfacción con la vida entre hombres y mujeres (Alarcón, 2001, 2005; Castro Solano & Sánchez López, 2000; Casullo & Castro Solano, 2000; Cornejo, 2005; Cuadra & Florenzano, 2003; Diener & Diener, 1995; Ly, 2004; Martínez, 2004).

En cuanto a la edad, existen estudios que no identifican diferencias significativas en la satisfacción con la vida según la edad de las personas (Alarcón, 2001; Casullo & Castro Solano, 2000; Cuadra & Florenzano, 2003; Benatuil, 2004). No obstante, hay quienes reportan que las personas mayores son las menos satisfechas con sus vidas (Carrión et al., 2000) así como otros estudios encuentran que más bien son los jóvenes los menos satisfechos en

comparación con grupos de mayor edad. De ahí que, la satisfacción vital varíe de acuerdo a la etapa de desarrollo (Martínez, 2004)

Otra de las variables que estaría implicada en el bienestar o satisfacción con la vida es el nivel socioeconómico y dentro de él, el nivel de ingresos. Se dice que la satisfacción financiera o económica está fuertemente relacionada con la satisfacción con la vida en naciones más bien pobres, como es el caso del Perú (Alarcón, 2002). Las naciones con mayores ingresos, en las que las necesidades básicas se encuentran satisfechas, lo económico resulta menos relevante para estar satisfecho (Biswas-Diener & Diener, 2006; Veenhoven, 1991 citado en Diener & Diener, 1995).

En el contexto social peruano, los sectores medio bajo y muy bajo, reportan además de insatisfacción global con sus vidas, insatisfacción en áreas como la familia, los amigos, la salud, la situación económica y consigo mismos, en contraposición al nivel alto y medio alto, quienes están relativamente satisfechos con sus vidas, con la familia, con los pares, con la salud, con la situación económica y consigo mismos (Alarcón, 2005). Lo anterior es corroborado por Tarazona (2005) a través de su estudio con escolares de dos niveles socioeconómicos y por Ly (2004), quien encuentra en una muestra de adultos de Lima que el nivel socioeconómico marca diferencias significativas en la satisfacción vital y en áreas como la situación económica y el nivel educativo. Además de identificarse, correlaciones significativas entre la satisfacción con la situación económica y la satisfacción global. De igual forma, Martínez (2004) en una investigación conformada por escolares y universitarios de Lima reporta que si bien no se encuentran diferencias significativas en la satisfacción con la vida según el nivel socioeconómico, hay una tendencia a una menor satisfacción global en las mujeres de nivel socioeconómico bajo.

Similares hallazgos se encuentran en universitarios canadienses de nivel socioeconómico alto, quienes refieren estar satisfechos con sus vidas en términos globales, en los estudios, consigo mismos, en sus relaciones significativas y en sus condiciones de vida (Chow, 2005).

Ahora bien, desde las variables internas, los rasgos de personalidad juegan un papel esencial en la satisfacción con la vida y por tanto en el bienestar subjetivo (Benatuil, 2004; Diener, Oishi & Lucas, 2003).

Los hallazgos dejan entrever que el autoconcepto físico y la autoestima estarían directamente relacionados con el bienestar psicológico en la

adolescencia (Bermúdez, Teva & Sánchez, 2003; Goñi, Rodríguez & Ruiz de Azúa, 2004). Diener y Diener (1995) en una muestra de estudiantes universitarios en treinta y un países hallaron correlaciones significativas entre la satisfacción con la vida y los niveles de autoestima.

Asimismo, se han realizado investigaciones en donde se estableció que los jóvenes más satisfechos con sus vidas tenían altos niveles de extraversión; y que los menos satisfechos presentaban mayores niveles de neuroticismo (Chico, 2006). Estos datos se confirman con los analizados por Alarcón (2006) quien encuentra similares hallazgos en una muestra de estudiantes peruanos.

Por su parte, Díaz Morales y Sánchez López (2002) establecen que los universitarios más satisfechos con la vida se orientan cognitivamente a fuentes externas, se basan en la información tangible y tienen apertura a nuevos esquemas. Por el contrario, los menos satisfechos están más orientados a fuentes internas y se caracterizan por ser más intuitivos. Con respecto a la actitud frente a la vida, hallan que el estar satisfecho está asociado con la tendencia a mirar la vida de una manera positiva a pesar de las dificultades y con el mostrar una actitud activa frente a ella. Contrariamente el estar menos satisfecho se relaciona con la pasividad y el pesimismo frente al presente y futuro (Díaz Morales & Sánchez López, 2001).

Por otro lado, en el Perú, Cornejo (2005) encuentra que los jóvenes presentan un nivel promedio de satisfacción con la vida, que los más satisfechos tienden a no recurrir a la comparación con los demás y que en la medida que identifiquen las similitudes con las personas que se ubican en mejores circunstancias el bienestar se incrementará.

Asimismo, el logro de las metas propuestas a lo largo de la vida también forma parte del estar satisfecho (Ly, 2004). De ahí que se encuentre que los adolescentes más satisfechos en todas las áreas son los que han logrado sus objetivos en el presente y esperan desarrollarlos en el futuro. Asimismo, perciben el apoyo de los demás y pocos obstáculos para el logro de sus metas (Castro Solano & Díaz Morales, 2002).

Luego, desde los estudios transculturales, se reportan asociaciones significativas entre la satisfacción con la vida y la satisfacción con uno mismo, con la familia, con los amigos y con las finanzas o situación económica entre individuos. Sin embargo, estas correlaciones varían a través de cada cultura, tomando en cuenta el grado de riqueza, el grado de individualismo o

colectivismo, las diferencias lingüísticas, étnicas y de religión de cada país (D'Anello, 2006; Diener & Diener, 1995). En ese sentido, se han realizado investigaciones en personas en extrema pobreza de India y Estados Unidos y en países individualistas y colectivistas hallándose diferencias en los niveles de satisfacción con la vida y por áreas (Biswas-Diener & Diener, 2006; Diener & Diener, 1995). Por tanto, la cultura también posee un valor explicativo significativo de las diferencias en los niveles de satisfacción entre países, y puede intervenir en las variables a ser consideradas en el bienestar de las personas (Diener et al., 2003).

De la revisión realizada se evidencia que existen variables internas muy relacionadas a la Satisfacción con la vida. Es por ello, que la manera de evaluar los eventos y el cómo se afronta pueden ubicarse como factores que protegen y fomentan el bienestar personal o satisfacción en los jóvenes.

3. Estrategias de Afrontamiento en la Adolescencia

Estrés y Estrategias de Afrontamiento

Los seres humanos constantemente estamos evaluando el significado de lo que ocurre a nuestro alrededor. En ese sentido, otorgamos un significado particular a las diferentes demandas a las que estamos expuestos evaluándolas como beneficiosas, irrelevantes o estresantes, es decir, situaciones potenciales que pueden poner en riesgo nuestro estado de equilibrio y bienestar. Por lo tanto, el estrés implica la interacción entre el individuo y su entorno en el que se percibe una situación como amenazante y se realiza una evaluación de los propios recursos para contrarrestarla. En todo este proceso los factores personales, las creencias y compromisos así como los características propias de las situaciones van a determinar la evaluación de un acontecimiento como estresante (Reynoso, 2005; Rodríguez- Marín, 1995).

En ese sentido, este proceso está determinado por una **evaluación primaria**, en la que se percibe una situación como positiva o beneficiosa, irrelevante, que no tiene mayor efecto sobre la vida y finalmente estresante o que exige movilización de recursos para restablecer el equilibrio. Ésta última a su vez puede ser valorada como una amenaza, un daño/pérdida o un desafío. Asimismo, existe una **evaluación secundaria**, relacionada a la valoración de los

recursos personales, ambientales y sociales disponibles para afrontar la situación. Entre ellos están: la salud física, la capacidad intelectual, el grado de autoestima, el nivel de autonomía, las habilidades sociales, el grado de apoyo social percibido, el nivel de ingresos, etc. Finalmente, interviene también **la reevaluación**, relacionada al proceso de retroalimentación, de reevaluación de la situación y el cambio de la forma de enfrentarla (Fierro, 1996; Sandín, 1995).

Por lo tanto, un evento percibido con carga de estrés, exige la puesta en marcha de diversos recursos de la persona para afrontar la situación y restablecer el equilibrio. En ese sentido, el afrontamiento tiene como principal función reducir el malestar vivenciado y el impacto sobre la persona. De ahí que se explique el afrontamiento como el proceso por el cual un individuo realiza esfuerzos cognitivos y conductuales constantemente cambiantes para manejar una demanda que excede sus propios recursos (Lazarus & Folkman, 1986).

En este proceso de afrontamiento se plantean dos funciones: la primera se centra en la regulación de las emociones causadas por el estrés. En este tipo de afrontamiento se percibe que no se podrá modificar la situación estresante y por tanto se trata de disminuir el impacto sobre la persona. La segunda función se focaliza en el manejo directo del problema, al considerarse que el evento estresor puede ser modificado y se buscan soluciones para recomponer el equilibrio (Fierro, 1996; Lazarus & Folkman, 1986; Sandín, 1995). El que una persona emplee un tipo de afrontamiento estará determinado por características de la situación, del individuo, de la evaluación que se realice de los eventos y de los recursos disponibles (Fierro, 1996).

Es debido a la relevancia del afrontamiento en el bienestar personal, que en la actualidad se resalta además de las consecuencias negativas del estrés sobre la salud el estudio de las capacidades de las personas para afrontar sus vidas (Frydenberg, 1996).

En esa línea, a partir de modelo transaccional del estrés y afrontamiento de Lazarus (1986) se han dado diversas propuestas de medición de las Estrategias de Afrontamiento entre ellas la propuesta de Frydenberg y Lewis (1997) a través de sus estudios con población adolescente, en los que se plantean tres modos de afrontamiento: enfocado en la resolución del problema, en el recurrir a los otros y finalmente el no productivo.

Evaluación del Afrontamiento en la Adolescencia

Frydenberg (1996) considera que en los últimos tiempos los problemas relacionados con el estrés en la adolescencia se han incrementado, debido a que los adolescentes atraviesan una etapa en la que tienen que convivir con los particulares cambios internos de este momento del desarrollo, con las expectativas de sus padres, con las presiones del grupo de pares, con las exigencias académicas y de la sociedad. En ese sentido, el identificar cuáles son las preocupaciones más resaltantes de los jóvenes así como el modo de afrontarlas permite tener un mejor conocimiento de esta población.

En base a ello, Frydenberg y Lewis (1997) definen el afrontamiento como el conjunto de acciones cognitivas y afectivas que surgen en reacción a una preocupación en particular e intentan restaurar o reestablecer el equilibrio. Los autores proponen el Adolescent Coping Scale (ACS) (1997), un instrumento consistente para estudiar el afrontamiento en esta población. La prueba identifica las estrategias más comunes empleadas por los adolescentes en 18 escalas.

Dichas estrategias se agrupan a su vez en 3 estilos de afrontamiento diferentes que se explican a continuación:

Resolver el Problema: se refiere a los esfuerzos por resolver el problema manteniendo una actitud optimista y socialmente conectada; comprende:

- ***Concentrarse en resolver el problema (Rp)***: consiste en analizar el problema, y las diferencias alternativas de solución.
- ***Fijarse en lo positivo (Po)***: tendencia a tener una visión optimista del problema.
- ***Distracción física (Fi)***: realización de deporte y esfuerzo físico.
- ***Buscar diversiones relajantes (Dr)***: recurrir a actividades de ocio y relajantes.
- ***Esforzarse y tener éxito (Es)***: realizar conductas de compromiso, ambición y dedicación

Referencia a los Otros: se refiere a los esfuerzos por resolver el problema a través del apoyo brindado por los demás; se ubica:

- **Buscar apoyo social (As):** tendencia a compartir el problema con los demás y buscar apoyo.
- **Invertir en amigos íntimos (Ai):** búsqueda de relaciones personales íntimas y esfuerzo por comprometerse en alguna.
- **Buscar pertenencia (Pe):** interés por las relaciones con los otros y por lo que piensan.
- **Buscar apoyo espiritual (Ae):** realización de acciones como rezar y aferrarse a la religión.
- **Buscar ayuda profesional (Ap):** búsqueda de ayuda de profesionales para tratar de solucionar el problema.
- **Acción social (So):** realización de peticiones y organización de actividades para conseguir ayuda.

Finalmente el **No Productivo:** se refiere al empleo de estrategias evitativas

- **Preocuparse (Pr):** la tendencia a experimentar miedo, preocupación por el futuro o por la felicidad futura.
- **Hacerse ilusiones (Hi):** tendencia a esperar que todo se solucionará de manera positiva.
- **Falta de Afrontamiento (Na):** incapacidad de afrontar y desarrollo de síntomas psicósomáticos.
- **Reducción de la tensión (Rt):** intento de sentirse mejor y de relajar la tensión.
- **Ignorar el problema (Ip):** negación del problema.
- **Autoinculparse (Cu):** sentirse responsable del problema o de las preocupaciones que se tiene.
- **Reservarlo para sí (Re):** huida de los demás para que no conozcan los problemas.

Los dos primeros estilos se componen de estrategias productivas, por tanto se ubicarían como estilos funcionales pues el problema es definido, se identifican soluciones y se realizan acciones para la resolución con o sin referencia hacia otros. El tercer estilo es más bien un estilo disfuncional, ya

que está referido al manejo y expresión de sentimientos y la incapacidad para enfrentar los problemas directamente, por ello las estrategias son improductivas (Frydenberg, 1996).

Afrontando las preocupaciones en la Adolescencia

De la revisión realizada se evidencia la relevancia del estudio de lo que les preocupa a los jóvenes y el cómo lo afrontan, sobretodo en este momento de sus vidas en el que tienen que continuar en el proceso de adaptación a los cambios internos y externos, desde manejar las presiones familiares, del grupo de amigos hasta el adaptarse al sistema universitario, cumplir con las exigencias académicas y elaborar un proyecto de vida.

Es de esta forma que se han dado investigaciones sobre estos temas, entre ellas la de Frydenberg (1996), quien señala que los adolescentes reportan sentirse preocupados en primer lugar por la realización, relacionada a temas de éxito en los exámenes, encontrar un trabajo y una pareja adecuada. Seguidamente se ubican las preocupaciones por las relaciones familiares, con los amigos; finalmente las guerras y la pobreza.

Por otro lado, Cornejo y Lucero (2005) señalan que las preocupaciones principales de los jóvenes están relacionadas con el comienzo de una nueva etapa académica; con sentimientos de soledad, miedo y ansiedad; con dificultades en los estudios y con el área familiar. Coincidiendo con estos hallazgos, en Perú, Martínez y Morote (2001) encuentran que lo que inquieta en mayor medida a los adolescentes es el futuro laboral o vocacional, el rendimiento académico, la familia, los conflictos emocionales y en menor medida las áreas de diversión o sociales. Asimismo, Cassaretto, Chau, Oblitas y Valdez (2003) determinan que las fuentes de mayor preocupación en universitarios son referentes al futuro y a sí mismos.

De lo revisado, se evidencia que los jóvenes están expuestos a preocupaciones o fuentes de estrés, que deberán además contrarrestar a través de diferentes formas de afrontamiento. En ese sentido, se ha realizado un estudio en cuatro países en los que se determinó que generalmente los adolescentes emplean en primer lugar un estilo de afrontamiento productivo, específicamente las estrategias de: *Esforzarse y tener éxito (Es)* y *Concentrarse en resolver el problema (Rp)* y en segundo lugar un afrontamiento no Productivo.

No obstante existen diferencias entre países, puesto que la muestra colombiana tiende en mayor medida a: *Buscar pertenencia (Pe)*, *Fijarse en lo positivo (Po)*, *Acción social (So)*, *Concentrarse en resolver el problema (Rp)*, *Buscar apoyo espiritual (Ae)* y *Preocuparse (Pr)* en comparación con la muestra australiana y alemana. Asimismo, afronta en mayor medida a través del estilo no Productivo y con el de Recurrir a los demás comparándolos con los australianos o alemanes (Frydenberg, Lewis, Kennedy, Ardila, Frindte & Hannoun, 2003).

De otro lado, en un grupo de estudiantes españoles y argentinos, se determinó que las estrategias más utilizadas fueron: *Buscar diversiones relajantes (Dr)* y *Distracción física (Fi)*, *Concentrarse en resolver el problema (Rp)*, *Fijarse en lo positivo (Po)* todas pertenecientes al estilo Productivo; además de *Buscar pertenencia (Pe)* e *Invertir en amigos íntimos (Ai)* (referencia a los otros) y *Preocuparse (Pr)* relacionada al manejo emocional. Y recurren en menor medida a: *Acción social (So)*, perteneciente al estilo de referencia a los otros, *Ignorar el problema (Ip)*, *Reducción de la tensión (Rt)*, *Falta de afrontamiento (Na)*, consideradas como formas no productivas de afrontamiento (Massone & González, 2003; Melcón, Alonso & González, 2003).

