

# Estilos de afrontamiento y satisfacción con la vida en adolescentes de instituciones educativas nacionales de la provincia de Huaral, 2014

*Juri Janeth Verde Sevillano*

*Universidad César Vallejo - Lima Norte*

## Resumen

La presente investigación tuvo como finalidad establecer la relación entre los estilos de afrontamiento y la satisfacción con la vida en adolescentes de instituciones nacionales de la provincia de Huaral. La muestra probabilística estuvo conformada por 258 adolescentes de dos instituciones educativas nacionales, cuyo grado de estudios pertenece al 4° y 5° grado del nivel secundario. Los instrumentos aplicados fueron el Cuestionario de Estilos de Afrontamiento COPE de Carver y la Escala de satisfacción con la vida SWDS de Dinner. Los resultados arrojaron que existe relación significativa positiva con los estilos de afrontamiento enfocado al problema y enfocado a la emoción con la satisfacción con la vida; y relación significativa negativa con el estilo de afrontamiento de evitación y la satisfacción con la vida.

**Palabras claves:** Satisfacción con la vida, estilos de afrontamiento, adolescentes.

## Abstract

This research aimed to establish the relationship between coping styles and life satisfaction among adolescents in national institutions of the province of Huaral. The random sample consisted of 258 adolescents from two national educational institutions; the level of education belongs to the 4th and 5th grade at the secondary level. The instruments used were the Coping Styles Questionnaire Carver COPE Scale and life satisfaction SWDS Dinner. The results showed that there is significant positive relationship with coping styles focused on the problem and emotion focused on satisfaction with life; negative and significant relationship with avoidant coping style and life satisfaction.

**Key words:** Life satisfaction, coping styles, adolescents.

## Introducción

En los últimos tiempo se hizo de conocimiento la relación existente entre la satisfacción con la vida y con los aspectos subjetivos que establece cada persona, en el que se resalta una mayor fuerza correlacional con la personalidad de los individuos en cuestión (Diener y Diener, 1995); sin embargo estudios de una posible relación entre los estilos de afrontamiento y la satisfacción con la vida en adolescentes es inusual, más aún en el Perú y en provincia, en donde manejan índices de violencia y embarazos no deseados a partir de los 14 años, (INEI, 2014), a esto agregando el proceso de desarrollo adolescente.

Asimismo se han realizado investigaciones que concluyen con la importancia de la dinámica familiar, apoyo social, estado académico (Gómez, 2014) relacionado a un contexto que requieren respuestas diversas y necesarias, este estudio plantea que a mejores recursos de los adolescentes mejore evaluación de su vida satisfecha se obtendrá de los adolescentes.

Por otro lado Jiménez, Zagalaz, Molero, Pulido y Ruiz (2011) en España encontraron en su investigación sobre la Capacidad aeróbica, felicidad y satisfacción con la vida en adolescentes, resultados que manifiestan que las aptitud cardiorrespiratoria en esta población les permiten ser más felices y estar más satisfechos con la vida, independiente del sexo o edad del total investigación sobre la Capacidad aeróbica, felicidad y satisfacción con la vida en adolescentes.

En el Perú, Mikkelsen (2009) también encontró correlaciones significativas entre Satisfacción con la vida y los Estilos y Estrategias de afrontamiento; reportando un nivel promedio de satisfacción,

el área familiar y amical fueron las de mayor satisfacción.

En relación a esto último, durante los últimos años el interés de las investigaciones ha ido más allá de los beneficios objetivos que implica la satisfacción con la vida en el ser humano, lo que indica que el tema de satisfacción viene siendo tocado por estudiosos sean psicólogos o no ya que se encuentra evidencia en ramas de deporte, enfermería, medico, educativo, organizacional, etc, lo que sugiere tocarse como tema de salud mental pública (Leturia, 2001; López, Riu y Forner, 2004; Inga, 2006; Guzmán y Lugli, 2009; Hurtado, 2010; Minsa, 2012).

Debido a los aspectos antes mencionados, esta investigación aporta a la comunidad científica, educativa y estatal, para buscar estrategias adecuadas para su reforzamiento en relación a los resultados. Al considerarse como los procesos cognitivos y conductuales del sujeto en relación al individuo y su contexto.

## Marco metodológico

### Hipótesis general:

Existe relación entre los estilos de afrontamiento y la satisfacción con la vida en los adolescentes de instituciones educativas nacionales de la provincia de Huaral.

