



**FACULTAD DE HUMANIDADES
ESCUELA ACADÉMICO PROFESIONAL DE PSICOLOGÍA**

**“ESTILOS Y ESTRATEGIAS DE AFRONTAMIENTO SEGÚN EDAD Y TIEMPO
DE PARTICIPACIÓN EN MUJERES DE COMEDORES POPULARES DEL AAHH
MINAS 2000, SAN JUAN DE MIRAFLORES”**

**PARA OBTENER EL TÍTULO PROFESIONAL DE LICENCIADO EN
PSICOLOGÍA**

Presentado por:

LUCILA MILAGROS CHURAMPI VIVAR

**ASESORES:
WILLIAM CABANILLAS ROJAS
ALFREDO GARCÍA CASIQUE**

LIMA – 2011

Dedicatoria

Quiero dedicar este trabajo
especialmente a mis padres por su
apoyo incondicional, su paciencia y por
sus buenos consejos.

A mis hermanos Ricardo y Javier por
ser importantes y especiales en mi vida.

A mis abuelos y tíos por su apoyo y
paciencia.

A esas personas que me acompañaron
en los buenos y malos momentos de mi
vida.

Agradecimiento

Es mi deseo expresar mi gratitud a todas las personas que han hecho posible la realización de este trabajo de investigación.

Al Profesor Juan J. Kaneko A. y al Profesor Alfredo García C. Por sus sugerencias, por su tiempo, por disipar mis dudas y motivarme a cumplir con mis metas.

A las madres de los comedores populares por su apoyo incondicional.

A Lisette por su apoyo en la recolección de datos.

PRESENTACION

La presente investigación surge a partir de la observación de la realidad en la que las madres de familia de los comedores populares de Pamplona Alta SJM se desenvuelven. Ellas diariamente se ven enfrentadas a diversos estresores tales como la falta de recursos y el alto nivel de responsabilidad que implica la realización de sus funciones, además de los problemas familiares propios de cada una de ellas. Muchas de las madres conviven con el estrés, pero no todas tienen estrategias adecuadas para enfrentarse a dicho problema, por ello la presente investigación busca conocer los estilos de afrontamiento que ellas emplean según edad y tiempo de participación en los comedores populares . Por lo tanto conociendo la manera en que se enfrentan a ello se podrán realizar talleres de sensibilización en relación a esta temática, ya que la salud mental es poco valorada en nuestro medio. Además se podrán elaborar programas que les permitirán disminuir el impacto de los estresores a través del empleo de estrategias de afrontamiento más saludables.

Este trabajo se encuentra dividido en cuatro capítulos los cuales nos permitirán conocer la problemática de investigación, los cuales están esquematizados para posibilitar el fácil manejo de la información.

En el primer capítulo se exponen los aspectos del planteamiento del problema, formulación del problema, los objetivos a alcanzar, la justificación e importancia del estudio, En el segundo capítulo se presenta la descripción de los antecedentes directos e indirectos, bases teóricas y el marco conceptual con el tema de la presente investigación. En el tercer capítulo se expone el marco metodológico, en el que se muestran los aspectos metodológicos, las variables empleadas, el paradigma metodológico abordando el tipo, nivel y diseño de investigación, la población y muestra, la técnica e instrumento. Posteriormente se presenta el procedimiento de recolección de datos y método de análisis los datos. En el cuarto capítulo de la investigación se exponen la descripción e interpretación de resultados.

Y finalmente hacemos mención a las conclusiones, sugerencias, referencias bibliográficas y a los anexos, en los que se presentan los instrumentos de evaluación utilizados.