Si bien en muestras españolas y argentinas se encuentran tales resultados, otros estudios como el realizado por Figueroa, Cohen, Lacunza y Gronda (2005), también en Argentina reporta que a pesar de que los adolescentes prefieren valerse más del afrontamiento productivo, *Preocuparse (Pr)* está en primer lugar seguido de *Buscar diversiones relajantes (Dr)*, *Buscar pertenencia (Pe)*, *Concentrarse en resolver el problema (Rp)*, *Invertir en amigos íntimos (Ai)* y *Fijarse en lo positivo (Po)*. Se observa un empleo de estrategias enfocadas en la resolución del problema así como de referencia a los otros. En cuanto al uso del estilo no productivo, los hallazgos concuerdan con la muestra española agregándose además el menor empleo de *Acción social (So)*

En el Perú, hay acuerdo entre los autores en señalar que los jóvenes prefieren el afrontamiento centrado en el problema haciendo uso de la reflexión, la búsqueda de soluciones y el asumir compromisos, consideradas como estrategias activas o saludables (Alcalde, 1998; Cassaretto et al., 2003; Casuso, 1996). Sin embargo, hay quienes consideran que una estrategia focalizada en las emociones precede a las demás (Alcalde, 1998; Cassaretto et al.; Martínez & Morote, 2001).

Similares resultados se reportan en universitarios, quienes prefieren en primer término el estilo de Resolver el Problema, seguido del de Referencia a los Otros, ambos considerados funcionales o productivos. Entre las estrategias más utilizadas están: *Esforzarse y tener éxito (Es)* seguida de *Preocuparse (Pr)*. Resaltan también: *Concentrarse en resolver el problema (Rp)*, *Buscar diversiones relajantes (Dr)* (Moreano, 2006). Por su parte, Martínez y Morote (2001) coinciden con Moreano, pero, al igual que Figueroa et al. (2005), hallan que la estrategia de *Preocuparse (Pr)* precede a la de *Esforzarse y tener éxito (Es)*.

Por otro lado, al igual que los estudios anteriormente citados, el estilo menos empleado por los estudiantes peruanos es el No Productivo y las estrategias menos usadas son: *Reducción de la tensión (Rt)*, *Ignorar el problema (Ip)*, *Falta de afrontamiento (Na)* y *Acción social (So)*; siendo las tres primeras menos productivas y dirigidas a la emoción y la última en referencia a los demás (Martínez & Morote, 2001; Moreano, 2006).

En cuanto al género, la cultura va determinando roles tanto a lo femenino como a lo masculino, de ahí que desde etapas muy tempranas se van expresando las diferencias entre géneros en diversos ámbitos del funcionamiento. Por lo tanto, hombres y mujeres se socializan internalizando diferencias en la forma de evaluar la realidad y afrontar las demandas. (Frydenberg, 1996; Martínez & Morote, 2001). Es así que, si bien se revelan diferencias entre culturas, generalmente las jóvenes tienden a emplear *Reducción de la tensión (Rt)* y mas bien los hombres enfrentan lo sucesos a través de *Distracción física (Fi)*, *Buscar diversiones relajantes (Dr)*, *Reservarlo para sí (Re)* e *Ignorar el problema (Ip)* (Frydenberg, 1996).

De ahí que existan estudios que reportan que los hombres puntúan alto en estrategias de distanciamiento y control del self y las mujeres prefieren la búsqueda de soporte social (Hampel, & Petermann, 2005; Sinha, Willson & Watson, 2000). Resultados equivalentes fueron obtenidos por otras investigaciones (Fantín, Florentino & Correché, 2005; Figueroa et al., 2005; Frydenberg & Lewis, 1993; Samper, Tur, Mester & Cortés, 2008) las cuales muestran que las estudiantes tienden a emplear estrategias de referencia a los otros como *Búsqueda de apoyo social (As)* o *Invertir en amigos íntimos (Ai)* y no funcionales como *Hacerse ilusiones (Hi)*, *Reducción de la tensión (Rt)* y *Preocuparse (Pr)* en mayor medida que los hombres, quienes a su vez utilizan

más la *Distracción física (Fi)*, considerada como funcional y una no productiva como *Ignorar el problema (Ip)*.

En el Perú, las investigaciones determinan que las universitarias prefieren enfrentar las situaciones estresantes a través de la búsqueda de apoyo social por razones instrumentales y emocionales, así como centrando o liberando emociones y acudiendo a la religión, en comparación con los hombres, quienes se enfocan en un estilo dirigido más bien al problema (Alcalde, 1998; Cassaretto et al., 2003; Casuso, 1996). Sin embargo, estudios como el de Montenegro (2001) muestran que las mujeres reportan un mayor empleo de estrategias relacionadas con la confrontación y enfrentamiento al problema, con la reevaluación positiva de la situación y con la búsqueda de soporte.

Ahora bien, con respecto a las estrategias, las jóvenes presentan mayores puntajes en: *Fijarse en lo positivo (Po)*, *Buscar apoyo social (As)*, *Invertir en amigos íntimos (Ai)*, *Buscar pertenencia (Pe)* y *Reducción de la tensión (Rt)*. *Distracción física (Fi)* es mayormente seleccionada por los hombres (Moreano, 2006). Martínez y Morote (2001) muestran resultados afines, ya que las mujeres prefieren emplear escalas pertenecientes en primer lugar al estilo de referencia a los otros (*Buscar apoyo social (As)*) seguido del estilo de resolución del problema (*Concentrarse en resolver el problema (Rp)*) y los hombres tienden al estilo de referencia a los otros (*Acción social (So)*), al no productivo (*Ignorar el problema (Ip)*) y *Reservarlo para sí (Re)*) y finalmente al positivo (*Distracción física (Fi)*). Por su parte, Canessa (2000) a través de su estudio con escolares, reporta que las mujeres tienden a emplear *Buscar apoyo social (As)*, *Invertir en amigos íntimos (Ai)*, *Falta de afrontamiento (Na)*, *Reducción de la tensión (Rt)*, *Acción social (So)* y *Buscar apoyo espiritual (Ae)*; por el contrario, los varones prefieren *Ignorar el problema (Ip)*, *Buscar diversiones relajantes* y *Distracción física (Fi)*.

En lo que respecta al nivel socioeconómico, las investigaciones señalan que los universitarios de sectores más favorecidos tienden a liberar emociones y a buscar el apoyo de sus redes sociales (Alcalde, 1998; Casuso, 1996). Contrariamente al nivel socioeconómico bajo, que emplean mayormente estrategias de afrontamiento activo. Sin embargo, otros estudios reportan que más bien los sectores de niveles bajos prefieren evitar, negar o minimizar la gravedad del problema así como reducir la tensión (Montenegro, 2001). Estos reportes son análogos a los de Martínez y Morote (2001), quienes encuentran que los adolescentes de sectores bajos prefieren aislarse y recurrir a la religión

en comparación con los de sectores altos, quienes se *concentran en resolver el problema (Rp)*, en *Invertir en amigos íntimos (Ai)* y en *Buscar pertenencia (Pe)*. Asimismo, Canessa (2000), reporta que las estrategias más empleadas por el sector medio y alto acuden con mayor frecuencia a una red social y analizan el problema sistemáticamente así como recurren a actividades que los distraigan que los del sector bajo. Por el contrario, los del sector bajo, presentan incapacidad para solucionar sus problemas y recurren a la religión.

4. Satisfacción con la vida y Estrategias de afrontamiento en la Adolescencia

Los estudios recientes muestran que existe evidencia demostrable que las fortalezas humanas protegen a los seres humanos de diversas enfermedades (Vera, 2006), entre ellas el adecuado manejo de un evento estresante podría disminuir las emociones negativas y más bien mantener o generar mayor bienestar psicológico (Figueroa, Contini, Lacunza, Levín & Estévez, 2005).

En esa línea, jóvenes con elevado grado de bienestar tienden a enfrentarse directamente a los problemas desde varios enfoques, estando altamente motivados y resaltando el aspecto positivo de la situación generadora de estrés. Asimismo, los demás cobran esencial relevancia, ya que se convierten en una fuente de contención, en la medida que se resuelva el problema (Contini, Coronel, Levín & Estevez, 2003). Por lo tanto, el soporte social está estrechamente ligado a la satisfacción vital (Del Risco, 2007) y ayuda al proceso de logro de la identidad.

De igual forma, existe interés por las necesidades emocionales haciendo uso de la preocupación por el futuro, de ahí que, esta estrategia no sea considerada como improductiva en los jóvenes (González, Montoya, Casullo & Bernabéu, 2002).

Por otro lado, las investigaciones señalan que los adolescentes con bajo bienestar psicológico emplean estrategias pasivas como: autoinculparse, reservarlo para sí, ignorar el problema, reducción de la tensión y falta de afrontamiento. Así, el sentirse culpable de lo que sucede, el recurrir al alcohol, u otras sustancias, el negar el problema o fuente de estrés y finalmente el aislarse de la red social está fuertemente asociada a la disminución de la salud y bienestar en los jóvenes (Contini et al., 2003). Contrariamente al enfrentar

activamente, con esfuerzo y desplegando los recursos necesarios para controlar el estrés generado por un estímulo, asociado a un alto bienestar (Figuroa et al., 2005; González et al., 2002).

5. Planteamiento del problema

De la literatura revisada se desprende que ha habido mucho interés por explicar los factores que intervienen en la Satisfacción con la vida de los jóvenes, pues es precisamente en este momento del desarrollo en el que tienen que hacer frente a preocupaciones relacionadas a cambios internos propios de la etapa que atraviesan, así como a exigencias externas. En ese sentido, identificar qué es lo que les preocupa y cómo afrontan estos problemas puede protegerlos favoreciendo un mejor ajuste, un estado de bienestar y satisfacción en sus vidas. De ello, se plantea la siguiente pregunta de investigación: ¿Existe relación entre la Satisfacción con la vida y las Estrategias de afrontamiento en un grupo de jóvenes universitarios? Con este fin, se plantean los siguientes objetivos:

Objetivo General:

- Establecer la relación entre Satisfacción con la vida y Estrategias de afrontamiento en un grupo de universitarios de Lima.

Objetivos Específicos:

- Describir los niveles de Satisfacción global y por áreas.
- Analizar los niveles de Satisfacción de acuerdo a variables sociodemográficas.
- Describir las Estrategias de afrontamiento empleadas por el grupo.
- Analizar las Estrategias de afrontamiento empleadas por el grupo de acuerdo a variables sociodemográficas.
- Establecer la relación entre Satisfacción global y por áreas y las Estrategias de afrontamiento en el grupo.

CAPÍTULO II

Metodología

El presente estudio es no experimental de tipo correlacional pues intenta analizar el grado de relación entre la satisfacción con la vida y el afrontamiento sin manipulación de las variables implicadas (Hernández, Fernández & Baptista, 2006). Igualmente, corresponde a un diseño de tipo transeccional o transversal, en vista que se centra en medir la relación entre la satisfacción con la vida y el afrontamiento en un momento determinado (Hernández et al., 2006).

1. Participantes:

La muestra estuvo constituida en un principio por 392 estudiantes, hombres y mujeres de una universidad privada de Lima, que cursaban los primeros dos años de estudio y cuyas edades se encontraban entre los 16 y 22 años. Los participantes fueron seleccionados a través de un muestreo no probabilístico accidental, ya que la elección fue de manera informal, con los casos que estuvieron dispuestos a participar en la investigación (Hernández, Fernández & Baptista, 2006).

De los 392 estudiantes, 362 cumplieron con los criterios establecidos para el estudio:

- Haber nacido en Perú
- Tener entre 16 y 22 años de edad
- Estar cursando los primeros dos años de estudios universitarios.
- Contestar todos los ítems de la Escala de Satisfacción con la vida (SWLS).
- No tener más de 2 ítems en blanco en alguna escala del ACS.
- No tener en conjunto más de 5 ítems en blanco en el ACS.

Se descartaron 30 casos, 3 casos por ser ciudadanos extranjeros, 7 por no cumplir con criterios de edad, 1 caso por haber dejado de contestar un ítem de la escala de satisfacción con la vida, 4 casos por no contestar datos demográficos, 2 casos por tener más de 2 ítems en blanco en una escala, 13 casos por haber marcado más de 2 respuestas en alguno de los ítems del ACS.

Al final la muestra estuvo compuesta por 362 universitarios entre 16 y 22 años, de ambos sexos. Con relación a la distribución según el lugar de nacimiento, se observa que la mayoría nació en Lima/Callao (79.4 %) y vive con sus padres (60.1%). En relación a la variable sexo, el mayor número de estudiantes fue de sexo masculino (56.6 %) y el 43.4 % fueron mujeres. Asimismo, según el área de estudio, se reporta una población mayoritariamente masculina en el área de ciencias y femenina en el área de letras.

De otro lado, según la edad de los estudiantes, la mayor parte de la muestra tiene entre 16 y 19 años con una edad promedio de 17 años. Finalmente, para definir el Nivel socioeconómico se tomó en cuenta la escala de pagos de la universidad y a partir de ello se consideró el nivel socioeconómico medio con 76.9 % y el nivel socioeconómico alto con 23.1 % estudiantes.

Tabla 1: Distribución de la muestra según variables demográficas

sexo	f	%
mujeres	157	43.4
hombres	205	56.6
total	362	100
edad		
16-19	316	87.3
20-22	46	12.7
total	362	100
nivel socioeconómico		
medio	273	76.9
alto	82	23.1
total	355	100
área de estudio		
ciencias	181	50
letras	181	50
total	362	100

2. Medición e Instrumentos:

Satisfacción con la vida:

La Satisfacción con la vida definida bajo el modelo de Diener como el juicio o evaluación cognitiva de la propia vida se midió a través de la escala de Satisfacción con la Vida (SWLS) (Pavot & Diener, 1993).

La escala fue construida por Diener et. al. (1985) con el objetivo de evaluar el grado de satisfacción con la vida global en las personas. El SWLS es una escala de tipo Likert y cuenta con cinco ítems y siete opciones de respuesta, desde Totalmente de Acuerdo hasta Totalmente en Desacuerdo. Esta escala permite obtener un índice global de la satisfacción con la vida de las personas. Las categorías de corrección de la prueba original indican que un puntaje entre 31 y 35 indica extremada satisfacción con la vida, entre 26 y 30 indica satisfacción con la vida, entre 21 y 25 indica ligera satisfacción, el punto neutral es el puntaje de 20. Asimismo, una puntuación que va de 15 a 19 refiere ligera insatisfacción con la vida, de 10 a 14 indica insatisfacción con la vida y finalmente un puntaje de 5 a 9 corresponde a la categoría de extremada insatisfacción (Pavot & Diener, 1993).

Para el presente estudio, con el fin de que los estudiantes puedan contestar de manera más sencilla y rápida la prueba, las opciones de respuesta de la escala original se redujeron de 7 a 5. Tomando como referencia las categorías de la prueba original se realizó la siguiente equivalencia: el puntaje mínimo es de 5 y el máximo es 25. Los criterios de corrección fueron los siguientes:

- De 5 a 9: la persona se encuentra muy insatisfecha
- De 10 a 14 corresponde a la categoría de insatisfacción.
- El puntaje 15 indica el punto neutral de la escala.
- De 16 a 20 corresponde a la categoría de satisfacción.
- De 21 a 25: la persona se encuentra muy satisfecho.

Para la evaluación de la Satisfacción por áreas se crearon cinco ítems que exploraron la satisfacción en cinco dominios considerados importantes para

esta población. Éstos fueron: la familia, los amigos, la pareja, los estudios y la situación económica (ver Anexo A2).

Con respecto a la validez, Diener et al. (1985) realizaron un análisis factorial de la escala resultando un solo factor que explicó el 66% de la varianza. Asimismo, se realizaron estudios diversos en los cuales se correlacionaron el SWLS con otras medidas del bienestar subjetivo, en todos ellos, se muestra una correlación moderadamente fuerte con la escala Satisfacción con la vida (Diener et al., 1985).

Con respecto a la confiabilidad, el SWLS reporta un coeficiente alpha de .87 para la escala y un coeficiente de estabilidad test-retest de dos meses de .82. (Diener et al. 1985). Posteriormente, Pavot y Diener (1993) hacen una revisión de las investigaciones en las que estos resultados han sido confirmados como la de: Blais et al. (1989), Pavot et al.(1991), Yardley & Rice (1991), Alfonso & Allison (1992) y Magnus, Diener, Fujita & Pavot (1992).

En el Perú, se han realizado numerosas investigaciones con el SWLS. Martínez (2004) realizó una investigación con 570 personas entre 16 y 65 años encontrando también un solo factor que explicaba el 57.63 % de la varianza total y un alpha de Cronbach de .81. En la misma línea se encuentran otros estudios como el de Del Risco (2007), Cornejo (2005) y Ly (2004). En todos ellos se hallaron resultados consistentes para confirmar la validez y confiabilidad de la escala.

Para la presenta investigación se obtuvo un Alfa de Cronbach de 0.78 confirmándose la confiabilidad del SWLS en la muestra estudiada (ver Anexo B2).