### Hipótesis específicas:

H1: Existe relación entre los estilos de afrontamiento y las dimensiones de la satisfacción con la vida en los adolescentes de instituciones educativas nacionales de la provincia de Huaral

### VARIABLES:

La primeravariablen son los estilos de afrontamiento, considerándose como los intercambios que se dan

entre la relación de los individuos y su entorno, refiriéndose a los procesos cognitivos y relación entre ambos, siendo cambiante y dinámica de situación a situación; evaluándose al estímulo como amenaza, riesgo, daño o pérdida (Lazarus y Folkman, 1984). Encontrándose tres estilos de afrontamiento: Enfocado al problema, enfocado a la emoción y el estilo no productivo o de evitación. Seguimiento de la satisfacción con la vida, la cual se entiende como una valoración, subjetiva, cognitiva personal que realiza una persona sobre su vida y de los dominios de la misma, relacionado a sus metas u objetivos alcanzados (Diener y Diener, 1995).

Estas definiciones se aplican a adolescentes, residentes, de la provincia de Huaral, al encontrarse como resultados estadísticos casos diagnosticados relacionados al Estrés. (ASIS, 2012)

## Metodología

Investigación descriptiva correlacional, por relacionar las variables estudiadas, con diseño no experimental transaccional, en un solo momento, partiendo desde lo general a lo particular (Hernández, Fernández y Baptista, 2006).

### Población

Conformada por 696 adolescentes que estudian en instituciones educativas nacionales de la provincia de Huaral; de los cuales, reemplazando la fórmula estadística para determinar la muestra representativa, se evaluaron a 393 adolescentes de ambos sexos de 14 a 17 años (M= 202 y F= 191) de cuarto y quinto grado (4°= 211 y 5°= 182) del año 2014.

**Tabla N.º 1**

*Distribución de la muestra*

		Frec.	%
Edad	14 a 15 años	235	59,8
	16 a 17 años	158	40,2
Sexo	Femenino	191	48,6
	Masculino	202	51,4
Grado	Cuarto Grado	211	53,7
	Quinto grado	182	46,3
Numero de Hijo	Primero	153	38,9
	Después del Primero	240	61,1
Trabajo	No	288	73,3
	Si	105	26,7

## Instrumentos

Se empleó una ficha sociodemográfica creada por el investigador para la recolección de datos generales de los adolescentes evaluados.

El instrumento que se utilizó para medir la variable de Estilos de afrontamiento fue: Cuestionario de Modos de Afrontamiento COPE, desarrollada por Carver, Scheier y Weintraub (1989) y adaptado por Casuso (1996), de la Pontificia Universidad Católica del Perú, a la realidad peruana. La prueba consta de 52 preguntas, con respuestas dicotómicas y que detalla tres estilos de afrontamiento;

1. Estilo de afrontamiento enfocado al Problema
2. Estilo de afrontamiento enfocado a la emoción
3. Estilo de afrontamiento de Evitación o no Productivo

Asimismo, cada estilo guarda diferentes estrategias de afrontamiento que en conjunto se orientan a determinado estilo de afronte, esta prueba tiene items que miden estas estrategias en los adolescentes. Para el primer estilo existen 5 estrategias de afrontamiento: el afrontamiento activo, la planificación, la supresión de actividades, la postergación del afrontamiento y la búsqueda de apoyo social.

Para el segundo estilo también se tienen 5 estrategias de afrontamiento: la búsqueda de soporte emocional, la reinterpretación positiva y desarrollo personal, la aceptación, el acudir a la religión y el análisis de las emociones. Finalmente, para el último estilo de afrontamiento se consideran 3 estrategias: la negación, el desentendimiento conductual y el desentendimiento cognitivo.

El segundo instrumento se utilizó para evaluar la segunda variable de esta investigación: Escala de Satisfacción con la vida SWLS, creada por Ed Diener en 1985, para la medición de la satisfacción con la vida del evaluado, fue adaptado en el 2004 en Perú por Martínez de la Pontífice Universidad Católica del Perú. Consta de 5 preguntas con respuestas políómicas (7 alternativas) desde el 1 con el significado de Totalmente en desacuerdo hasta 7 con Totalmente de acuerdo. Con la corrección de suma total que a mayor puntaje, mayor es la satisfacción del evaluado y a menor puntaje menor la satisfacción.