ÍNDICE

Dedicatoria	ii
Agradecimiento	iii
Presentación.....	iv
Índice.....	v
Resumen	x
Abstract	xi
Introducción	1
Capítulo I.- PROBLEMA DE INVESTIGACIÓN.....	2
1.1. Planteamiento del problema	2
1.2. Formulación del problema	3
1.3. Objetivos de investigación.....	4
1.3.1. Objetivos Generales.....	4
1.3.2. Objetivos Específicos	4
1.4. Justificación	4
1.5. Limitaciones	5
1.6. Delimitación	5
Capítulo II.- MARCO TEORICO	6
2.1. Antecedentes de la investigación.	6
2.1.1. Nacionales	6
2.1.2. Internacionales	7
2.2. Bases teóricas	11
2.2.1. Bases teóricas del estrés	11
2.2.2. Bases teóricas de Afrontamiento	12

2.3. Marco Conceptual	14
2.3.1. Definición de estrés	14
2.3.2. Causas de Estrés	16
2.3.3. Enfoques del Estrés	18
2.3.4. Etapas del Estrés	26
2.3.5. Mujer y Estrés.....	27
2.3.6. Definición de Afrontamiento.....	30
2.3.7. Estilos de Afrontamiento	32
2.3.8. Recursos de Afrontamiento	36
2.3.9. Respuestas de Afrontamiento	37
2.3.10. Comedores Populares	39
Capítulo III.- MARCO METODOLOGÍCO	45
3.1. Hipótesis	45
3.2. Variables	45
3.2.1. Definición Conceptual.....	45
3.2.2. Definición Operacional	45
3.2.3. Factores	46
3.2.4. Variables Socio demográficas.....	46
3.3. Paradigma Metodológico	47
3.3.1. Tipo de investigación	47
3.3.2. Nivel de Investigación.....	47
3.3.3. Diseño de investigación	47
3.4. Población y muestra.....	48
3.5. Método de investigación	51
3.6. Técnicas e Instrumentos.....	51
3.6.1. Ficha de Datos	51
3.6.2. Cuestionario de Estimación de Afrontamiento (COPE)	51
3.7. Procedimiento de recolección de datos	56
3.8. Método de análisis de datos	57

Capítulo IV.- RESULTADOS	59
4.1. Descripción – interpretación	59
4.2. Discusión.....	89
CONCLUSIONES.....	97
SUGERENCIAS	100
REFERENCIAS	101

ANEXOS

Anexo N°1 Ficha de Datos

Anexo N° 2 Cuestionario de Estimación de Afrontamiento (COPE)

ÍNDICE DE TABLAS

Pág.

Tabla N° 1: Características de la Muestra	49
Tabla N° 2: Análisis de Fiabilidad para los Estilos y Estrategias de afrontamiento	55
Tabla N° 3: Distribución de frecuencias de los niveles de estilos de afrontamiento	59
Tabla N° 4: Distribución de frecuencias de los niveles de estrategias de afrontamiento	60
Tabla N° 5: Puntajes medios de los estilos de afrontamiento según edad	61
Tabla N°6: Distribución de frecuencias y porcentajes de los estilos de afrontamiento según edad.....	62
Tabla N° 7: Puntajes medios de las estrategias de afrontamiento según edad.....	63
Tabla N°8: Distribución de frecuencias y porcentajes de las estrategias de afrontamiento enfocados en el problema según edad	66
Tabla N°9: Distribución de frecuencias y porcentajes de las estrategias de afrontamiento enfocados en la emoción según edad	68
Tabla N°10: Distribución de frecuencias y porcentajes de otras estrategias de afrontamiento según edad	70
Tabla N° 11: Puntajes medios de los estilos de afrontamiento según tiempo de participación en el comedor	71