Afrontamiento:

Definido como el conjunto de acciones cognitivas y afectivas que surgen en reacción a una preocupación en particular e intentan restaurar el equilibrio. Se midió a través del ACS (Adolescent Coping Scale). Este instrumento fue elaborado para jóvenes entre 12 a 18 años pero también puede ser empleado para mayores de esa edad (Frydenberg & Lewis, 1997)

El ACS contiene 80 ítemes, 79 cerrados y el último abierto, que evalúan 18 estrategias de afrontamiento diferentes. Los 79 ítemes cerrados se puntúan

a través de una escala Likert de cinco puntos (no me ocurre nunca o no lo hago, me ocurre o lo hago raras veces, me ocurre o lo hago algunas veces, me ocurre o lo hago a menudo y me ocurre o lo hago con mucha frecuencia). El último ítem identifica conductas de afrontamiento diferentes a las anteriores. Los ítems se agrupan en 18 escalas que a su vez se dividen en tres estilos los cuales se presentan a continuación:

Estrategias	
Resolver el problema	<i>Concentrarse en Resolver el Problema (Rp)</i> <i>Esforzarse y tener éxito (Es)</i> <i>Fijarse en lo positivo (Po)</i> <i>Buscar diversiones relajantes (Dr)</i> <i>Distracción Física (Fi)</i>
Referencia a los otros	<i>Buscar Apoyo Social (As)</i> <i>Invertir en amigos íntimos (Ai)</i> <i>Buscar pertenencia (Pe)</i> <i>Acción Social (So)</i> <i>Buscar apoyo espiritual (Ae)</i> <i>Buscar ayuda profesional (Ap)</i>
Afrontamiento no Productivo	<i>Preocuparse (Pr)</i> <i>Hacerse Ilusiones (Hi)</i> <i>Falta de Afrontamiento (Na)</i> <i>Reducción de la tensión (Rt)</i> <i>Ignorar el problema (Ip)</i> <i>Autoinculparse (Cu)</i> <i>Reservarlo para sí (Re)</i>

El ACS tiene dos versiones: una general, que evalúa el afrontamiento ante preocupaciones en general y la específica, que se refiere al afrontamiento de una preocupación en particular, citado por el sujeto o por el evaluador. Ambas versiones tienen los mismos elementos aunque varían parcialmente en las instrucciones de aplicación. Finalmente, existe también una versión abreviada con 18 ítems.

Con respecto a la validez los autores realizaron 3 análisis factoriales a través del método de los componentes principales con rotación oblimin para los ítems encontrando que las 18 escalas son válidas (Frydenberg & Lewis, 1997).

Asimismo, se encontró suficiente estabilidad de los ítems, reportándose coeficientes test-retest mayores a .32. De igual manera, los coeficientes test-retest para las subescalas estuvieron entre .49 y .82 para la forma específica y entre .44 y .84 para la forma general. Además, la prueba reporta coeficientes de consistencia interna entre .62 y .87 en la forma específica y entre .54 y .84 para la forma general. Sólo en dos escalas de la forma específica (Buscar diversiones relajantes y Distracción física) y tres en la forma general (Distracción física, Buscar diversiones relajantes y Falta de afrontamiento) los coeficientes fueron inferiores a .65. (Frydenberg & Lewis, 1997).

De otro lado, se han realizado numerosas investigaciones con adolescentes de diferentes países tales como la de Casullo y Fernández (2001), quienes aplican el ACS a 1320 adolescentes argentinos encontrando un alpha de Cronbach de .85 y correlaciones de .70 y .80 con el método de división por mitades. Por su lado, Pereña y Seisdedos llevaron a cabo la adaptación española de la prueba en una muestra de 452 adolescentes entre 12 y 20 años. Se analizaron los elementos con media más alta y baja, con mayor heterogeneidad y homogeneidad, las correlaciones entre las escalas y un análisis factorial de componentes principales confirmando la confiabilidad y validez de la prueba (Frydenberg & Lewis, 1997).

En el Perú, la prueba ha sido trabajada por Canessa (2000) quien adaptó la prueba en una muestra de 1236 escolares, de ambos sexos entre 14 y 17 años. La autora después de realizar modificaciones en el número y redacción de los ítems aplicó la versión modificada a una muestra piloto. Posteriormente se modificaron las instrucciones, la redacción de algunos ítems y las alternativas de respuesta obteniendo la versión final (Escalas de Afrontamiento para Adolescentes Revisadas, ACS Lima) la cual fue administrada a una muestra mayor de escolares. En este estudio se encontró una correlación ítem-test mayor a .20 para 79 de los 80 ítems de la prueba. Asimismo, se reportaron índices alpha de .48 y .84. confirmando la fiabilidad de las escalas. Con respecto a la validez, se emplearon tres análisis factoriales de los ítems como en la versión original obteniéndose 6 factores en cada análisis los cuales explicaron el 50.2%, 50.3% y 49.7% de la varianza total respectivamente. En cuanto a las escalas, a través de un análisis factorial se determinó seis factores que explicaron el 67.6% de la varianza total concluyéndose la validez de constructo. Por su lado, Moreano (2006), utilizando la versión de Pereña y Seisdedos (Frydenberg &

Lewis, 1997) en un grupo de 145 universitarios confirma los hallazgos previos. Asimismo, con respecto a la confiabilidad, 74 de los 79 ítems mostraron correlaciones ítem-escala por encima de .20; además de hallarse coeficientes de consistencia interna entre .50 y .84.

Para la presente investigación se utilizó la forma general adaptada a la población española por Pereña y Seisdedos. Además, se incluyó la pregunta sobre la preocupación principal en la vida de la forma específica por considerarse relevante explorar este tema en la población estudiada (Frydenberg & Lewis, 1997) (ver Anexo A2). Se empleó la versión española y no las Escalas de Afrontamiento para Adolescentes Revisadas (ACS Lima) realizada por Canessa (2000) pues dicha versión cambió la redacción de gran parte de los ítems, convirtió un ítem en dos y no se tomó en cuenta la pregunta abierta. Además, la versión de Pereña y Seisdedos (1997) se ha utilizado recientemente con buenos resultados en un grupo con características similares.

Para analizar las propiedades psicométricas del ACS se realizó un análisis por consistencia interna obteniéndose coeficientes Alpha de Cronbach para las escalas ubicados entre 0.53 y 0.83 así como 75 de los 79 ítems mostraron asimismo correlaciones superiores a 0.2 (ver Anexo B3)

3. Procedimiento:

En primer lugar se solicitaron los permisos correspondientes a los decanos de las facultades de Estudios Generales, explicando los objetivos de la investigación. Las facultades recomendaron solicitar los permisos a los profesores. Seguidamente, se hicieron los contactos con los profesores para que los participantes puedan responder a las pruebas en los 20 últimos minutos de sus clases. Con los que aceptaron se coordinó las fechas y los horarios.

Previamente a la aplicación se explicó a los estudiantes los objetivos de la investigación, y se les invitó a participar de manera voluntaria. Con los alumnos que aceptaron se procedió a entregarles el consentimiento informado (ver Anexo A1), la ficha de datos personales y las dos pruebas: La escala de Satisfacción con la vida (SWLS), incluyendo las preguntas sobre la satisfacción en las áreas y la escala de Afrontamiento para adolescentes (ACS) (ver Anexo A2).

Al finalizar la aplicación se les dio a los alumnos una fecha y hora para que puedan recoger sus resultados. De los participantes ninguno fue a recogerlos.

Para analizar los datos, se empleó el programa estadístico SPSS versión 15.0. En primer lugar, se obtuvieron los coeficientes alpha de Cronbach de la Escala de Satisfacción con la vida (SWLS) y de las Escalas y Estilos de Afrontamiento para adolescentes (ACS) constatando así la confiabilidad de las pruebas (ver Anexo B2 y B3).

Posteriormente se emplearon medidas de tendencia central para la descripción de la muestra y el análisis de la pregunta abierta y de la preocupación principal. Luego, se realizó la prueba de normalidad de ajuste de Kolmogorov-Smirnov para determinar la normalidad de los datos. La mayor parte de las variables correspondieron a una distribución no normal, por lo que se emplearon pruebas no paramétricas (ver Anexo B1).

Para la comparación de las variables según los datos sociodemográficos se usó la prueba U de Mann Whitney así como la prueba Chi cuadrado para la variable Preocupación. Finalmente se utilizó la correlación de Spearman para asociar las variables de Satisfacción con la vida, Satisfacción por áreas y Estilos y Estrategias de Afrontamiento.

CAPÍTULO III

Resultados

A continuación se presentan los resultados del estudio, en primer lugar se presentan los hallazgos en cuanto a Satisfacción con la vida incluyendo el análisis de Satisfacción por áreas y su relación con los datos sociodemográficos. Luego, se presenta la preocupación principal de los participantes, los resultados de la variable Estrategias de afrontamiento y su relación con los datos sociodemográficos. Finalmente, se presenta la relación entre ambas variables.

Satisfacción con la vida y Satisfacción por áreas

En primer lugar puede observarse que los jóvenes de la muestra están en promedio satisfechos con sus vidas ($M = 17.37$, $DE = 3.30$). En ese sentido, es importante señalar como se observa en el gráfico 1 que más del 60 % de la muestra se perciben entre satisfechos y muy satisfechos con sus vidas y sólo un 19.9 % se ubican en la categoría de insatisfechos y muy insatisfechos.

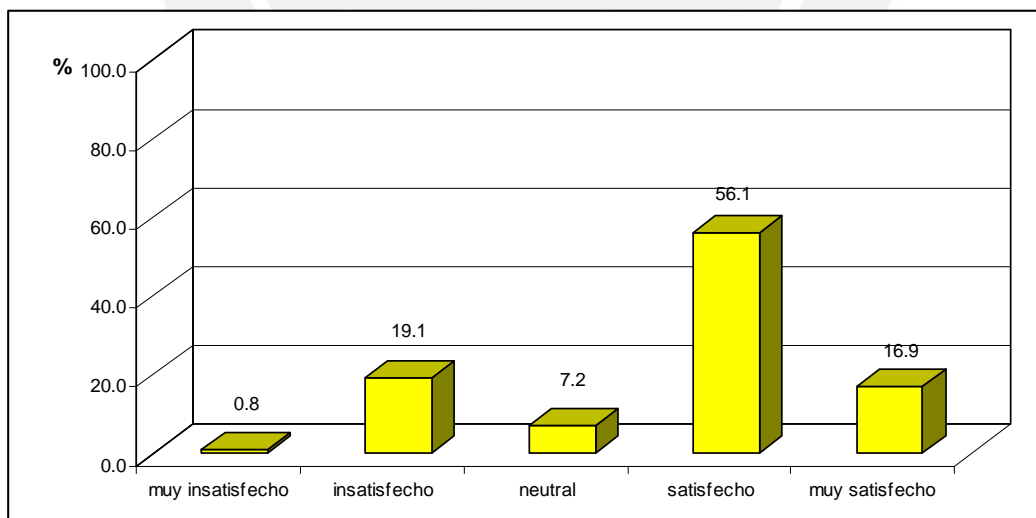


Gráfico 1: Descripción de la Satisfacción con la vida

Con respecto a la Satisfacción por áreas, se observa que el área de mayor satisfacción es la familiar seguida del área amical. El aspecto de menor satisfacción es el académico (tabla 2).

Tabla 2: Descripción de Satisfacción por áreas

Áreas de Satisfacción	N	M	DE
satisfacción familiar	362	4.12	.85
satisfacción amical	362	4.05	.74
satisfacción con la pareja	158	3.60	.96
satisfacción económica	362	3.51	.88
satisfacción académica	362	3.43	.89

Seguidamente, al analizar la relación entre Satisfacción global y las áreas de Satisfacción se encuentra que todas las áreas están estrechamente relacionadas ubicándose el factor económico en primer lugar seguido del área de Satisfacción académica y Satisfacción familiar. Aparentemente, la situación económica, más que la académica o familiar sería más significativa en la evaluación que realizan los jóvenes de sus propias vidas (tabla 3).

Tabla 3: Correlaciones entre Satisfacción con la vida (SWLS) y Satisfacción por áreas

	Satisfacción con la vida (SWLS)	satisfacción económica	satisfacción académica	satisfacción familiar	satisfacción con pareja	satisfacción amical
Satisfacción económica	.464***					
Satisfacción académica	.404***	.278***				
Satisfacción familiar	.400***	.301***	.235***			
Satisfacción con la pareja	.394***	.260**	.190*	.213**		
Satisfacción amical	.385***	.250***	.185***	.410***	.371***	

*p < .05

**p < .01

***p < .001

Con respecto a la comparación de grupos a partir de las variables sociodemográficas se identifican algunas diferencias significativas a través de la prueba U de Mann-Whitney.

En cuanto al sexo no se hallaron diferencias significativas ni en Satisfacción con la vida ni en Satisfacción por áreas. El nivel socioeconómico sí marca diferencias entre los jóvenes evaluados. Así, los estudiantes pertenecientes al nivel socioeconómico alto reportan sentirse más satisfechos con sus vidas, con la relación amical, con la relación de pareja y con su situación económica (tabla4).

Tabla 4: *Diferencias de Satisfacción con la vida y por áreas según el Nivel socioeconómico*

Satisfacción	Nivel socioeconómico						U
	medio			alto			
	N	M	DE	N	M	DE	
Satisfacción con la vida	273	17.08	3.315	82	18.37	3.041	8403.5**
Satisfacción amical	273	4.03	.727	82	4.18	.722	9736.5*
Satisfacción con la pareja	114	3.47	.961	41	4.00	.837	1679.0**
Satisfacción con la economía	273	3.36	.868	82	4.00	.703	6741.5***

*p < .05

**p < .01

***p < .001

Finalmente, según el área de estudios, sólo se reportan diferencias significativas en la satisfacción académica a favor de los universitarios de letras ($M = 3.54$, $DE = .853$).

Preocupación principal

En lo que concierne a la pregunta abierta sobre la principal preocupación de los jóvenes, la presente investigación se basó en las categorías identificadas en la investigación de Martínez y Morote (2001) sobre la principal preocupación en jóvenes limeños considerándose los estudios, el futuro, los temas personales, lo familiar, los pares, el ámbito social y el económico como temas de preocupación entre los estudiantes (ver tabla 5).

Tabla 5: Descripción de la preocupación principal de la muestra (N= 351)

Preocupaciones	f	%
Estudios	212	60.6
Futuro	77	20.8
Personal	63	17.2
Familia	54	15.4
Pares	36	10.3
Social	24	6.8
Económica/trabajo	22	6.3

Se tomó en cuenta la frecuencia y el porcentaje de 351 respuestas contestadas. Puede observarse que los jóvenes se encuentran preocupados en primer lugar por los estudios (60.6 %) que incluye temas relacionados a las notas de cursos, a la organización del tiempo, al deseo de culminación de la carrera, al miedo a la nueva etapa que comienzan en sus vidas.

- *“Entender los temas que me están enseñando y poder salir bien en mis prácticas “(mujer, 19 años, E.E.G.G Ciencias).*
- *“Terminar mi carrera en esta universidad “(hombre, 17 años, E.E.G.G Ciencias).*

En segundo lugar, las preocupaciones por el futuro relacionadas al futuro laboral, al éxito profesional y al futuro vocacional fueron dadas por el 20.8% de la muestra

- *“No llegar a ser un buen profesional “(hombre, 18 años, E.E.G.G Ciencias).*
- *“Encontrar un trabajo “(mujer, 18 años, E.E.G.G Letras).*

En tercer lugar, el 17.2% de los jóvenes se sienten preocupados por temas personales asociados a penas, miedos, ansiedades y conflictos emocionales.

- *“Cómo enfrentar situaciones difíciles, cómo darte cuenta que no te valoras lo suficiente “(mujer, 18 años, E.E.G.G Letras).*
- *“Sentirme feliz “(hombre, 19 años, E.E.G.G Letras).*

Seguidamente, se presentan las preocupaciones por la familia (15.4%), relacionadas a la relación con sus padres, hermanos, los pares (10.3%) incluye temas de la relación con los amigos y/o la pareja, la social (6.8%) vinculados al país y/o el mundo y finalmente la económica (6.3%) asociado a la economía familiar.

- “La universidad y mi desempeño, los problemas entre mis padres y el mundo en general (pobreza, calentamiento, animales en la calle)” (Mujer, 19 años, E.E.G.G Letras).
- “Los amigos, ya que no me es fácil relacionarme con los demás” (mujer, 18 años, E.E.G.G Letras).
- “La universidad, mi familia y la economía” (mujer, 18 años, E.E.G.G).
- “El conseguir una chica y que me deje, siempre me pasa”(hombre, 17 años, E.E.G.G Ciencias).

Para el análisis de diferencias según variables demográficas se utilizó la prueba Chi-cuadrado reportándose que solamente el nivel socioeconómico diferencia la población en preocupación *Personal* siendo mayor en el grupo perteneciente al nivel socioeconómico alto (26.0%, $p < .05$) a diferencia de los estudiantes de nivel medio quienes mostraron mayor preocupación en *Estudios* (64.4%, $p < .01$).

Estilos y Estrategias de Afrontamiento

En relación al Estilo más empleado por los jóvenes, se observa que prefieren en primer lugar enfrentar los problemas tratando de resolverlos directamente. Seguidamente, recurren al soporte de los demás y en menor medida, como se esperaba, tienden a afrontarlos de manera no productiva (ver gráfico 2).