#### Análisis de datos:

Los datos obtenidos por los instrumentos (Ficha sociodemográfica, COPE y SWLS) fueron ingresados al software estadístico SPSS v.21. para su procesamiento análisis de información respectivo. De igual forma se utilizó la prueba de Kolmogorov-Smirnov para detallar la normalidad de los datos, encontrando que es No normal, lo que implica utilizar el estadístico No paramétrico de Rho de Spearman.

Asimismo, para determinar la validez y la confiabilidad de las pruebas en esta población, adolescentes de la provincia de Huaral, los datos fueron analizados con el Alpha de Cronbach, arrojando resultados confiables de 0,90 y 0.99 (COPE y SWLS, respectivamente).

## Resultados

Los resultados obtenidos en esta investigación relacionan de forma significativa ambas variables, estos datos obtenidos, a través del análisis de Rho Spearman, afirman la hipótesis planteada, en el que el primer estilo de afrontamiento enfocado al problema se relaciona positivamente significativa ( $r= 0,405^{**}$ ) con la satisfacción con la vida; al igual que el estilo enfocado a la emoción ( $r= 0.338^{**}$ ) con la satisfacción con la vida y por último se encuentra correlación negativa significativa ( $r= -0,318^{**}$ ) entre el estilo de afrontamiento de evitación y la satisfacción con la vida.

Tabla N.º 2

*Relación entre los estilos de afrontamiento y la satisfacción con la vida en los adolescentes*

			Satisfacción con la Vida
Rho de Spearman	Enfocado al problema	Coefficiente de correlación	,405**
		Sig. (bilateral)	,000
	Enfocado a la emoción	Coefficiente de correlación	,338**
		Sig. (bilateral)	,000
	Evitación	Coefficiente de correlación	-,318**
		Sig. (bilateral)	,000

\*\*La correlación muy significativa al nivel 0,01 (bilateral).

De igual forma, en la Tabla 3, se aprecia que la estrategia de afrontamiento más utilizada por los adolescentes de las instituciones educativas nacionales es la Reinterpretación positiva de la experiencia con una ocurrencia del 83,8% (329) de la muestra evaluada, perteneciendo al estilo de afrontamiento enfocado a la emoción, seguido por la estrategia Búsqueda de soporte social con un 76,3% (300) de la muestra, concerniente al estilo de afrontamiento enfocado al problema y la estrategia Búsqueda de soporte emocional con un 74,7% (294) del estudio, propio del estilo de afrontamiento enfocado a la emoción. De esto se

rescata que las estrategias de mayor uso forman parte del estilo orientado a las emociones. Por otro lado, los participantes que optan por la evitación utilizan la estrategia, en su mayoría de veces, de desentendimiento cognitivo con un 58,2% (229) de la muestra.

Asimismo, en relación a la satisfacción con la vida se encuentran que 135 (34,4%) adolescentes están insatisfechos y 258 (65,6%) adolescentes se encuentran en la categoría de Satisfacción de vida "Satisfecho". De estos resultados se halla que los adolescentes se encuentran satisfechos en un 65,6%. (Tabla 4).

Tabla N.º 3

*Estrategias de afrontamiento más utilizados en los adolescentes de instituciones educativas nacionales*

Estilos de afrontamiento		N	%
Enfocado al problema	Afrontamiento directo	266	67.7
	Planificación de actividades	268	68.3
	Supresión de actividades competitivas	192	48.9
	Postergación del afrontamiento	248	63.1
	Búsqueda de soporte social	300	76.3
Enfocado a la emoción	Búsqueda de soporte emocional	294	74.7
	Reinterpretación positiva de la experiencia	329	83.8
	Aceptación	242	61.5
	Religión	239	60.8
	Análisis de las emociones	191	48.5
Evitación	Negación	169	42.9
	Desentendimiento conductual	111	28.2
	Desentendimiento cognitivo	229	58.2

Tabla N.º 4

*Satisfacción con la vida en adolescentes, en relación a las variables sociodemográficas*

		Satisfacción				Total	
		Insatisfechos N=135		Satisfechos N=258			
		n	%	n	%	n	%
Edad	14 a 15 años	78	33,2	157	66,8	235	100
	16 a 17 años	57	36,1	101	63,9	158	100
Sexo	Masculino	64	31,7	138	68,3	202	100
	Femenino	71	37,2	120	62,8	191	100
Grado	Cuarto grado	64	30,3	147	69,7	211	100
	Quinto grado	71	39,0	111	61,0	182	100
Número de hijo	Primero	67	43,8	86	56,2	153	100
	Después del primero	68	28,3	172	71,7	240	100
Trabaja	No	114	39,6	174	60,4	288	100
	Si	21	20,0	84	80,0	105	100