Tabla N°12: Distribución de frecuencias y porcentajes de los estilo de afrontamiento según tiempo de participación en el comedor	73
Tabla N° 13: Puntajes medios de las estrategias de afrontamiento según tiempo de participación en el comedor	74
Tabla N° 14: Distribución de frecuencias y porcentajes de las estrategias enfocadas en el problema según tiempo de participación en el comedor	77
Tabla N°15: Distribución de frecuencias y porcentajes de las estrategias enfocadas en la emoción según tiempo de participación en el comedor	79
Tabla N°16: Distribución de frecuencias y porcentajes otras estrategias de afrontamiento n según tiempo de participación en el comedor	81
Tabla N° 17: Estadísticas básicas para las estrategias y estilos de afrontamiento - Prueba de Normalidad	84
Tabla N° 18: Prueba T-Student para muestras independiente Estilos de afrontamiento según categoría de edad	85
Tabla N° 19: Rangos y Estadístico de Prueba U de Mann-Whitney Estrategias de afrontamiento según edad	86
Tabla N° 20: Prueba T-Student para muestras independientes según tiempo de participación en el comedor	87
Tabla N° 21: Rangos y Estadístico de Prueba U de Mann-Whitney estrategias de afrontamiento según tiempo de participación en el comedor	88

ÍNDICE DE FIGURAS

	Pág.
Figura 1: Distribución de la muestra de acuerdo a la edad	50
Figura 2: Distribución de la muestra de acuerdo al tiempo de participación en el comedor popular	50
Figura 3: Promedios muestrales de las estrategias de afrontamiento según edad	64
Figura 4: Promedios muestrales de las estrategias de afrontamiento según tiempo de participación en el comedor.....	75

Resumen

El presente estudio tuvo como objetivos describir y comparar los estilos y estrategias de afrontamiento según edad y tiempo de participación en mujeres de comedores populares. Esta investigación es de tipo descriptivo-comparativo, con un diseño no experimental de tipo transversal. La muestra estuvo conformada por 100 mujeres. Se utilizó la Ficha Socio demográfica y El Inventario de Estimación del Afrontamiento COPE (Carver, Scheier y Weintraub, 1989) Se encontró, que según la edad de las mujeres, no existen diferencias significativas en los estilos y en las estrategias de afrontamiento, a pesar de ello se observa que el estilos más utilizado en mujeres menores de 35 años es el denominado otros estilos de afrontamiento además en estrategias muestran una preferencia del uso de búsqueda de apoyo social por razones instrumentales como acudir a la religión, en mujeres de 35 años a más, utilizan el estilos de afrontamiento enfocado en el problema , además hacen mayor uso de las estrategias de supresión de actividades competentes y acudir a la religión.

En el tiempo de participación se encontró que en los estilos y estrategias de afrontamiento no existen diferencias significativas, a pesar de ello los estilos de afrontamiento más utilizado por las mujeres que participan menos de dos años es el estilo enfocado a la emoción y utilizan la estrategia de desentendimiento cognitivo, seguido por búsqueda de apoyo social por razones instrumentales, en las mujeres que participan de dos años a más tienen preferencia por el estilo enfocados en el problema y mayormente utilizan las estrategias de supresión de actividades competentes así como también acudir a la religión.

Palabras clave: Estilos y Estrategias de afrontamiento, Mujeres, Comedores Populares.

Abstract

This study aimed to describe and compare the styles and coping strategies by age and time of participation in women social kitchens. This research is descriptive-comparative, non-experimental design with a cross-sectional. The sample consisted of 100 women. We used demographic and Socio Sheet Inventory Estimation Coping COPE (Carver, Scheier & Weintraub, 1989)

we found that by age of women, no significant differences in styles and coping strategies, although it is observed that the styles used in women under 35 years is called other styles of coping strategies also show a preference in the use of seeking social support for instrumental reasons such as attending religious, in women 35 years and older, using the style of problem-focused coping, also make greater use of suppression strategies of competent authorities and go to religion.

At the time of participation was found in coping styles and no significant differences, nevertheless coping styles used by women more involved less than two years is focused on emotion style and use the strategy of cognitive disengagement, followed by seeking social support for instrumental reasons, women who participate in more than two years with an eye for style and problem-focused strategies used mostly suppression of relevant activities as well as attend to religion.

Keywords: Coping Styles, Women social Kitchens.