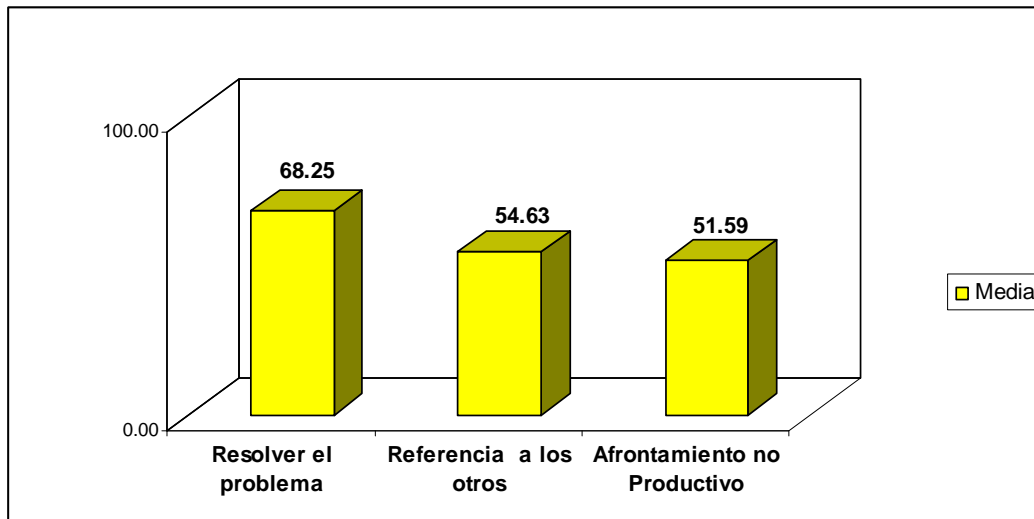


Gráfico 2: Descripción de los Estilos de Afrontamiento

En el gráfico 3 se muestran las puntuaciones de las Estrategias de Afrontamiento. Puede verse que el grupo en general utiliza en primer lugar la *Preocupación (Pr)* relacionada con un afrontamiento considerado como no productivo, seguida de *Esforzarse y tener éxito (Es)* estrategia perteneciente al Estilo Resolver el problema. Seguidamente, *Buscar diversiones relajantes (Dr)*, *Concentrarse en resolver el problema (Rp)*, *Fijarse en lo positivo (Po)* consideradas como funcionales y *Buscar pertenencia (Pe)* relacionada al Estilo de Referencia a los otros.

Por otro lado, las escalas menos empleadas son: *Falta de afrontamiento (Na)* e *Ignorar el problema (Ip)* y *Reducción de la tensión (Rt)* asociadas a un afrontamiento disfuncional y *Acción social (So)* referido a los demás.

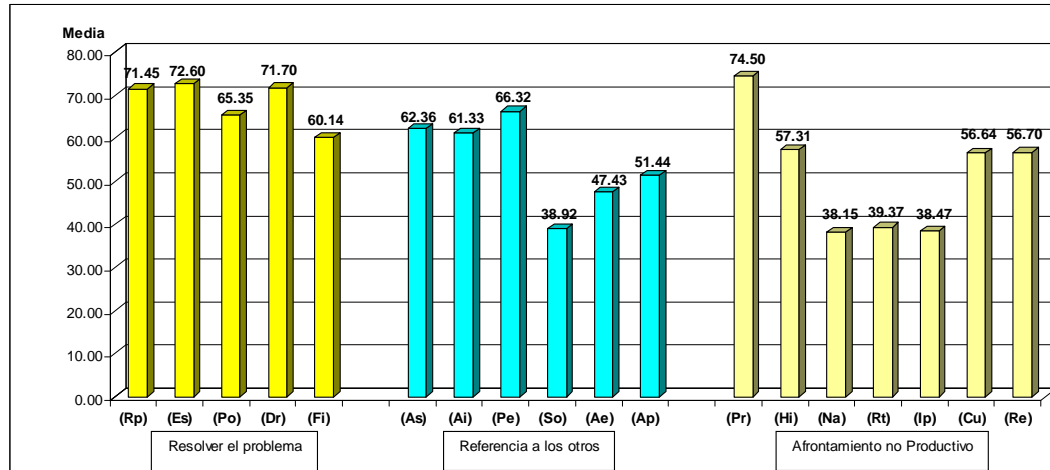


Gráfico 3: Descripción de las Estrategias de Afrontamiento

Resolver el problema

- Concentrarse en Resolver el Problema (Rp)*
- Esforzarse y tener éxito (Es)*
- Fijarse en lo positivo (Po)*
- Buscar diversiones relajantes (Dr)*
- Distracción Física (Fi)*

Referencia a los otros

- Buscar Apoyo Social (As)*
- Invertir en amigos íntimos (Ai)*
- Buscar pertenencia (Pe)*
- Acción Social (So)*
- Buscar apoyo espiritual (Ae)*
- Buscar ayuda profesional (Ap)*

Afrontamiento no Productivo

- Preocuparse (Pr)*
- Hacerse Ilusiones (Hi)*
- Falta de Afrontamiento (Na)*
- Reducción de la tensión (Rt)*
- Ignorar el problema (Ip)*
- Autoinculparse (Cu)*
- Reservarlo para sí (Re)*

A continuación, para determinar la existencia de diferencias en los Estilos y Estrategias según las variables sociodemográficas se utilizó la prueba U de Mann-Whitney hallándose ciertas diferencias en las Estrategias mas no en los Estilos.

La tabla 6 muestra las diferencias significativas entre el grupo de las mujeres y de los hombres. Se observa que las estrategias *Esforzarse y tener éxito (Es)*, *Buscar Apoyo Social (As)*, *Buscar pertenencia (Pe)*, *Buscar apoyo espiritual (Ae)*, *Preocuparse (Pr)* y *Reducción de la tensión (Rt)* son más empleadas por las universitarias. Mientras que *Distracción Física (Fi)* e *Ignorar el problema (Ip)* son preferidas por los varones.

Tabla 6: Diferencias de Estrategias de Afrontamiento según el Sexo

Área	Estrategias	Sexo del alumno				U
		mujeres		hombres		
		M	DE	M	DE	
Resolver el problema	<i>Esforzarse y tener éxito (Es)</i>	74.01	11.97	71.51	11.24	13956.5*
	<i>Distracción Física (Fi)</i>	54.08	19.79	64.78	20.01	11064.5***
Referencia a los otros	<i>Buscar Apoyo Social (As)</i>	65.04	15.21	60.31	15.12	13243.5**
	<i>Buscar pertenencia (Pe)</i>	67.82	12.47	65.17	12.79	14108.0*
	<i>Buscar apoyo espiritual (Ae)</i>	49.52	15.57	45.83	14.62	14005.5*
Afrontamiento no productivo	<i>Preocuparse (Pr)</i>	76.18	12.08	73.21	12.10	14123.0*
	<i>Reducción de la tensión (Rt)</i>	42.42	12.62	37.03	11.31	12043.0***
	<i>Ignorar el problema (Ip)</i>	36.15	13.35	40.24	14.49	13236.0**

*p < .05

**p < .01

***p < .001

En cuanto al área de estudios, el grupo de ciencias puntúa más alto en las estrategias *Distracción Física (Fi)* ($M = 62.38, DE = 19.67, U = -2.281$) y *Acción Social (So)* ($M = 40.47, DE = 11.26, U = -2.601$) a diferencia del grupo de letras, quien hace un mayor uso de *Invertir en amigos íntimos (Ai)* ($M = 63.38, DE = 14.91, U = -2.763$). Asimismo, el nivel socioeconómico, marca diferencias significativas sólo en la estrategia *Preocuparse (Pr)* ($M = 77.46, DE = 11.75, U = -2.083$) a favor del nivel socioeconómico alto.

En relación a la pregunta abierta sobre otros modos de afrontamiento que emplean los jóvenes, se consideraron 290 respuestas que se pueden ubicar dentro de las 18 Estrategias del ACS. Sólo 8 jóvenes refirieron otras maneras de afrontamiento. Entre ellas están:

- “Entrar al msn para despejarme y hablar de la gravedad del problema que me pasa con algunos amigos “(otras formas de afrontamiento) (hombre, 17 años, área de ciencias).
- “Cortarme, tomar pastillas, fumar, etc.” (otras formas de afrontar, *Reducción de la tensión*) (mujer, 17 años, área de ciencias).
- “Salgo con mis amigos a jugar o al Internet” (*Invertir en amigos íntimos (Ai)*, *Buscar diversiones relajantes (Dr)* y otras formas (hombre, 17 años área de ciencias).
- “Inflingir dolor emocional para así sentir la necesidad de salir del problema” (hombre, 17 años, área de letras).

Correlaciones entre Satisfacción con la vida, Satisfacción por áreas y Estilos y Estrategias de Afrontamiento.

Al correlacionar las dos variables del estudio, se consideró sólo las correlaciones con un nivel de significación menor a .01 y .001. Se reportó una correlación media positiva entre la Satisfacción con la vida y el Estilo Resolver el problema ($r = .363$, $p = .000$) es decir, a mayor Satisfacción con la vida, mayor empleo de dicho estilo. De otro lado, a menor Satisfacción vital, se utilizó en mayor medida el Estilo no Productivo ($r = -.313$, $p = .000$). Finalmente, se reportó una correlación baja positiva con el Estilo de Referencia a los otros ($r = .191$, $p = .000$) (Tabla 7).

En relación a la Estrategias de Afrontamiento, se observa una relación media positiva entre Satisfacción con la vida y *Concentrase en Resolver el Problema (Rp)* ($r = .305$, $p = .000$) y *Fijarse en lo positivo (Po)* ($r = .370$, $p = .000$). Asimismo, una correlación media negativa entre el SWLS y la *Falta de afrontamiento (Na)* ($r = -.372$, $p = .000$).

Finalmente, se observan correlaciones bajas positivas entre Satisfacción con la vida y *Esforzarse y tener éxito (Es)* ($r = .263$, $p = .000$) así como con *Distracción Física (Fi)* ($r = .239$, $p = .000$), relacionadas al afrontamiento de Resolución del problema; con *Buscar Apoyo Social (As)* ($r = .169$, $p = .001$), *Invertir en amigos íntimos (Ai)* ($r = .157$, $p = .003$) y *Buscar ayuda profesional (Ap)* ($r = .181$, $p = .001$) asociadas a la búsqueda de los demás y correlaciones bajas negativas con *Reducción de la tensión (Rt)* ($r = -.244$, $p = .000$), *Ignorar el problema (Ip)* ($r = -.140$, $p = .008$), *Autoinculparse (Cu)* ($r = -.272$, $p = .000$) y *Reservarlo para sí (Re)* ($r = -.282$, $p = .000$).

Con respecto a la relación entre las áreas de Satisfacción y los Estilos y Estrategias de Afrontamiento, se reportó una relación positiva baja entre la Satisfacción familiar y el Estilo de Resolver el problema ($r = .172$, $p = .001$) con estrategias como *Concentrarse en Resolver el Problema (Rp)* ($r = .179$, $p = .001$) *Esforzarse y tener éxito (Es)* ($r = .200$, $p = .000$) y *Fijarse en lo positivo (Po)* ($r = .158$, $p = .003$). No se encontraron correlaciones con los demás estilos, pero sí asociaciones negativas bajas con estrategias del Estilo no Productivo como *Preocuparse (Pr)* ($r = -.136$, $p = .009$), *Falta de Afrontamiento (Na)* ($r = -.211$, $p = .000$) y *Reducción de la tensión (Rt)* ($r = -.138$, $p = .008$).

De otro lado, se halló que los estudiantes más satisfechos en el área de amigos son los que más emplearon el estilo de Referencia a los otros ($r = .217$, $p = .000$), observándose correlaciones entre la Satisfacción con los amigos y estrategias como *Invertir en amigos íntimos (Ai)* ($r = .294$, $p = .000$), *Buscar pertenencia (Pe)* ($r = .269$, $p = .000$) y *Buscar Apoyo Social (As)* ($r = .260$, $p = 0.000$).

Se identificó además una relación positiva baja entre la Satisfacción con los amigos y el Estilo de Resolver el problema ($r = .206$, $p = .000$) con escalas como *Concentrarse en Resolver el Problema (Rp)* ($r = .198$, $p = .000$), *Fijarse en lo positivo (Po)* ($r = .209$, $p = .000$) y *Buscar diversiones relajantes (Dr)* ($r = .146$, $p = .005$). Asimismo, se halló una relación negativa baja con el Estilo no Productivo ($r = -.208$, $p = .000$), con estrategias como *Falta de Afrontamiento (Na)* ($r = -.203$, $p = .000$), *Autoinculparse (Cu)* ($r = -.179$, $p = .001$) y *Reservarlo para sí (Re)* ($r = -.255$, $p = 0.000$).

Por otro lado, mientras que la Satisfacción con la relación de pareja disminuye, los estudiantes utilizaron más el Estilo no Productivo ($r = -.289$, $p = .000$) con estrategias como *Falta de afrontamiento (Na)* ($r = -.317$, $p = .000$) e *Ignorar el problema (Ip)* ($r = -.227$, $p = .004$). Luego, se observa que a medida que la satisfacción con los estudios se incrementó hubo un mayor empleo del Estilo Resolver el problema ($r = .301$, $p = .000$); dentro de este estilo, se reportan correlaciones positivas bajas entre esta área de satisfacción y estrategias como *Concentrarse en Resolver el Problema (Rp)* ($r = .191$, $p = .000$), *Esforzarse y tener éxito (Es)* ($r = .260$, $p = .000$), *Fijarse en lo positivo (Po)* ($r = .233$, $r = .000$) y *Distracción Física (Fi)* ($r = .251$, $p = .000$). Asimismo, se hallaron asociaciones positivas bajas entre esta área de satisfacción y el Estilo de Referencia a los otros ($r = .150$, $p = .004$) con escalas como *Buscar Apoyo Social (As)* ($r = .165$, $p = .002$). Finalmente, se encontraron relaciones negativas entre esta área de satisfacción y *Falta de Afrontamiento (Na)* ($r = -.232$, $p = .000$), *Autoinculparse (Cu)* ($r = -.158$, $p = .003$) y *Reservarlo para sí (Re)* ($r = -.222$, $p = 0.000$) pertenecientes al Estilo no Productivo ($r = -.188$, $p = .000$).

Finalmente, los universitarios más satisfechos con su situación económica son los que emplearon el Estilo Resolver el problema ($r = .235$, $p = .000$) usando estrategias como *Esforzarse y tener éxito (Es)* ($r = .183$, $p = .000$), *Fijarse en lo positivo (Po)* ($r = .229$, $p = .000$), *Distracción física (Fi)* ($r = .137$, $p = .009$) y no utilizando *Falta de afrontamiento (Na)* ($r = -.192$, $p = .000$) (Tabla 7).

Tabla 7: Correlaciones entre Satisfacción con la vida (SWLS), Satisfacción por áreas, Estilos y Estrategias de Afrontamiento

	Satisfacción con la vida (SWLS)	Satisfacción Familiar	Satisfacción Amical	Satisfacción con Pareja	Satisfacción académica	Satisfacción Económica
Resolver el problema	.363***	.172**	.206***		.301***	.235***
<i>Concentrarse en Resolver el Problema (Rp)</i>	.305***	.179**	.198***		.191***	
<i>Esforzarse y tener éxito (Es)</i>	.263***	.200***			.260***	.183***
<i>Fijarse en lo positivo (Po)</i>	.370***	.158**	.209***		.233***	.229***
<i>Buscar diversiones relajantes (Dr)</i>			.146**			
<i>Distracción Física (Fi)</i>	.239***				.251***	.137**
Referencia a los otros	.191***		.217***		.150**	
<i>Buscar Apoyo Social (As)</i>	.169**		.260***		.165**	
<i>Invertir en amigos íntimos (Ai)</i>	.157**		.294***			
<i>Buscar pertenencia (Pe)</i>			.269***			
<i>Acción Social (So)</i>						
<i>Buscar apoyo espiritual (Ae)</i>						
<i>Buscar ayuda profesional (Ap)</i>	.181**					
Afrontamiento no Productivo	-.313***		-.208***	-.289***	-.188***	
<i>Preocuparse (Pr)</i>		.136**				
<i>Hacerse Ilusiones (Hi)</i>						
<i>Falta de Afrontamiento (Na)</i>	-.372***	-.211***	-.203***	-.317***	-.232***	-.192***
<i>Reducción de la tensión (Rt)</i>	-.244***	-.138**				
<i>Ignorar el problema (Ip)</i>	-.140**			-.227**		
<i>Autoinculparse (Cu)</i>	-.272***		-.179**		-.158**	
<i>Reservarlo para sí (Re)</i>	-.282***		-.255***		-.222***	

**p < .01

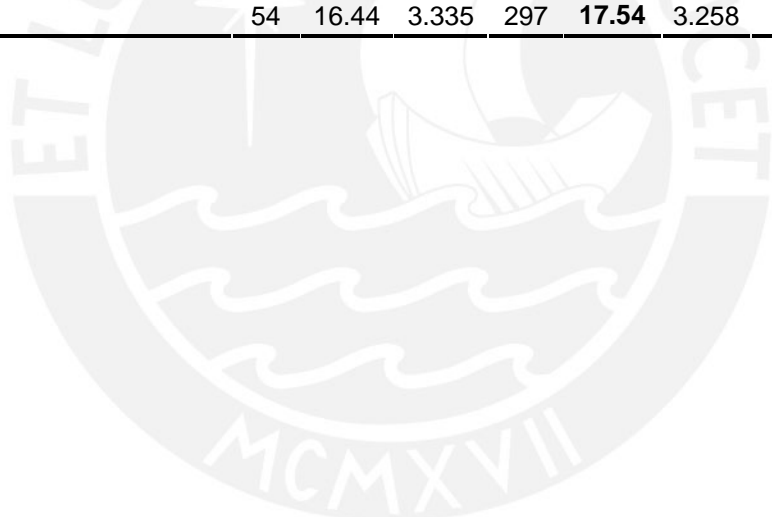
***p < .001

Finalmente, se comparó la Satisfacción global, por áreas y los Estilos de Afrontamiento en relación a las preocupaciones a través de la prueba U de Mann-Whitney hallándose que los jóvenes que reportan estar preocupados por la relación familiar y amical están menos satisfechos con sus vidas a diferencia de los que no manifiestan estas preocupaciones (tabla 8). En cuanto a los Estilos de Afrontamiento no se reportaron diferencias significativas.