## Discusión

Se encuentra relación significativa entre los tres estilos de afrontamiento y la satisfacción con la vida, por lo que establece el cumplimiento de las hipótesis planteadas en la investigación, hallándose correlación positiva significativa entre el estilo de afrontamiento enfocado al problema y la satisfacción con la vida, al igual que con el estilo de afrontamiento enfocado a la emoción, de lo que se infiere que los adolescentes que participaron tienden a considerar la importancia del factor estresante y su respuesta ante el cómo resolución, para calificar su satisfacción vital; por otro lado se encontró correlación significativa negativa con el etilo de afrontamiento de evitación, eso interpretándose como a menor uso de este estilo mejor satisfacción de vida y a mayor empleo de este, se evaluara menor la satisfacción con la vida, esto es conforme con la teoría, resaltando que fue una cantidad mínima la que opta por este tipo de estilo y afronte.

Siguiendo con lo anterior, los adolescentes utilizan con mayor frecuencia el estilo de afrontamiento enfocado en el problema y el estilo emocional, ya que en esta etapa entra a tallar sus propias características, como determinar sus círculos sociales, importancia de los vínculos amicales, establecimiento de roles, presión de grupo, autoestima, etc., como lo explica San Martínez, et al, (2012) al encontrar en su investigación, en una población de adolescentes, la vinculación entre la influencia del apoyo social en más grado que variables personales; lo que demuestra porque la estrategia de afrontamiento mayor utilizada es la búsqueda de soporte social, y emocional, en mayor ocurrencia en la

mujeres; de lo que se quiere que a mejor uso de los estilos de afrontamiento enfocados al problema y enfocados a la emoción, mejor será la satisfacción vital percibida por los sujeto. Del mismo modo, estos hallazgos coinciden con los datos encontrados por Mikkelsen (2009) quien al estudiar sobre el afrontamiento y la satisfacción con la vida, encontró correlaciones significativas ante el empleo del estilo Resolver el problema y Referencia a los otros y encontró diferencias significativas según el género de los participantes. Por otro lado, se encontró que existen diferencias significativas en cuanto al uso de los estilos de afrontamiento según el género, siendo que los varones optan por utilizar el estilo enfocado al problema y las mujeres optan por usar el estilo de afrontamiento orientado a las emociones. Datos que coinciden con los encontrados por Martínez (2004) quienes al estudiar el afrontamiento en la población peruana encontraron datos semejantes.

Además, en relación a las estrategias de afrontamiento en adolescentes, se encontró que la estrategia más utilizada es la Reinterpretación positiva de la experiencia con una ocurrencia del 83,8%, la cual implica la valoración y evaluación del problema de manera positiva y optimista, regido por aspectos culturales y aprendidos al atribuir cualidades favorables a la consecuencias o proceso de la experiencia estresante en sí misma, asumiéndolo como una experiencia de crecimiento y aprendizaje para el futuro. Asimismo, la segunda estrategia más utilizada es la Búsqueda de soporte social con una incidencia de 76,3% de la muestra, lo cual implica recurrir a entes con experiencia y a quienes se considere en la dinámica del adolescente para asesorarse, prepararse, etc. y poder afrontar la situación

estresante. Tanto la primera estrategia como el segundo responden a los estilos de afrontamiento favorables (enfocado a la emoción y enfocado al problema, respectivamente); de estos datos es que los adolescentes evalúan subjetivamente su satisfacción vital y la califican como satisfactoria y productiva. Al respecto, en el Perú, existen investigaciones que corroboran estos resultados (Díaz y Sánchez, 2001, Mikkelsen, Quintana, Montgomery y Malaver, 2009).

Del mismo modo, la tercera estrategia más utilizada es Búsqueda de soporte emocional (74,7%), la cual consiste en buscar un soporte emotivo a fin de disminuir la reacción e intensidad del evento estresor, esto se corrobora con los resultados de Chavarría y Barra (2014) en donde concluye que los adolescentes se perciben auto eficaces y que necesitan apoyo social, siendo mayor la relación de la satisfacción con la vida con la autoeficacia.