Tabla 8: Diferencias de Satisfacción con la vida y Satisfacción por áreas según el tipo de preocupación

	Preocupación pares						U
	Sí			No			
	N	M	DE	N	M	DE	
Satisfacción con la vida (SWLS)	36	16.25	2.771	315	17.50	3.323	4373.5*
	Preocupación familiar						U
	Sí			No			
	N	M	DE	N	M	DE	
	54	16.44	3.335	297	17.54	3.258	6654.0*

*p < .05



CAPÍTULO IV

Discusión

En este capítulo se discutirán los hallazgos principales de la investigación. En primer lugar se analizará cómo han funcionado los instrumentos aplicados en el presente estudio. Seguidamente se examinará la relación entre las variables Satisfacción con la vida (SWLS) y los Estilos y Estrategias de Afrontamiento (ACS). Luego, los resultados con respecto a la Satisfacción con la vida. Posteriormente, se discutirá lo reportado con respecto a las preocupaciones principales de la muestra estudiada y su relación con la Satisfacción con la vida así como los hallazgos en cuanto a los Estilos y Estrategias de Afrontamiento.

Con respecto a los instrumentos empleados en el presente estudio, la escala de Satisfacción con la vida (SWLS) y la escala de Afrontamiento para adolescentes (ACS) son instrumentos que han demostrado ser válidos y confiables en muestras universitarias. Nuestro estudio estuvo conformado por 362 participantes, el SWLS obtuvo un coeficiente alpha de .78, comparable a los estudios previos (Del Risco, 2007; Ly, 2004; Martínez, 2004). Lo mismo sucede con el ACS en el que se obtienen coeficientes entre .53 a .83 para las escalas y entre .82 a .87 para los Estilos.

Por otro lado, el objetivo principal del estudio fue establecer la relación entre Satisfacción con la vida y las Estrategias Afrontamiento, encontrándose asociaciones significativas entre los constructos que resultan coherentes con las investigaciones previas (Contini, 2006; González et al., 2002; Salotti, 2006).

Se encontraron relaciones significativas entre Satisfacción con la vida y los tres Estilos del ACS. En primer lugar, se halló una relación positiva entre Satisfacción con la vida y el Estilo Resolver el Problema; los estudiantes que reportaron mayor satisfacción vital emplearon un afrontamiento funcional, que trata de encontrar soluciones cuando se les presenta una situación evaluada como estresante. Recordemos que este tipo de afrontamiento se pone en marcha cuando se tiene la creencia que se puede modificar o suprimir la fuente de estrés, de manera que se buscan alternativas activas para resolver el problema (Fierro, 1996; Lazarus & Folkman, 1986). Por lo tanto, podríamos pensar que una característica asociada al sentirse satisfecho con la vida en los

jóvenes de nuestro estudio es que tienen un locus de control interno, es decir, se consideran protagonistas de sus conductas, sienten que tienen control sobre el entorno cuando se presenta un evento estresante y que se pueden realizar acciones para suprimirlo.

Contrariamente a lo anterior, se halló que en la medida que la satisfacción de nuestros jóvenes disminuye hubo una preferencia por afrontar sus preocupaciones desde una posición pasiva, centrándose en disminuir el malestar generado más que en buscar soluciones (afrontamiento no Productivo), pues existe incapacidad para controlar y afrontarlas directamente.

Por otro lado, si bien la asociación es menor que con los demás Estilos, el recurrir a los “otros” cumple un rol significativo en el que los jóvenes evalúen sus vidas como satisfactoria. En relación a ello, existe evidencia del efecto que tiene sobre la salud y el bienestar psicológico el recibir soporte emocional, acompañamiento y consejo en momentos de sobrecarga (Barra, Cerna, Kramm, & Véliz, 2006). De ahí que, el contar con una red efectiva contribuya a la satisfacción vital.

Con respecto a la relación entre la Satisfacción con la vida (SWLS) y las Estrategias de Afrontamiento, nuestros resultados fueron en líneas generales similares a lo encontrado por otros estudios (Contini, 2006; Figueroa et al., 2005) salvo en ciertas correlaciones.

En ese sentido, si bien se reportaron asociaciones significativas entre Satisfacción con la vida y la mayor parte de estrategias del ACS; las correlaciones más altas se presentaron en Estrategias como *Fijarse en lo positivo (Po)*, *Concentrarse en Resolver el problema (Rp)* y *Falta de afrontamiento (Na)*. Las dos primeras escalas son consideradas como funcionales, de ahí que los universitarios que valoraron su vida como satisfactoria afrontan sus preocupaciones desde una visión positiva del problema, rescatando los aspectos positivos, siendo flexibles para analizar las posibilidades de solución y dedicándose a resolverlo activamente. Al respecto, existen estudios de personalidad que señalan la asociación entre el estar satisfecho con la vida y la tendencia a ver el lado positivo de la vida, ser optimista y adoptar una actitud activa (Castro Solano, 2002; Casullo, 2000; Díaz Morales & Sánchez López, 2001; 2002). Según ello, podríamos pensar que los jóvenes más satisfechos de nuestro estudio no sólo se centran en el aspecto positivo en situaciones de estrés si no en general, en su funcionamiento

cotidiano tienden a tener una percepción positiva de la vida, del futuro y de sí mismos. Asimismo, tienden a analizar sus problemas sistemáticamente buscando soluciones. Por lo tanto, estas estrategias estarían protegiendo su salud y bienestar.

Por otra parte, se hallaron correlaciones negativas entre Satisfacción con la vida y *Falta de afrontamiento (Na)*, lo que confirma lo anterior. Esta estrategia improductiva muestra la incapacidad personal para resolver los problemas expresándose el malestar generado a través de síntomas psicossomáticos que de acuerdo a la literatura estarían también asociados a una tendencia pesimista de la vida (Martínez, Reyes, García & González, 2006). De acuerdo a estos resultados, pensamos que este modo de afrontar estaría poniendo en riesgo el bienestar físico de nuestros jóvenes que posteriormente puede contribuir a la insatisfacción con la vida. Cabe resaltar que esta escala a diferencia de otras se asoció negativamente con todas las áreas de satisfacción, por lo que su empleo sería considerado un importante riesgo para el bienestar de nuestros jóvenes.

De otro lado, se encontraron menores correlaciones positivas entre Satisfacción con la vida y *Esforzarse y tener éxito (Es)* y *Distracción física (Fi)*. Estos resultados podría deberse a que si bien la actividad física no se centra en resolver el problema directamente favorece la disminución de los niveles de estrés, ansiedad y depresión; contribuye a mantener un peso corporal adecuado mejorando la estima con uno mismo y es un medio de socialización para los jóvenes. Según ello, es una actividad que genera bienestar físico y psicológico (Becoña & Oblitas, 2004; Buceta, 2001; Papalia, 2005).

Igualmente, existen asociaciones positivas entre el SWLS y *Buscar apoyo social (As)*, *Invertir en amigos íntimos (Ai)* y *Buscar ayuda profesional (Ap)*. Pensamos que los jóvenes transitan una etapa de preparación para un funcionamiento adulto, definiendo su identidad, su proyecto profesional futuro y los valores que darán sentido a sus vidas, todo ello dentro de un contexto que muchas veces puede resultar amenazante (Rice, 2000). De ahí que, en momentos de tensión el recurrir a los padres, amigos cercanos u otras personas para poder resolver los problemas o buscar comprensión contribuye al restablecimiento del equilibrio y un nivel óptimo de satisfacción. Asimismo, pensamos que la búsqueda de un profesional, resulta una estrategia activa en la medida que se busca información o consejo para idear la manera de resolver el problema.

Por el contrario, se reportaron relaciones negativas entre la Satisfacción con la vida y *Reservarlo para sí (Re)*, *Autoinculparse (Cu)*, *Reducción de la tensión (Re)* e *Ignorar el problema (Ip)*. Consideramos que estas asociaciones pudieron deberse a que, estas estrategias son consideradas disfuncionales, calman momentáneamente la tensión pero no favorecen la adaptación a largo plazo; pues están relacionadas a negar la existencia del problema, a la autocritica, a alimentar sentimientos negativos como la culpa, al aislamiento de los demás y a realizar actividades dañinas para la salud como el consumo de drogas. En ese sentido, su empleo está ligado a problemas de salud y estados de insatisfacción (Martínez et al., 2006; Piko, 2001 citado en Barra et al., 2006).

De otro lado, coincidiendo con las investigaciones previas (Contini, 2006; Figueroa et al., 2005) en nuestro estudio no se hallaron correlaciones entre Satisfacción con vida y la escala *Buscar diversiones relajantes (Dr)*. Frydenberg (1996) señala que esta estrategia se caracteriza por recurrir a actividades de ocio como leer, escuchar música, pintar, etc. para relajar la tensión generada. Estas actividades si bien son productivas podrían estar distrayendo a los jóvenes de enfrentar activa y directamente el problema, por lo que la relación con la satisfacción vital podría no ser significativa.

Con respecto a la escala *Preocuparse (Pr)* es la más empleada por nuestros estudiantes y no tiene una asociación significativa con el nivel de Satisfacción vital, a diferencia de lo reportado por otros estudios (Contini, 2006; Figueroa et al., 2005). Algunos autores la consideran como productiva porque impulsa a realizar esfuerzos para solucionar los problemas, pero es una estrategia que podría favorecer también la aparición de ansiedad o mayor estrés si no se combina con otras estrategias centradas en resolver el problema. Pensamos que podría tener dos sentidos, por lo que la relación con la Satisfacción no quedaría clara.

De otro lado, en cuanto a la relación entre las áreas de Satisfacción y los Estilos y Estrategias de afrontamiento los estudiantes que percibieron satisfacción en estas áreas prefirieron estrategias funcionales y evitar estrategias no productivas. Sin embargo, emplearon ciertas estrategias de afrontamiento dependiendo del área de Satisfacción que se tratase.

Con respecto a la Satisfacción familiar y económica se observó que para estas áreas resulta importante el que los jóvenes se centren en buscar soluciones a sus dificultades pero también una estrategia dirigida a pensar en el

futuro en el caso del área familiar. A diferencia del área en relación a los amigos, en la que resulta relevante además de lo anterior, el apoyo social, la intimidad, la pertenencia al grupo y la comprensión brindada por los pares.

En lo que concierne al área de los estudios, nuestros estudiantes atraviesan una etapa en la que el sistema universitario les exige el desarrollo de diversas habilidades para un desempeño exitoso, entonces es de esperarse que los esfuerzos activos que realicen para resolver los problemas sean más relevantes que otro tipo de afrontamiento.

Por otro lado, habiendo analizado la relevancia de la relación entre la Satisfacción con la vida y los Estilos y Estrategias de afrontamiento en nuestros estudiantes, conviene señalar que más del 60 % de los jóvenes evaluados se encuentran entre satisfechos y muy satisfechos con sus vidas, y en promedio reportaron estar satisfechos con sus vidas, siendo un resultado equiparable a las investigaciones realizadas tanto en el Perú como en el mundo en poblaciones normales (Alarcón, 2001; Cornejo, 2005; Diener & Diener, 1995; Martínez, 2004). En ese sentido, podríamos pensar que este porcentaje de jóvenes estaría empleando un afrontamiento productivo y evitando estrategias no funcionales.

De igual forma, se reportó que las áreas de mayor satisfacción fueron con la familia y los amigos. Esto es significativo pues es en este momento en el que la familia y los pares son una fuente importante de contención, comprensión, compañía para la maduración (Florenzano, 1993; Naveda, 1999; Papalia, 2005; Santrock, 2006), por lo que podríamos pensar que estarían cumpliendo las expectativas de nuestros jóvenes de brindarles soporte social. Así también, el área de menor satisfacción es la académica. Esto se deba posiblemente a que los participantes del estudio tengan muchas aspiraciones con respecto a su desempeño en la universidad y probablemente desean obtener mayores éxitos de los que podrían tener actualmente, de ahí que la satisfacción en esta área podría ser menor que las demás.

Igualmente, todas las áreas consideradas importantes en la vida de nuestros estudiantes (familia, amigos, economía, pareja, estudios) estuvieron estrechamente relacionadas a la Satisfacción global, siendo la situación económica, los estudios y la familia las áreas más relacionadas a la Satisfacción global. Acerca de ello, consideramos que los jóvenes tienen muchos sueños y metas con respecto a su presente y futuro que muchas veces podrán ser concretados gracias al apoyo económico de sus familias. En ese sentido,

pensamos que el factor económico brindaría estabilidad a sus vidas. Asimismo, perfeccionar sus capacidades, mejorar su desempeño y lograr el éxito en los estudios es una preocupación primordial en esta etapa por lo que la evaluación positiva que realicen de esta área estará asociada a cuán satisfechos están en sus vidas. Finalmente, es una época en la que si bien hay una mayor independencia de la familia, específicamente de los padres o tutores, ellos continúan siendo una base segura para los jóvenes. Entonces, los jóvenes evaluarán su vida de un modo más o menos positiva dependiendo del tipo de relación que se establezca en la familia, de los conflictos que puedan surgir, de la estabilidad y del apoyo que puedan percibir.

De otro lado, en nuestro estudio no se presentaron diferencias significativas en la Satisfacción con la vida con respecto al género corroborándose lo reportado por estudios previos (Castro Solano & Sánchez López, 2000; Casullo & Castro Solano, 2000; Cornejo, 2005; Cuadra & Florenzano, 2003; Diener & Diener, 1995; Ly, 2004; Martínez & Díaz Morales, 2004).

En cuanto al nivel socioeconómico, se hallaron diferencias significativas en nuestros jóvenes; sin embargo, creemos que éstas resultaron poco relevantes pues se observó que tanto el sector medio como el sector alto reportaron estar satisfechos con sus vidas. Podemos pensar que más bien habría una tendencia en el sector alto a estar más satisfecho que el sector medio.

Por otra parte, nuestros estudiantes continúan el proceso de reconocimiento de sí mismos respondiendo a preguntas que van a regir sus proyectos de vida y ello se da dentro de un contexto que les exige el desarrollo de mayores habilidades y recursos para su desempeño. De ahí que, nuestros jóvenes presenten preocupaciones en ámbitos relacionados a sus vidas y que puedan poner en riesgo su bienestar. En ese sentido, las preocupaciones por temas relacionados a los pares y la familia son las que marcaron diferencias en la Satisfacción con la vida de los jóvenes, hallazgo que resulta esperable, debido a la importancia de estas figuras en el desarrollo del joven tal y como se ha explicado anteriormente.

De igual modo, al preguntarles a los estudiantes sobre la preocupación principal de sus vidas reportaron los *Estudios* como la principal. Acerca de ello, cabe resaltar que, nuestros estudiantes cursan los primeros años universitarios y esto implica una ampliación de conocimientos, de exigencias, de mayores

responsabilidades a nivel académico (Papalia, 2005) por tanto temas relacionados a los estudios como son los promedios de los cursos, la organización del tiempo, el adaptarse a esta etapa exitosamente se vuelven la principal preocupación en sus vidas. Así refirieron:

“mi principal preocupación es entender los temas que me están enseñando y poder salir bien en mis prácticas” (mujer, 19 años, área de ciencias).

En segundo lugar, considerando que esta etapa es relevante por la elaboración del proyecto profesional y que nuestro país muchas veces no ofrece oportunidades a los jóvenes para el desarrollo de sus capacidades es entendible que surjan miedos, ansiedades y preocupación por el futuro. Es de esta manera como muchos jóvenes reportaron sentirse preocupados por el *Futuro*.

Consideramos relevante el haber podido analizar cuáles son las preocupaciones más resaltantes en nuestra muestra para tener una mejor comprensión de esta población. Sin embargo, pensamos que es igualmente fundamental conocer cómo están enfrentando estas preocupaciones que podrían estar siendo evaluadas como fuentes de estrés tal y como señala Frydenberg (1996).

Al respecto, los estudiantes de nuestro estudio al igual que en estudios previos realizados con jóvenes en Perú y en el mundo (Alcalde, 1998; Cassaretto et al., 2003; Casuso, 1996; Frydenberg et al., 2003; Martínez & Morote, 2001; Moreano, 2006) se caracterizaron por el empleo de un afrontamiento funcional, activo, de resolución directa de los problemas seguido del Estilo de Referencia a los otros y en último lugar el Estilo no Productivo. Sin embargo, en acuerdo con algunos estudios como el de Figueroa et al. (2005) y Martínez y Morote (2001) nuestros jóvenes anteceden al afrontamiento de Resolución del problema una estrategia no productiva que se relaciona con el miedo al futuro (*Preocupación, Pr*) para posteriormente poner en marcha esfuerzos que los lleven a la solución de la fuente de estrés. En ese sentido, la preocupación tiene elementos relacionados con el pensar en el futuro y en acuerdo a otros autores (González et al., 2002) estaría siendo el motor para actuar.

En lo que concierne a las Estrategias que utilizan nuestros participantes reportaron emplear en primer lugar una estrategia relacionada con la inquietud

por el futuro (*Preocupación, Pr*) para luego realizar esfuerzos por resolver los problemas. Asimismo, se comprometen y realizan actividades de ocio como leer, ir al cine, etc. para relajar la tensión generada (*Buscar diversiones relajantes, Dr*). Seguidamente, analizan sistemáticamente las posibilidades de solución (*Concentrarse en resolver el problema, Rp*) distinguiendo el aspecto positivo del problema (*Fijarse en lo positivo, Po*) y también buscando el apoyo en su grupo de pertenencia. (*Buscar pertenencia, Pe*). Nuestros resultados concordaron con los estudios de Martínez y Morote (2001) y Figueroa et al. (2005) en el empleo de la *Preocupación (Pr)* como la estrategia que precede a las demás a diferencia de lo reportado por Moreano (2006) en su estudio con universitarios. En ese sentido, nuestros jóvenes estarían poniendo atención a las emociones generadas por la situación estresante como miedo por el bienestar y a la solución del problema.

De igual modo, las estrategias que destacan coinciden con estudios realizados con estudiantes argentinos y españoles (Figueroa et al., 2005; Frydenberg & Lewis, 1997) y en Perú con lo reportado por Martínez y Morote (2001) y Moreano (2006).

Entre las Estrategias menos empleadas, nuestros resultados se asemejan con lo hallado en estudiantes españoles (Frydenberg & Lewis, 1997) pero al igual que otros estudios realizados en Lima (Martínez & Morote, 2001; Moreano, 2006) los estudiantes tienden a no hacer uso de *Ignorar el problema (Ip)*, *Acción social (So)* y *Reducción de la tensión (Rt)*. *Falta de afrontamiento (Na)* se relaciona con el no realizar ninguna acción mostrando la falta de capacidad de resolución y es la menos utilizada por los jóvenes.

En cuanto a las diferencias según el género, las mujeres de nuestro estudio prefieren utilizar estrategias de Referencia a los otros como *Buscar apoyo social (As)*, *Buscar pertenencia (Pe)* o *Buscar apoyo espiritual (Ae)*, estrategias no productivas como *Preocuparse (Pr)* y Reducción de la tensión (Rt) coincidiendo con lo reportado por estudios previos (Canessa, 2000; Cassaretto et al., 2003; Frydenberg & Lewis, 1993; Martínez & Morote, 2001; Moreano, 2006). A diferencia de los estudios, en nuestro caso, *Esforzarse y tener éxito (Es)* fue preferida por las mujeres. Contrariamente a los varones, que emplean mayormente *Distracción Física (Fi)* e *Ignorar el problema (Ip)*.

En síntesis, se estableció la relación entre Satisfacción con la vida y las Estrategias de afrontamiento, encontrándose relaciones significativas confirmándose la relevancia de esta asociación en los jóvenes del estudio.

Se reportaron correlaciones significativas entre la satisfacción con la vida y los tres estilos de afrontamiento, siendo las más altas en los Estilos Resolver el problema y No productivo, en menor medida en el estilo Referencia a los otros.

En cuanto a la relación entre Satisfacción con la vida y las Estrategias de afrontamiento, se hallaron correlaciones con la mayor parte de ellas, siendo las más altas en *Fijarse en lo positivo (Po)*, *Concentrarse en resolver el problema (Rp)* y negativas con *Falta de afrontamiento (Na)*.

Acerca de la relación entre Satisfacción con la vida y las preocupaciones reportadas por los estudiantes se halló que la preocupación por *amigos y familia* marcaron diferencias en el estar satisfecho. Asimismo, la preocupación principal de los jóvenes fue *los estudios* seguida del *futuro*.

En cuando a la variable de Satisfacción global (SWLS), los estudiantes reportaron un nivel promedio de satisfacción siendo el área familiar y amical las que reportaron mayor satisfacción y el área académica la de menor satisfacción. En relación a las variables sociodemográficas, se hallaron diferencias según el nivel socioeconómico pero no fueron significativas.

Finalmente, los Estilos de Resolver el problema y Referencia a los otros fueron los más empleados y en menor medida el Estilo no Productivo. Asimismo, la estrategias más empleadas fueron: *Preocupación (Pr)*, *Esforzarse y tener éxito (Es)*, *Buscar diversiones relajantes (Dr)*, *Concentrarse en resolver el problema (Rp)*, *Fijarse en lo positivo (Po)* y *Buscar pertenencia (Pe)*. Por el contrario, las menos usadas: *Falta de afrontamiento (Na)*, *Ignorar el problema (Ip)*, *Reducción de la tensión (Rt)* y *Acción social (So)*.

Consideramos que el presente estudio resulta un aporte significativo en primer lugar en la medida que se confirma la consistencia de los instrumentos empleados en poblaciones universitarias.

Asimismo, dado que en nuestro contexto temas relacionados al campo de la psicología positiva y dentro de ella la satisfacción con la vida siguen siendo poco desarrollados, pensamos que la presenta investigación abre nuevas posibilidades de mantener una mirada positiva del ser humano y de estudiar sus potencialidades. En ese sentido, el tener conocimiento sobre las preocupaciones

y el modo de afrontarlas permite conocer no sólo si el afrontamiento que se emplea es eficaz y adaptativo sino determinar qué estilos y estrategias específicas son las que estarían funcionando como fortalezas o protectoras para evaluar la vida como satisfactoria. Igualmente, desde el plano clínico, tomando en cuenta, los factores situacionales y personales, este estudio nos permite reforzar estas estrategias para así incrementar la sensación de bienestar psicológico.

Por otra parte, el tamaño de la muestra favoreció el que los análisis fueran más certeros encontrándose resultados interesantes, sin embargo, consideramos que no fue posible establecer una relación de causalidad. De ahí que, se puedan plantear nuevas interrogantes en relación a este tema. De igual modo, debido a la homogeneidad de la muestra, se contó solamente con dos grupos de comparación para el nivel socioeconómico y la mayor parte de la muestra estuvo ubicada en el nivel medio por lo que la presencia de otros niveles socioeconómicos hubiera enriquecido más el estudio.

Finalmente, pensamos que para futuras investigaciones que estudien esta relación se deberá tomar en cuenta las variables sociodemográficas, de personalidad, de soporte social, el nivel de autoeficacia y otras dimensiones del bienestar subjetivo.

Referencias Bibliográficas

- Alarcón, R. (2001). Relaciones entre felicidad, género, edad y estado conyugal, *Revista de Psicología de la PUCP*, 19(1), 28-46.
- Alarcón, R. (2002). Fuentes de felicidad: ¿Qué hace feliz a la gente? *Revista de Psicología de la PUCP*, 20 (2), 170-196.
- Alarcón, R. (2005). Efecto de los desniveles socioeconómicos sobre la felicidad. *Teoría e Investigación en Psicología*, 14, 91-112.
- Alarcón, R. (2006). Desarrollo de una Escala para medir la Felicidad. *Revista Interamericana de Psicología*, 40 (1), 99-106.
- Alcalde, M. (1998). *Nivel de Autoeficacia percibida y estilos de afrontamiento en estudiantes de Lima*. Tesis de licenciatura no publicada. Pontificia Universidad Católica del Perú. Lima, Perú.
- Arita, B. (2005). Satisfacción por la vida y Teoría Homeostática del Bienestar. *Psicología y Salud*, 15, 001, 121-126.
- Barra, A., Cerna, R., Kramm, D. & Véliz, V. (2006). Problemas de salud, estrés, afrontamiento, depresión y apoyo social en adolescentes. *Terapia Psicológica*, 24 (1), 55-61.
- Becoña, E & Oblitas, L. Promoción de estilos saludables en Oblitas, L. (2004). *Psicología de la salud y calidad de vida*. México: Thomson.
- Benatuil, B. (2004). El Bienestar psicológico en adolescentes desde una perspectiva cualitativa. *Psicodebate* 3. *Psicología, Cultura y Sociedad*. <http://www.palermo.edu/cienciassociales/publicaciones/pdf/Psico3/3Psico%2004.pdf>.
- Bermúdez, M., Teva, A. & Sánchez, A. (2003). Análisis de la relación entre inteligencia emocional, estabilidad emocional y bienestar psicológico. *Universitas psicológica*, 2 (1) 27-32.
- Bilbao, M. Techio, E. & Páez, D. (2007). Felicidad, cultura y valores personales: estado de la cuestión y síntesis meta-analítica. *Revista de Psicología de la PUCP*, 25(2), 234-276.
- Biswas-Diener, R. & Diener, E. (2006). The subjective well-being of the homeless, and lessons for happiness. *Social Indicators Research*, 76, 185-205.

- Buceta, J. (2001). *Intervención psicológica y salud: control del estrés y conducta de riesgo*. Madrid: Dykinson.
- Canessa, B. (2000). Adaptación psicométrica de las Escalas de Afrontamiento para Adolescentes de Frydenberg y Lewis en un grupo de escolares de Lima metropolitana. Tesis de licenciatura no publicada. Universidad de Lima. Lima, Perú.
- Carrión, C., Molero, R. & González, F. (2000). Estudio de la Satisfacción personal según la edad de las personas. *Anales de Psicología*, 16 (2) ,189-198.
- Cassaretto, M., Chau, C., Oblitas, H. & Valdez, N. (2003). Estrés y afrontamiento en estudiantes de psicología. *Revista de Psicología de la Pontificia Universidad Católica del Perú*, .21(2),364-392.
- Castillo, G. (2007). *El adolescente y sus retos: la aventura de hacerse mayor*. Madrid: Pirámide.
- Castro Solano, A. & Díaz-Morales, J. F. (2002). Objetivos de vida y satisfacción vital en adolescentes españoles y argentinos. *Psicothema*, 14(1), 112-117.
- Castro Solano, A. & Sánchez López, M.P. (2000). Objetivos de vida y Satisfacción autopercebida en estudiantes universitarios. *Psicothema*, 12(1), 87-92.
- Casullo, M. M & Castro Solano, A. (2000). Evaluación del bienestar psicológico en estudiantes adolescentes argentinos. *Revista de Psicología de la PUCP*, 18(1), 36-67.
- Casullo, M. M & Fernández, M. (2001). Estrategias de afrontamiento en estudiantes adolescentes. *Revista del Instituto de Investigaciones de la Facultad de Psicología*, año 6 (1), 25-49.
- Casuso, L. (1996). *Adaptación de la Prueba COPE sobre estilos de afrontamiento en un grupo de estudiantes universitarios de Lima*. Tesis de licenciatura no publicada. Pontificia Universidad Católica del Perú. Lima, Perú.
- Coleman, J. (1994). *Psicología de la adolescencia*. 3a. ed. Madrid: Morata.
- Contini, N. (2006). *Pensar la adolescencia hoy: de la psicopatología al bienestar psicológico*. Buenos Aires: Paidós.
- Contini, N., Coronel, P., Levín, M. & Estevez, A. (2003). Estrategias de afrontamiento y bienestar psicológico en adolescentes escolarizados de Tucumán. *Revista de Psicología de la PUCP*, 21 (1), 180-200.
- Cornejo, M. (2005). *Comparación social y Bienestar Subjetivo entre estudiantes de una universidad privada de Lima*. Tesis de licenciatura no publicada. Pontificia Universidad Católica del Perú. Lima, Perú.

- Cornejo, M. & Lucero, M. (2005). Preocupaciones vitales en estudiantes universitarios relacionado con Bienestar psicológico y modalidades de afrontamiento. *Fundamentos en Humanidades*, VI,012,143-153.
- Cuadra, H. & Florenzano, R. (2003). El Bienestar Subjetivo: hacia una psicología positiva. *Revista de psicología de la Universidad de Chile*, 12 (1),83-96.
- Chico, E. (2006). Personality Dimensions and Subjective Well-Being. *The Spanish Journal of Psychology*, 9 (1),38-44. Abstract obtenido del PsycInfo.
- Chow, H. (2005). Life Satisfaction among University Students in a Canadian Prairie City: a multivariate analysis. *Social Indicators Research*, 70, 139-150.
- D'Anello, S.(2006). Efecto de las Normas y Emociones en los Juicios sobre Satisfacción con la Vida en una Muestra Venezolana. *Revista Interamericana de Psicología*, 40, (3), 371-376.
- Del Risco, P. (2007). *Soporte social y Satisfacción con la vida en un grupo de adultos mayores que asisten a un programa para el adulto mayor*. Tesis de licenciatura no publicada. Pontificia Universidad Católica del Perú. Lima, Perú.
- Díaz Morales, J.F. & Sánchez López, M.P. (2001). Relevancia de los estilos de personalidad y las metas personales en la predicción de la satisfacción vital. *Anales de Psicología*, 17 (2), 151-158.
- Díaz Morales, J. F & Sánchez López, M. P. (2002). Relaciones entre estilos de personalidad y satisfacción autopercebida en diferentes áreas vitales. *Psicothema*, 14 (1), 100-105.
- Diener et al. (1985). The satisfaction with Life Scale. *Journal of Personal Assessment*, 49 (1), 71-76.
- Diener, E. (1984). Subjective well-being. *Psychological Bulletin*, 95, 542-575.
- Diener, E. & Diener, M. (1995). Cross Cultural Correlates of life satisfaction and self-esteem. *Journal of Personality and Social Psychology*, 68 (4),653-663.
- Diener, E., Oishi, S. & Lucas, R. (2003). Personality, culture and subjective well-being: Emotional and cognitive evaluations of life. *Annual Review of Psychology*, 54, 403-425.
- Erikson, E. (1974). *Identidad, Juventud y Crisis*. Buenos Aires: Paidós.
- Fantín, M., Florentino, M. & Correché, M. (2005). Estilos de personalidad y Estrategias de afrontamiento en adolescentes de una escuela privada de la ciudad de San Luis. *Fundamentos en Humanidades, Universidad Nacional de San Luis, año VI, número I*, 159-176.
- Fierro, A. (1996). *Manual de psicología de la personalidad*. Buenos Aires: Paidós.