Por otro lado, de acuerdo a los datos obtenidos en este estudio, existen diferencias significativas en la satisfacción con la vida en relación a las variables sociodemográficas. Encontrándose que de total el 34,4% de la muestras se encuentran insatisfechos y el 65,6% de adolescentes se actualmente están satisfechos, lo cual se relaciona con los hallazgo de Gómez (2014), en el que estudia la depresión sujeto a variables externas, como dinámica familiar, situación escolar y estilos de vida saludables; confirmando, una vez más, la teoría del afrontamiento, en donde la evaluación o respuesta a una situación estresante dependerá de la relación existente entre el sujeto y su contexto y si este último no es favorable evaluará su vida como insatisfecha.

Esto se vincula a las motivaciones del ser humano, en el que se busca llegar a la

autorrealización y en como Diener y Diener (1995) refería que la satisfacción, en general, puede estar vinculada a un solo aspecto vital o más de uno.

Finalmente, de la investigación se encuentra el cumplimiento de las hipótesis, en encontrar la correlación significativa con los estilos de afrontamiento enfocado al problema y enfocado a la emoción; así además, encontrar la correlación negativa, significativa del estilo no productivo o de evitación con la satisfacción vital; esto quiere decir que a menor uso de este estilo mayor será la satisfacción con la vida.

## Conclusiones

1. El estilo de afrontamiento más utilizado es el enfocado al problema, resaltando diferencias significativas en relación a las variables sociodemográficas, los varones suelen usar más este estilo, comparado con las mujeres, quienes emplean con mayor frecuencia el estilo de afrontamiento enfocado a la emoción; además los adolescentes que trabajan optan por usar con mayor frecuencia el estilo de evitación a diferencia de los que no laboran.
2. Además se encuentra que el estilo enfocado a la emoción es el segundo más utilizado por los adolescentes, de los cuales los evaluados que no trabajan recurren a este con mayor incidencia en comparación con los que sí laboran. Y en último lugar se encuentra el estilo de evitación.
3. La estrategia de afrontamiento mayor utilizada por los adolescentes es la de reinterpretación positiva de la experiencia del estilo de afrontamiento emocional, seguido por la búsqueda de soporte social del estilo enfocado

al problema y en relación al estilo de evitación, la muestra utiliza a mayor grado la estrategia de desentendimiento cognitivo.

4. Se encuentra que la población de adolescentes se encuentran satisfechos con su vida en un 65,6% de la muestra evaluada y un 34,4% de adolescentes no satisfechos. De los cuales la mayor población insatisfecha pertenecen al sexo femenino y son aquellos adolescentes que son primogénitos. Asimismo se encuentra que de la población satisfecha, se concentran en la variable laboral en donde los más satisfechos son aquellos adolescentes que laboran en la actualidad, seguido de hijos segundos a más.

5. Se encuentra relación significativa positiva entre los estilos de afrontamiento y la satisfacción con la vida; los estilos de afrontamiento enfocado al problema y el enfocado a la emoción presentan relación positiva con la Satisfacción con la vida y el estilo de afrontamiento Evitativo tiene una relación negativa con la satisfacción con la vida.

6. Las relaciones positivas significativas se interpretan como que a mayor uso del estilo de afrontamiento orientado al problema y emocional mayor será su satisfacción con la vida; y la relación negativa quiere decir que a menor uso de este estilo mayor será la satisfacción con la vida y viceversa.

7. En la prueba piloto de ambos instrumentos de aplicación, se encontró una validez y confiabilidad aceptable, en el caso del cuestionario modos de afrontamiento (COPE) presento un Alpha de Cronbach de 0.90 y la Escala de satisfacción con la vida un coeficiente de Alpha de Cronbach de 0.99.

## Referencias

Aguirre, A. (1994) *Psicología de la Adolescencia*. España: Marcombo.

Aparicio, V. (1993) *Evaluación de Servicios de Salud Mental*. España: Asoc Esp Neuropsiquiatria.

ASIS (2012) *Análisis Situacional de Salud – 2012. Red Huaral*. Recuperado el 26 de mayo del 2014 de <http://www.hospitalhuaral.gob.pe/index.php/morbilidad>

Atienza, F., Pons, D., Balaguer, I. y García, M. (2000) Propiedades psicométricas de la Escala de Satisfacción con la Vida en adolescentes. *Psicothema*, 12 (2), 331-336

Boullosa, G. (2013) *Estrés Académico y Afrontamiento en un grupo de estudiantes de una universidad privada de Lima*. Tesis inédita. Pontificia Universidad Católica del Perú.