- Figuroa, M., Cohen, S., Lacunza, A. & Gronda, M. (2005). Análisis de situaciones problemáticas autopercebidas por adolescentes. *RIDEP*, 19 (1), 89-103.
- Figuroa, M., Contini, N., Lacunza, A. Levin, M. & Estévez, A. (2005). Las estrategias de afrontamiento y su relación con el nivel de bienestar psicológico. Un estudio con adolescentes de nivel socioeconómico bajo de Tucumán (Argentina). *Anales de Psicología*, 21(1), 66-72.
- Florenzano, R. (1993). *En el camino de la vida: estudios sobre el ciclo vital*. Santiago de Chile: Universitaria.
- Frydenberg, E. (1996). *Adolescent Coping: theoretical and research perspectives*. London: Routledge.
- Frydenberg, E. & Lewis, R. (1993). Boys play sport and girls turn to others: Age, gender and ethnicity as determinants of coping. *Journal of Adolescence*, 16 (3), 253-266. Abstract obtenido del PsycInfo.
- Frydenberg, E. & Lewis, R. (1997). *Escala de Afrontamiento para Adolescentes*. Madrid: TEA Ediciones.
- Frydenberg, E., Lewis, R., Kennedy, G., Ardila, R., Frindte, W. & Hannoun, R. (2003). Coping With Concerns: An Exploratory Comparison of Australian, Colombian, German, and Palestinian Adolescents. *Journal of Youth & Adolescence*, 32 (1), 59-66.
- González, C. (2004). La Psicología Positiva: un cambio en nuestro enfoque patológico clásico. *Liberabit*, 10 año 10, 45-67.
- González, R., Montoya, I., Casullo, M. & Bernabéu, J. (2002). Relación entre estilos y estrategias de afrontamiento y bienestar psicológico en adolescentes. *Psicothema*, 14 (2), 363-368.
- Goñi, A., Rodríguez, A. & Ruiz de Azúa, S. (2004). Bienestar psicológico y Autoconcepto físico en la adolescencia y juventud. *Psiquis*, 25 (4), 17-27.
- Hampel, P. & Petermann, F. (2005). Age and Gender Effects on Coping in Children and Adolescents. *Journal of Youth and Adolescence*, 34 (2), 73-83.
- Hernández, R., Fernández, C. & Baptista, P. (2006). *Metodología de la investigación*. México: McGraw-Hill Interamericana.
- Kim-Prieto, C., Diener, E., Tamir, Scollon & Diener, M. (2005). Integrating The Diverse definitions of Happiness: a time-sequential framework of subjective well-being. *Journal of Happiness Studies*. 6: 261-300.
- Krauskopf, D. (1995). *El desarrollo psicológico en la adolescencia: las transformaciones en una época de cambios en Adolescencia y Salud*, Publicación del Programa

- de Atención Integral de la Adolescencia de la Caja Costarricense del Seguro Social de Costa Rica. vol 1 N 2 extraído de <http://www.binasss.sa.cr/revistas/ays/1n2/0517.html>.
- Lamas, H. (2004). Promoción de Salud: una propuesta desde la Psicología Positiva. *Liberabit*, 10 (10), 45-67.
- Lazarus, R. & Folkman, S. (1986). *Estrés y Procesos cognitivos*. Barcelona: Martínez Roca.
- Ly, G. (2004). *Atribuciones causales de la satisfacción con la vida en un grupo de adultos de Lima*. Tesis de licenciatura no publicada. Pontificia Universidad Católica del Perú. Lima, Perú.
- Martínez, P. (2004). Perspectiva temporal futura y satisfacción con la vida a lo largo del ciclo vital. *Revista de Psicología de la PUCP*, 22(2), 215-252.
- Martínez, P. & Díaz Morales, J.F. (2004). Metas y Satisfacción vital en adolescentes españoles y peruanos según sexo y nivel socioeconómico. *Revista de Psicología de la PUCP*, 22(1), 121-149.
- Martínez, P. & Morote, R. (2001). Preocupaciones de adolescentes de Lima y sus estilos de afrontamiento. *Revista de Psicología de la PUCP*, 19(2), 212-236.
- Martínez, A., Reyes, G., García, A. & González, I. (2006). Optimismo/pesimismo disposicional y estrategias de afrontamiento del estrés. *Psicothema*, 18(1), 66-72.
- Massone, A. & González, G. (2003). Estrategias de afrontamiento (coping) y su relación con el logro académico en matemática y lengua en adolescentes de noveno año de educación general básica. OEI- Revista Iberoamericana de Educación.
- Melcón, M. A., Alonso, M. & González, O. (2003). Un estudio sobre afrontamiento social con alumnos de educación secundaria obligatoria (E.S.O). *IV Congreso Virtual de Psiquiatría. Interpsiquis*.
- Montenegro, C. (2001). *Adaptación del cuestionario de problemas y del cuestionario de atontamiento a través de situaciones (CASQ) en escolares de primer y quinto año de secundaria de Lima*. Tesis de licenciatura no publicada. Pontificia Universidad Católica del Perú. Lima, Perú.
- Moreano, L. (2006). *Estilos de personalidad y Estrategias de Afrontamiento en adolescentes universitarios*. Tesis de licenciatura no publicada. Pontificia Universidad Católica del Perú. Lima, Perú.
- Muuss, R. (1994). *Teorías de la adolescencia*. México: Paidós.

- Naveda, M. (1999). *Adolescencia*. En: R.Reusche (Ed.), *La adolescencia: desafío y decisiones* (pp. 41-55). Lima: Unifé. Facultad de Psicología y Humanidades.
- Papalia, D. (2005). *Psicología del desarrollo*. México: McGraw-Hill.
- Pavot, W. & Diener, E. (1993). Review of the Satisfaction with Life Scale. *Psychological Assessment*, 5 (2), 164-172.
- Rodríguez Marín, J. (1995). *Psicología social de la salud*. Madrid: Síntesis
- Reynoso, L. (2005). *Psicología clínica de la salud*. México: el Manual Moderno.
- Rice, F. (2000). *Adolescencia: desarrollo, relaciones y cultura*. Madrid: Prentice Hall.
- Salotti, P (2006). *Estudio sobre estrategias de afrontamiento y bienestar psicológico en una muestra de adolescentes de Buenos Aires*. Tesina, facultad de humanidades, Universidad de Belgrano.
- Samper, P., Tur, A., Mestre, V. & Cortés, M. (2008). Agresividad y afrontamiento en la adolescencia. Una perspectiva intercultural. *Internacional Journal of Psychology and Psychological therapy*. 8,3, 431-440.
- Sánchez-López, M. & Aparicio, M. (2001). Estilo de vida: avances en su medida y sus relaciones con otros conceptos psicológicos. *Revista de Psicología de la PUCP*, 19(1), 9-26.
- Sandín, 1995. *Manual de psicopatología*. Madrid: McGraw-Hill.
- Santrock, J. (2006). *Psicología del desarrollo: el ciclo vital*. Madrid: McGraw-Hill.
- Sinha, B., Willson, L. & Watson, D. (2000). Stress and Coping Among Students in India and Canada. *Canadian Journal of Behavioural Science*, 32 (4), 218-225.
- Shaffer, D. (2007). *Psicología del desarrollo: infancia y adolescencia*. México: Thomson.
- Stassen-Berger, K. (2004). *Psicología del desarrollo: infancia y adolescencia*. Buenos Aires: Médica Panamericana.
- Tarazona, D. (2005). Autoestima, satisfacción con la vida y condiciones de habitabilidad en adolescentes estudiantes de quinto año de media. Un estudio factorial según pobreza y sexo. *Revista de Investigación en Psicología*, 8 (2), 57-65.
- Vera, B. (2006). Psicología Positiva: Una nueva forma de entender la Psicología. *Papeles del Psicólogo*, 27(1), 3-8.
- Yamamoto, J. & Feijoo, A. (2007). Componentes énicos del bienestar. Hacia un modelo alternativo de desarrollo. *Revista de Psicología de la PUCP*, 25 (2), 198-231.



Anexo A: Instrumentos

Anexo A1

Consentimiento Informado

Yo..... (Participante)

He podido hacer preguntas sobre el estudio.

He recibido suficiente información sobre el estudio.

He hablado con..... (Psicólogo) y

Comprendo que mi participación es voluntaria y confidencial,

Comprendo que puedo retirarme del estudio:

1. Cuando quiera
2. Sin tener que dar explicaciones
3. Sin que esto repercuta en mis estudios

Así, presto libremente mi conformidad para participar en la investigación.

Fecha:

Firma del participante

Firma del evaluador

Anexo A2

Datos personales

- Sexo: varón: () mujer: () Edad:

- Lugar de

nacimiento: _____

- Si no nació en Lima ¿hace cuánto tiempo

reside

usted

en

esta

ciudad?: _____

- Con quiénes vive?:

- Estado civil: Soltero (a): ___ casado (a):___

conviviente (a):___ Divorciado (a):___ viudo

(a):___

- Tiene pareja?: sí () no ()

- ¿Usted trabaja?:sí___no___

- N° horas promedio/semana_____

- Facultad: EEGG Ciencias () EEGG

Letras ()

- N° de semestres académicos cursados en la

universidad (incluido el semestre 2008-II):

1 2 3 4 5 6 7 8 9
10

- ¿Ha desaprobado algún(os) curso(s) ?

No: () Sí: () ¿Cuántos

cursos?:_____

- En qué escala de pago de pensiones se

encuentra?:_____

Escala de Satisfacción con la vida (SWLS)

A continuación encontrarás 10 afirmaciones con las cuales podrás estar de acuerdo o en desacuerdo, Indica el grado de acuerdo o desacuerdo marcando con un aspa la respuesta que consideres más apropiada. Las posibles respuestas están debajo de cada afirmación. Por favor, sé sincero y recuerda que este cuestionario es absolutamente anónimo.

1. En la mayoría de aspectos mi vida es cercana a mi ideal

Totalmente de acuerdo	De acuerdo	Neutral	En desacuerdo	Totalmente en desacuerdo

2. Las condiciones de mi vida son excelentes

Totalmente de acuerdo	De acuerdo	Neutral	En desacuerdo	Totalmente en desacuerdo

3. Estoy satisfecho con mi vida

Totalmente de acuerdo	De acuerdo	Neutral	En desacuerdo	Totalmente en desacuerdo

4. Hasta ahora he conseguido las cosas importantes que he deseado en la vida

Totalmente de acuerdo	De acuerdo	Neutral	En desacuerdo	Totalmente en desacuerdo

5. Si pudiera vivir mi vida de nuevo no cambiaría casi nada

Totalmente de acuerdo	De acuerdo	Neutral	En desacuerdo	Totalmente en desacuerdo

6. Con respecto a mi familia, me siento

Totalmente satisfecho	Satisfecho	Neutral	Insatisfecho	Muy insatisfecho

7. Con respecto a mis amigos, me siento

Totalmente satisfecho	Satisfecho	Neutral	Insatisfecho	Muy insatisfecho

8. Si actualmente tienes pareja, con respecto a mi relación de pareja, me siento

Totalmente satisfecho	Satisfecho	Neutral	Insatisfecho	Muy insatisfecho

9. Con respecto a mis estudios, me siento

Totalmente satisfecho	Satisfecho	Neutral	Insatisfecho	Muy insatisfecho

10. Con respecto a mi situación económica, me siento

Totalmente satisfecho	Satisfecho	Neutral	Insatisfecho	Muy insatisfecho

Escalas de Afrontamiento para Adolescentes (ACS)

Los estudiantes suelen tener ciertas preocupaciones o problemas sobre temas diferentes como la escuela, el trabajo, la familia, los amigos, el mundo en general, etc.

En este cuestionario encontrarás una lista de formas diferentes con las que la gente de tu edad suele encarar una gama amplia de problemas o preocupaciones. Deberás indicar, marcando la casilla correspondiente, las cosas que tú sueles hacer para enfrentarte a esos problemas o dificultades. En cada afirmación debes marcar la letra A, B, C, D o E según creas que es tu manera de reaccionar o de actuar. No hay respuestas correctas o erróneas. No dediques mucho tiempo a cada frase; simplemente responde a lo que crees que se ajusta a tu forma de actuar.

- A Nunca lo hago
- B Lo hago raras veces
- C Lo hago algunas veces
- D Lo hago a menudo
- E Lo hago con mucha frecuencia

Por ejemplo, si algunas veces te enfrentas a tus problemas mediante la acción de “Hablar con otros para saber lo que ellos harían si tuviesen el mismo problema”, deberías marcar la C como se indica a continuación:

1. Hablar con otros para saber lo que ellos haría si tuviesen el mismo problema.....A B C D E

	A	B	C	D	E
1. Hablar con los otros para saber lo que ellos harían si tuviesen el mismo problema					
2. Dedicarme a resolver lo que está provocando el problema					
3. Seguir con mis tareas como es debido					
4. Preocuparme por mi futuro					
5. Reunirme con mis amigos					
6. Producir una buena impresión en las personas que me importan					
7. Esperar que ocurra algo mejor					

	A	B	C	D	E
8. No puedo hacer nada para resolver el problema, así que no hago nada					
9. Llorar o gritar					
10. Organizar una acción o petición en relación con mi problema					
11. Ignorar el problema					
12. Criticarme a mí mismo					
13. Guardar mis sentimientos para mí solo.					
14. Dejar que Dios se ocupe de mis problemas.					
15. Acordarme de los que tienen problemas peores, de forma que los míos no parezcan tan graves.					
16. Pedir consejo a una persona competente.					
17. Encontrar una forma de relajarme; por ejemplo, oír música, leer un libro, tocar un instrumento musical, ver la televisión.					
18. Hacer deporte.					
19. hablar con otros para apoyarnos mutuamente.					
20. Dedicarme a resolver el problema poniendo en juego todas mis capacidades.					
21. Asistir a clase con regularidad.					
22. Preocuparme por mi felicidad.					
23. Llamar a un amigo íntimo.					
24. Preocuparme por mis relaciones con los demás.					
25. Desear que suceda un milagro.					
26. Simplemente, me doy por vencido.					
27. Intentar sentirme mejor bebiendo alcohol, fumando o tomando otras drogas (no medicamentos).					
28. Organizar un grupo que se ocupe del problema.					
29. Ignorar conscientemente el problema.					
30. Darme cuenta de que yo mismo me hago difíciles las cosas.					
31. Evitar estar con la gente.					
32. Pedir ayuda y consejo para que todo se resuelva.					
33. Fijarme en el aspecto positivo de las cosas y pensar en las cosas buenas.					
34. Conseguir ayuda o consejo de un profesional.					
35. Salir y divertirme para olvidar mis dificultades.					
36. Mantenerme en forma y con buena salud.					
37. Buscar ánimo en otros.					
38. Considerar otros puntos de vista y tratar de tenerlos en cuenta.					
39. Trabajar intensamente.					
40. Preocuparme por lo que está pasando.					
41. Empezar una relación personal estable.					
42. Tratar de adaptarme a mis amigos.					
43. Esperar que el problema se resuelva por sí solo.					
44. Me pongo malo.					
45. Trasladar mis frustraciones a otros.					
46. Ir a reuniones en las que se estudia el problema.					
47. Borrar el problema de mi mente.					
48. Sentirme culpable.					
49. Evitar que otros se enteren de lo que me preocupa.					
50. Leer un libro sagrado o de religión.					
51. Tratar de tener una visión alegre de la vida.					
52. Pedir ayuda a un profesional.					
53. Buscar tiempo para actividades de ocio.					
54. Ir al gimnasio a hacer ejercicios.					

55. Hablar con otros sobre mi problema para que me ayuden a salir de él.					
56. Pensar en lo que estoy haciendo y por qué.					
57. Triunfar en lo que estoy haciendo.					
58. Inquietarme por lo que me pueda ocurrir.					
59. Tratar de hacerme amigo íntimo de un chico o de una chica.					
60. Mejorar mi relación personal con los demás.					
61. Soñar despierto que las cosas irán mejorando.					
62. No tengo forma de afrontar la situación.					
63. Cambiar las cantidades de lo que como, bebo o duermo.					
64. Unirme a gente que tiene el mismo problema.					
65. Aislarme del problema para poder evitarlo.					
66. Considerarme culpable.					
67. No dejar que otros sepan cómo me siento.					
68. Pedir a Dios que cuide de mí.					
69. Estar contento de cómo van las cosas.					
70. Hablar del tema con personas competentes.					
71. Conseguir apoyo de otros, como mis padres o amigos.					
72. Pensar en distintas formas de afrontar el problema.					
73. Dedicarme a mis tareas en vez de salir.					
74. Inquietarme por el futuro del mundo.					
75. Pasar más tiempo con el chico o chica con quien suelo salir.					
76. Hacer lo que quieren mis amigos.					
77. imaginar que las cosas va a ir mejor.					
78. Sufro dolores de cabeza o de estómago.					
79. Encontrar una forma de aliviar la tensión; por ejemplo, llorar, gritar, beber, tomar drogas.					

80. Anota cualquier otra cosa que sueles hacer para afrontar tus problemas:

.....

.....

.....

Los estudiantes suelen tener ciertas preocupaciones o problemas sobre temas diferentes como la escuela, el trabajo, la familia, los amigos, el mundo en general, etc. Cuál es tu mayor preocupación en la actualidad?:

.....

.....

.....