Buendía, J., Buendía, J. y Mira, J. (1993) *Eventos Vitales, Afrontamiento y Desarrollo*. España: Editum.

Cantón, E., Checa, I. y Budzynska, N. (2013) Estrategias de Afrontamiento, optimismo y satisfacción con la vida en futbolistas españoles y polacos: un estudio preliminar. *Revista de Psicología del Deporte*. 22(2), 337-343.

Carr, A. (2007). *Psicología positiva: la ciencia de la felicidad*. Barcelona: Editorial Paidós.

- Carver, C., Scheier, M. y Weintraub, J. (1989) Assessing coping strategies: A theoretically based approach. *Journal of Personality and Social Psychology*, 56(2), 267-283.
- Casas, F. (1999). Calidad de vida y calidad humana. *Papeles de Psicólogo*, 74. Recuperado de <http://www.papelesdelpsicologo.es/vernumero.asp?id=812>.
- Cassaretto, M., Chau, C., Oblitas, H. y Valdez, N. (2003) Estrés y afrontamiento en estudiantes de psicología. *Revista de Psicología de la PUCP*. 21(2), 363-392.
- Casullo, M. y Castro-Solano, A. (2000) *Evaluación del Bienestar Psicológico*. Recuperado de <http://www.palermo.edu/cienciassociales/publicaciones/pdf/Psico3/3Psico%2004.pdf>
- 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.
- Chau, C., Morales, H. y Wetzell, M. (2002) Estilos de afrontamiento y estatus performance en un grupo de pacientes oncológicos hospitalizados. *Revista de Psicología de la PUCP*, 20(1), 94-135.
- Chavarría, M. y Barra, E. (2014) Satisfacción vital en adolescentes: relación con la autoeficacia y el apoyo social percibido. *Terapia psicológica*. 32(1), 41-46.
- Clemente, A., Molero, R. y Gonzáles, F. (2000). Estudio de la satisfacción personal según la edad de las personas. *Anales de Psicología*, 20(2), 189-198.
- Clonninger, S. (2002) *Teorías de la personalidad*. México: Pearson Educación.
- Coleman, J. y Hendry, L. (2003) *Psicología de la adolescencia*. España: Morata.
- Coon, D. (2004). *Psicología*. Mexico: Cengage Learning.
- Cummins, R. y Cahill, J. (2000) Avances en la comprensión de la calidad de vida subjetiva. *Intervención psicosocial*, 9 (2), 185-198.
- Diaz, J. y Sanchez M. (2001) Relevancia de los estilos de personalidad y las metas personales en la predicción de la satisfacción con la vida. *Anales de Psicología*. 17(2) 157-158.
- Diener, E. (1984) Subjective well being. *Psychological Bulletin*. 93, 542-575.
- Diener, E. y Diener, M. (1995) Cross Cultural correlates of life satisfaction and selfesteem, *Journal of Personality and Social Psychology*. 68, 653-663.
- Diener, E., Suh, E., Lucas, R. y Smith H. (1999) Subjective well-being: Three Decadas of Progress. *Psychological Bulletin*. 2, 276-302.

- Domenech, E. y Baños, I. (2005) *Actualizaciones en psicología y psicopatología de la adolescencia*. España: Universidad Autónoma de Barcelona.
- Fierro, A. y Cardenal, V. (1996). Dimensiones de personalidad y satisfacción personal. *Revista de psicología general y aplicada*, 49(1), 65-81.
- Figuerola, M., Contini, N., Lacunza, A., Levin M. y Estévez, A. (2005) Las Estrategias de Afrontamiento y su relación con bienestar psicológico. Un estudio con adolescentes de nivel socioeconómico bajo de Tucumán, Argentina. *Anales de Psicología*. 21(1), 66-72.
- Frydenberg, E y Lewis, R. (1997) ACS, Escalas de afrontamiento para adolescentes. Manual España: TEA Ediciones.
- García, M. (2002). El Bienestar Subjetivo. *Escritos de Psicología*, 6,18-39. Recuperado de [http://www.escritosdepsicologia.es/descargas/revistas/num6/escritospsicologia6\\_analisis1.pdf](http://www.escritosdepsicologia.es/descargas/revistas/num6/escritospsicologia6_analisis1.pdf)
- Garduño, L. y Salinas, B. (2005). *Calidad de vida y bienestar subjetivo en México*. México: Plaza y Valdés.
- Gastelumendi, C. (2010) Personalidad y afrontamiento en voluntarios peruanos de lucha contra la pobreza. *Revista de Psicología* 31(1), 69-98.
- Gómez, A. (2014) *Predictores de la satisfacción vital y de los síntomas depresivos de la adolescencia*. Tesis inédita. Universidad de Huelva, España.
- Gómez, J., Luengo, A., Romero, E., Villar, P. y Sobral, J. (2006) Estrategias de afrontamiento en el inicio de la adolescencia y su relación con el consumo de drogas y la conducta problemática. *Revista internacional de Psicología Clínica y de la Salud*. 6(3), 581-597.
- Gonzales, R., Montoya, I., Casullo, M. y Bernabeu, J. (2002) Relación entre estilos y estrategias de afrontamiento y bienestar psicológico en adolescentes. *Psicothema*, 14(2), 363-368.
- Guzmán, R. y Lugli, Z. (2009). Obesidad y satisfacción con la vida: un análisis de trayectoria. *Suma Psicológica*. 16 (2), 37-50.
- Hernandez, C., Fernandez y C. Baptista, P. (2006) *Metodología de la Investigación*. México: Mac Graw Hill Interamericana
- Hurtado, M. (2010). Perú Enfoque de género en el presupuesto público peruano. Recuperado de [http://www.undg.org/archive\\_docs/3515Analisis\\_del\\_Presupuesto\\_Publico\\_con\\_Enfoque\\_de\\_Genero.pdf](http://www.undg.org/archive_docs/3515Analisis_del_Presupuesto_Publico_con_Enfoque_de_Genero.pdf)
- INEI (2013) Perú: *Nacimientos, Defunciones, Matrimonios y Divorcios, 2011*. Recuperado el 17 de noviembre del 2013 de la base de datos del INEI. [http://www.inei.gob.pe/media/MenuRecursivo/publicaciones\\_digitales/Est/Lib1081/libro.pdf](http://www.inei.gob.pe/media/MenuRecursivo/publicaciones_digitales/Est/Lib1081/libro.pdf)

- INEI (2014) *Perú – Datos generales, situación de pobreza en el 2008*. Recuperado el 13 de marzo del 2014 de la base de datos de INEI [http://censos.inei.gob.pe/Documentos Publicos/Pobreza/2008/Informe\\_Tecnico.pdf](http://censos.inei.gob.pe/Documentos Publicos/Pobreza/2008/Informe_Tecnico.pdf)
- INEI (2014) Perú-Datos generales, población y vivienda 2014. Recuperado el 16 de junio del 2014 de la base de datos INEI <http://www.inei.gob.pe/estadisticas/indice-tematico/poblacion-y-vivienda/>
- Inga, J. (2006). Factores asociados a la satisfacción de vida de adultos mayores de 60 años en Lima-Perú. *Universitas Psychologica*. 5 (3), 475-485.
- Jiménez, J., Zagalaz, M., Molero, D., Pulido, M. y Ruiz, J. (2011) Capacidad aeróbica, felicidad y satisfacción con la vida en adolescentes españoles. *Revista de Psicología del Deporte*. 22(2), 429-436.
- Katschnig, H., Freeman, H. y Sartorius, N. (2000) *Calidad de vida en los trastornos mentales*. España: Elsevier España.
- Lambert, L. (2006) *Menopausia*. Barcelona: Editorial Amat.
- Lazarus, R. y Folkman, S. (1984) *Stress, Appraisal, and Coping*. EE.UU: Springer Publishing Company.
- Lazarus, R. y Folkman, S. (1986). *Estrés y Procesos Cognitivos*. Barcelona: Martinez Roca.
- Leturia, A. (2001) *La valoración de las personas mayores: evaluar para conocer, conocer para intervenir*. España: Caritas Españolas.
- Limonero, J., Tomas, J., Fernandez, J., Gomez, J. y Ardilla, A. (2012) Estrategias de afrontamiento resilientes y regulación emocional: Predictores de satisfacción con la vida. *Behavioral Psychology* 20(1), 183-196.
- Lopez, I., Riu, M. y Forner, M. (2004) *Cuidados enfermeros*. España: Elsevier.
- Márquez, S. (2013). *Actividad Física y Salud*. Madrid: Ediciones Díaz de Santos.
- Martinez, 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
- Martinez, M., Gonzales, N., Oudhof, H. y Domínguez, A. (2012) Satisfacción con la vida asociada al apoyo familiar en la perimenopausia y posmenopausia. *Salud Mental*, 35(2), 91-98.
- Mikkelsen, F. (2009). *Satisfacción con la vida y estrategias de afrontamiento en un grupo de adolescentes universitarios de Lima*. Tesis inédita. Pontificia Universidad Católica del Perú.
- Minsa (2012). *Más de 11 millones de peruanos tendrían un problema mental a lo largo de su vida*. Recuperado de [http://www.minsa.gob.pe/portada/prensa/notas\\_auxiliar.asp?nota=11721](http://www.minsa.gob.pe/portada/prensa/notas_auxiliar.asp?nota=11721).