Anexo B: Análisis Estadísticos

Anexo B1

Análisis de Normalidad de la Muestra

Prueba de Kolmogorov-Smirnov(a)

	Kolmogorov-Smirnov(a)	
	Estadístico	Estadístico
satisfacción con la vida (SWLS)	0.067	0.084
satisfacción con la familia	0.247	0.000
satisfacción con los amigos	0.272	0.000
satisfacción con la pareja	0.201	0.000
satisfacción con los estudios	0.277	0.000
satisfacción con la economía	0.307	0.000
Resolver el problema	0.068	0.082
Búsqueda de otros	0.029	.200(*)
Afrontamiento no productivo	0.050	.200(*)
Buscar apoyo social (As)	0.084	0.010
Concentrarse en resolver el problema (Rp)	0.078	0.024
Esforzarse y tener éxito (Es)	0.127	0.000
Preocuparse (Pr)	0.116	0.000
Invertir en amigos íntimos (Ai)	0.075	0.034
Buscar pertenencia (Pe)	0.105	0.000
Hacerse ilusiones Hi	0.089	0.004
Falta de Afrontamiento Na	0.147	0.000
Reducción de la tensión Rt	0.146	0.000
Acción social (So)	0.150	0.000
Ignorar el problema (Ip)	0.119	0.000
Autoinculparse (Cu)	0.105	0.000
Reservarlo para sí (Re)	0.099	0.001
Buscar apoyo espiritual (Ae)	0.127	0.000
Fijarse en lo positivo (Po)	0.095	0.002
Buscar ayuda profesional Ap	0.108	0.000
Buscar diversiones relajantes (Dr)	0.102	0.000
Distracción física (Fi)	0.098	0.001
Preocupación personal	0.513	0.000
Preocupación futuro	0.490	0.000
Preocupación estudios	0.381	0.000
Preocupación amigos	0.529	0.000
Preocupación familia	0.520	0.000
Preocupación económica/trabajo	0.540	0.000
Preocupación social	0.536	0.000

*. This is a lower bound of the true significance.
a Corrección de la significación de Lilliefors

Anexo B2

Análisis de Confiabilidad de la Escala de Satisfacción con la vida (SWLS)

Alpha de Cronbach	N de ítems
0.78	5

Correlación ítem-test del SWLS y alfa si se elimina el ítem

	Correlación elemento-total corregida	Alfa de Cronbach si se elimina el elemento
ítem 1	.59	.73
ítem 2	.53	.75
ítem 3	.72	.69
ítem 4	.44	.77
ítem 5	.54	.76

Anexo B3

Análisis de Confiabilidad de las Escalas de Afrontamiento para Adolescentes (ACS)

Escala: Buscar apoyo social (As) (alpha = .81)

ítem	correlación elemento-escala
1	.54
19	.63
37	.49
55	.73
71	.63

Escala: Invertir en amigos íntimos (Ai) (alpha = .65)

ítem	correlación elemento-escala
5	.42
23	.41
41	.36
59	.44
75	.42

Escala: Concentrarse en resolver el problema (Rp) (alpha = .70)

ítem	correlación elemento-escala
2	.43
20	.44
38	.37
56	.52
72	.53

Escala: Buscar pertenencia (Pe) (alpha = .68)

ítem	correlación elemento-escala
6	.37
24	.52
42	.51
60	.54
76	.24

Escala : Esforzarse y tener éxito (Es) (alpha = .64)

ítem	correlación elemento-escala
3	.32
21	.32
39	.48
57	.41
73	.43

Escala: Hacerse ilusiones (Hi) (alpha = .64)

ítem	correlación elemento-escala
7	.37
25	.41
43	.27
61	.46
77	.47

Escala: Preocuparse (Pr) (alpha = .62)

ítem	correlación elemento-escala
4	.49
22	.32
40	.43
58	.31
74	.34

Escala: Falta de afrontamiento (Na) (alpha = .63)

ítem	correlación elemento-escala
8	.42
26	.58
44	.36
62	.50
78	.19

Escala: Reducción de la tensión (Rt) (alpha = .53)

ítem	correlación elemento-escala
9	.27
27	.32
45	.32
63	.22
79	.38

Escala: Reservarlo para sí (Re)(alpha = .74)

ítem	correlación elemento-escala
13	.56
31	.35
49	.62
67	.62

Escala: Acción social (So) (alpha = .54)

ítem	correlación elemento-escala
10	.14
28	.47
46	.43
64	.33

Escala: Buscar ayuda espiritual (Ae)(alpha = .59)

ítem	correlación elemento-escala
14	.46
32	.13
50	.39
68	.53

Escala :Ignorar el problema (Ip) (alpha = .70)

ítem	correlación elemento-escala
11	.49
29	.57
47	.36
65	.52

Escala: Fijarse en lo positivo (Po) (alpha = .65)

ítem	correlación elemento-escala
15	.19
33	.58
51	.57
69	.46

Escala: Autoinculparse (Cu) (alpha = .74)

ítem	correlación elemento-escala
12	.47
30	.36
48	.64
66	.70

Escala: Buscar ayuda profesional (Ap) (alpha = .83)

ítem	correlación elemento-escala
16	.48
34	.76
52	.74
70	.68

Escala: Buscar diversiones relajantes (Dr) ($\alpha = .57$)

ítem	correlación elemento-escala
17	.38
35	.38
53	.37

Escala: Distracción física (Fi) ($\alpha = .77$)

ítem	correlación elemento-escala
18	.65
36	.61
54	.56



Análisis de Confiabilidad de los Estilos de Afrontamiento (ACS)

Estilo: Resolver el problema (alpha = .82)		Estilo: Referencia a los otros (alpha = .87)		Estilo: no Productivo (alpha = .85)	
ítem	Correlación elemento-total corregida	ítem	Correlación elemento-total corregida	ítem	Correlación elemento-total corregida
2	.36	1	.48	4	.14
20	.42	19	.61	22	-.05
38	.40	37	.53	40	.06
56	.50	55	.63	58	.44
72	.49	71	.58	74	.21
3	.20	5	.41	7	.25
21	.23	23	.48	25	.45
39	.40	41	.38	43	.43
57	.64	59	.52	61	.39
73	.27	75	.32	77	.35
15	.16	6	.32	8	.44
33	.56	24	.47	26	.52
51	.56	42	.43	44	.50
69	.58	60	.56	62	.47
17	.30	76	.29	78	.36
35	.28	10	.21	9	.30
53	.21	28	.35	27	.16
18	.44	46	.33	45	.46
36	.56	64	.35	63	.39
54	.38	14	.18	79	.18
		32	.59	11	.38
		50	.18	29	.39
		68	.29	47	.30
		16	.56	65	.48
		34	.50	12	.40
		52	.45	30	.38
		70	.50	48	.59
				66	.66
				13	.38
				31	.42
				49	.36
				67	.40

Anexo B4

Satisfacción con la vida y por áreas según variables sociodemográficas

Satisfacción	Sexo del alumno						U	p
	mujeres			hombres				
	N	M	DE	N	M	DE		
Satisfacción con la vida	157	17.36	3.39	205	17.39	3.24	-.17	.86
Satisfacción con la familia	157	4.17	0.839	205	4.09	0.855	-.88	.38
Satisfacción con los amigos	157	4.11	0.734	205	4	0.734	-1.63	.10
Satisfacción con la pareja	62	3.73	0.853	96	3.52	1.015	-1.45	.15
Satisfacción con los estudios	157	3.43	0.886	205	3.42	0.897	-.09	.93
Satisfacción con la economía	157	3.59	0.862	205	3.44	0.882	-1.60	.11

Satisfacción	Nivel socioeconómico						U	p
	medio			alto				
	N	M	DE	N	M	DE		
Satisfacción con la vida	273	17.08	3.315	82	18.37	3.041	-3.438	.001*
Satisfacción con la familia	273	4.15	.827	82	4.09	.919	-.346	.730
Satisfacción con los amigos	273	4.03	.727	82	4.18	.722	-1.980	.048*
Satisfacción con la pareja	114	3.47	.961	41	4.00	.837	-2.820	.005*
Satisfacción con los estudios	273	3.46	.891	82	3.33	.890	-1.441	.149
Satisfacción con la economía	273	3.36	.868	82	4.00	.703	-5.892	.000***

Satisfacción	área de estudios						U	p
	ciencias			letras				
	N	M	DE	N	M	DE		
Satisfacción con la vida	181	17.18	3.441	181	17.56	3.159	-1.147	.251
Satisfacción con la familia	181	4.21	.767	181	4.04	.915	-1.571	.116
Satisfacción con los amigos	181	4.01	.738	181	4.09	.733	-1.230	.219
Satisfacción con la pareja	78	3.62	.915	80	3.59	1.002	-.143	.886
Satisfacción con los estudios	181	3.31	.916	181	3.54	.853	-2.556	.011*
Satisfacción con la economía	181	3.53	.834	181	3.49	.917	-.313	.754

Anexo B5

Preocupación según variables sociodemográficas

preocupación	sexo del alumno %		X ²	p
	mujeres	hombres		
personal	16.3%	19.2%	.477	0.49
futuro	18.3%	24.7%	2.095	0.15
estudios	66.0%	56.1%	3.574	0.06
pares	12.4%	8.6%	1.377	0.24
familia	18.3%	13.1%	1.772	0.18
económica/trabajo	7.2%	5.6%	.392	0.53
social	7.8%	6.1%	.431	0.51

preocupación	Nivel socioeconómico %		X ²	p
	medio	alto		
personal	16.1%	26.0%	3.891	0.05*
futuro	22.8%	18.2%	.763	0.38
estudios	64.4%	48.1%	6.715	0.01*
pares	10.5%	7.8%	.487	0.49
familia	15.4%	16.9%	.105	0.75
económica/trabajo	6.7%	3.9%	.844	0.36
social	5.6%	9.1%	1.204	0.27

preocupación	área de estudio %		X ²	p
	ciencias	letras		
personal	17.3%	18.6%	.099	0.75
futuro	19.6%	24.4%	1.213	0.27
estudios	64.8%	55.8%	2.964	0.09
pares	7.3%	13.4%	3.557	0.06
familia	15.1%	15.7%	.025	0.87
económica/trabajo	6.1%	6.4%	.009	0.92
social	4.5%	9.3%	3.216	0.07

Anexo B6

Estrategias de Afrontamiento según el sexo

Estilo	Estrategias	Sexo del alumno					
		mujeres		hombres		U	p
		M	DE	M	DE		
Resolver el problema	<i>Concentrarse en Resolver el Problema (Rp)</i>	71.29	11.68	71.57	11.78	-0.490	0.624
	<i>Esforzarse y tener éxito (Es)</i>	74.01	11.97	71.51	11.24	-2.177	0.029*
	<i>Fijarse en lo positivo (Po)</i>	65.54	14.10	65.20	14.10	-0.058	0.954
	<i>Buscar diversiones relajantes (Dr)</i>	70.71	16.50	72.46	15.10	-1.124	0.261
	<i>Distracción Física (Fi)</i>	54.08	19.79	64.78	20.01	-5.121	0.000***
Referencia a los otros	<i>Buscar Apoyo Social (As)</i>	65.04	15.21	60.31	15.12	-2.896	0.004**
	<i>Invertir en amigos íntimos (Ai)</i>	62.57	14.57	60.37	14.61	-0.994	0.320
	<i>Buscar pertenencia (Pe)</i>	67.82	12.47	65.17	12.79	-2.022	0.043*
	<i>Acción Social (So)</i>	38.50	10.70	39.24	11.58	-0.265	0.791*
	<i>Buscar apoyo espiritual (Ae)</i>	49.52	15.57	45.83	14.62	-2.127	0.033*
	<i>Buscar ayuda profesional (Ap)</i>	50.51	18.43	52.15	18.56	-0.905	0.365
Afrontamiento no Productivo	<i>Preocuparse (Pr)</i>	76.18	12.08	73.21	12.10	-2.007	0.045*
	<i>Hacerse Ilusiones (Hi)</i>	58.04	14.12	56.76	13.84	-0.851	0.395
	<i>Falta de Afrontamiento (Na)</i>	38.32	12.16	38.03	13.04	-0.403	0.687
	<i>Reducción de la tensión (Rt)</i>	42.42	12.62	37.03	11.31	-4.129	0.000***
	<i>Ignorar el problema (Ip)</i>	36.15	13.35	40.24	14.49	-2.916	0.004**
	<i>Autoinculparse (Cu)</i>	58.41	17.27	55.29	15.28	-1.519	0.129
	<i>Reservarlo para sí (Re)</i>	55.89	17.43	57.32	16.49	-0.578	0.563

Estrategias de Afrontamiento según el nivel socioeconómico

Estilo	Estrategias	Nivel socioeconómico				U	p
		medio		alto			
		M	DE	M	DE		
Resolver el problema	<i>Concentrarse en Resolver el Problema (Rp)</i>	71.11	11.79	72.29	11.34	-0.822	0.411
	<i>Esforzarse y tener éxito (Es)</i>	72.45	11.62	73.12	11.54	-0.533	0.594
	<i>Fijarse en lo positivo (Po)</i>	64.87	14.14	66.89	13.51	-1.130	0.258
	<i>Buscar diversiones relajantes (Dr)</i>	71.18	15.54	74.27	15.97	-1.555	0.120
	<i>Distracción Física (Fi)</i>	59.82	19.75	61.46	23.02	-0.401	0.689
Referencia a los otros	<i>Buscar Apoyo Social (As)</i>	62.40	14.78	62.49	16.72	-0.468	0.639
	<i>Invertir en amigos íntimos (Ai)</i>	60.60	14.49	63.61	14.51	-1.602	0.109
	<i>Buscar pertenencia (Pe)</i>	66.05	12.61	67.51	12.89	-0.606	0.545
	<i>Acción Social (So)</i>	39.45	11.46	37.07	10.12	-1.084	0.278
	<i>Buscar apoyo espiritual (Ae)</i>	47.51	14.51	47.13	16.06	-0.397	0.691
	<i>Buscar ayuda profesional (Ap)</i>	51.50	18.52	50.91	18.21	-0.345	0.730
Afrontamiento no Productivo	<i>Preocuparse (Pr)</i>	73.76	11.98	77.46	11.75	-2.083	0.037*
	<i>Hacerse Ilusiones (Hi)</i>	57.07	13.50	58.39	15.48	-0.193	0.847
	<i>Falta de Afrontamiento (Na)</i>	38.48	12.87	37.61	12.14	-0.474	0.636
	<i>Reducción de la tensión (Rt)</i>	39.24	12.03	40.15	12.55	-0.404	0.686
	<i>Ignorar el problema (Ip)</i>	38.64	14.38	38.35	13.56	-0.032	0.974
	<i>Autoinculparse (Cu)</i>	56.45	16.04	57.99	17.12	-0.677	0.499
	<i>Reservarlo para sí (Re)</i>	56.78	16.89	56.59	16.99	-0.172	0.863

Estrategias de Afrontamiento según el área de estudios

Estilo	Estrategias	área				U	p
		ciencias		letras			
		M	DE	M	DE		
Resolver el problema	<i>Concentrase en Resolver el Problema (Rp)</i>	70.78	11.66	72.11	11.77	-0.852	0.394
	<i>Esforzarse y tener éxito (Es)</i>	73.13	11.43	72.07	11.80	-0.957	0.339
	<i>Fijarse en lo positivo (Po)</i>	65.55	14.34	65.14	13.86	-0.776	0.438
	<i>Buscar diversiones relajantes (Dr)</i>	70.00	16.65	73.40	14.58	-1.720	0.085
	<i>Distracción Física (Fi)</i>	62.38	19.67	57.90	21.28	-2.281	0.023*
Referencia a los otros	<i>Buscar Apoyo Social (As)</i>	61.37	15.15	63.36	15.47	-1.309	0.190
	<i>Invertir en amigos íntimos (Ai)</i>	59.27	14.06	63.38	14.91	-2.763	0.006**
	<i>Buscar pertenencia (Pe)</i>	66.01	13.02	66.63	12.41	-0.347	0.728
	<i>Acción Social (So)</i>	40.47	11.26	37.38	10.95	-2.601	0.009**
	<i>Buscar apoyo espiritual (Ae)</i>	47.76	14.67	47.10	15.62	-0.658	0.511
Afrontamiento no Productivo	<i>Buscar ayuda profesional (Ap)</i>	51.91	18.50	50.97	18.53	-0.657	0.511
	<i>Preocuparse (Pr)</i>	73.75	12.11	75.25	12.20	-0.851	0.395
	<i>Hacerse Ilusiones (Hi)</i>	56.88	13.87	57.75	14.08	-0.584	0.559
	<i>Falta de Afrontamiento (Na)</i>	38.45	13.37	37.86	11.92	-0.317	0.751
	<i>Reducción de la tensión (Rt)</i>	39.05	12.52	39.69	11.85	-0.447	0.655
	<i>Ignorar el problema (Ip)</i>	38.92	14.34	38.01	13.95	-0.642	0.521
	<i>Autoinculparse (Cu)</i>	56.69	16.14	56.60	16.35	-0.013	0.990
<i>Reservarlo para sí (Re)</i>	58.12	17.80	55.28	15.86	-1.158	0.247	

Anexo B7
Correlaciones entre Satisfacción con la vida (SWLS) Satisfacción por áreas, Estilos y Estrategias de afrontamiento

	Satisfacción con la vida (SWLS)	Satisfacción Familiar	Satisfacción Amical	Satisfacción con Pareja	Satisfacción académica	Satisfacción Económica
Resolver el problema	.363***	.172**	.206***		.301***	.235***
<i>Concentrarse en Resolver el Problema (Rp)</i>	.305***	.179**	.198***		.191***	.113*
<i>Esforzarse y tener éxito (Es)</i>	.263***	.200***	.120*	.164*	.260***	.183***
<i>Fijarse en lo positivo (Po)</i>	.370***	.158**	.209***		.233***	.229***
<i>Buscar diversiones relajantes (Dr)</i>			.146**			
<i>Distracción Física (Fi)</i>	.239***	.124*	.123*		.251***	.137**
Referencia a los otros	.191***	.123*	.217***		.150**	
<i>Buscar Apoyo Social (As)</i>	.169**	.113*	.260***		.165**	.111*
<i>Invertir en amigos íntimos (Ai)</i>	.157**		.294***		.122*	
<i>Buscar pertenencia (Pe)</i>	.128*	.108*	.269***		.122*	.126*
<i>Acción Social (So)</i>			-.105*	-.179*		
<i>Buscar apoyo espiritual (Ae)</i>		.130*				
<i>Buscar ayuda profesional (Ap)</i>	.181**		.115*		.125*	
Afrontamiento no Productivo	-.313***	-.111*	-.208***	-.289***	-.188***	-.105*
<i>Preocuparse (Pr)</i>			.136**			
<i>Hacerse Ilusiones (Hi)</i>	-.108*			-.165*		
<i>Falta de Afrontamiento (Na)</i>	-.372***	-.211***	-.203***	-.317***	-.232***	-.192***
<i>Reducción de la tensión (Rt)</i>	-.244***	-.138**		-.193*	-.107*	-.125*
<i>Ignorar el problema (Ip)</i>	-.140**			-.227**	-.124*	-.130*
<i>Autoinculparse (Cu)</i>	-.272***		-.179**		-.158**	
<i>Reservarlo para sí (Re)</i>	-.282***	-.112*	-.255***	-.205*	-.222***	-.114*

*p < .05

*p < .01

p < .001