- Morales, J. y Martínez, P. (2004) Metas y Satisfacción vital en adolescentes españoles y peruanos según sexo y nivel socioeconómico. *Revista de psicología de la PUCP*, 19(2), 212-236.
- Moos, R. (1993). *Coping responses Inventory: adult form Manual*. Odessa: Psychological Assessment Resources.
- Moyano, E. y Ramos, N. (2007). Bienestar subjetivo: midiendo satisfacción vital, felicidad y salud en población chilena de la Región Maule. *Revista Universum*, 22(2), 177-193.
- Navarro, C. (2013) *Dos aproximaciones complementarias para medir satisfacción con la vida en una comunidad al sur del Perú*. Tesis inédita. Pontificia Universidad Católica del Perú.
- Oblitas, L y Becoña, E. (2000) *Psicología de la salud*. México: Plaza y Valdez, S.A.
- Oblitas, L. (2006) *Psicología de la salud y calidad de vida*. México: Cengage Learning Editores.
- Oblitas, L. (2009) *Psicología de la Salud*. México: Cengage Learning Editores.
- Ordinola, M. (2012). *Satisfacción con la vida, clima emocional y tendencia al conflicto en pobladores de Cajamarca*. Tesis inédita. Pontificia Universidad Católica del Perú.
- Páez, D. y Avestaran, S. (1998). *Los desarrollos de la Psicología Social en España*. Madrid: Fundación Infancia y Aprendizaje.
- Paula, I. (2007) *Intervención cognitivo-conductual ante sintomatología depresiva en docentes*. España: Wolters Kluwer.
- Persl, F. (1965) *Sueños y Existencias*. Argentina: Cuatro Vientos.
- Quintana, A., Montgomery, W. y Malaver, C. (2009) Modos de Afrontamiento y conducta resiliente en adolescentes espectadores de violencia entre pares. *Revista de Investigación en Psicología*. 12(1), 153-171.
- Rodríguez, J., Pastor, A y López, S. (1993) Afrontamiento, Apoyo Social, Calidad de Vida y Enfermedad. *Psicothema*. 5, 349-372.
- Rojas, M. y Salinas, B. (2005). *Calidad de vida y bienestar subjetivo en México*. México: Plaza y Valdez.
- Sanchez, A. (2002) *Psicología social aplicada: teoría, método y práctica*. Madrid: Pearson Educación.
- Sánchez, M. (2003) *Mujer y Salud: familia, trabajo y sociedad*. España: Días de Santos.
- Sansinenea, E., Gil, L., Aguirrezabal, A., Larrañaga, M. Ortiz, G., Valencia, J. y Fauster, M. (2008). Autoconcordancia y autoeficacia en los objetivos personales: ¿Cuál es su aportación al bienestar? *Anales de Psicología*, 24(1), 121-128.
- Stuart-Hamilton, I. (2002). *Psicología del envejecimiento*. España: Ediciones Morata.

UNAM. (2002) *Psicología y Salud*. México: Unam, Facultad de psicología.

Venhooven, R. (1994). El estudio de la satisfacción con la vida. *Intervención Psicosocial*, 9, 87-116.

Vera, J. y Montaña, A. (2002) Satisfacción con la vida y percepción de enfrentamiento en la tercera edad. *Enseñanza e investigación en psicología*. 7(2).

Verdugo, J., Ponce de León, B., Guardado, R., Meda, R., Uribe, J y Guzmán, J. (2012) Estilos de afrontamiento al estrés y bienestar subjetivo en adolescentes y jóvenes. *Revista Latinoamericana de Ciencias Sociales, Niñez y Juventud*. 11(1), 79-91.