

# ESTRATEGIAS DE AFRONTAMIENTO EN ESTUDIANTES DE PSICOLOGÍA EN LA UNIVERSIDAD NACIONAL DE TUCUMÁN, ARGENTINA

Autor: García, Matías Jonás

Instituto de Psicología Básica, Aplicada y Tecnología (IPSIBAT)  
Universidad Nacional de Mar del Plata - Consejo Nacional de Investigaciones Científicas y Técnicas.

E-mail: *matiasjonasg@gmail.com*

## RESUMEN

*Objetivo:* describir las estrategias de afrontamiento en estudiantes de Psicología y describir el comportamiento del instrumento a nivel teórico. *Método:* La muestra estuvo compuesta por 680 estudiantes, con edad media de 20 años, a los que se administró el Inventario de estrategias de afrontamiento adaptado al español. *Resultados:* resolución de problemas, pensamiento desiderativo y autocrítica fueron las estrategias más frecuentes. Dos análisis factoriales fueron realizados para observar el instrumento. El confirmatorio no respaldó el modelo original; el exploratorio que demostró la existencia de ocho factores. *Discusión:* existen patrones de afrontamiento en los estudiantes de psicología. Además, el análisis teórico del instrumento no avaló la estructura jerárquica del mismo, como fue planteado por sus creadores.

**Palabras clave:** Estrategias de afrontamiento - Estudiantes – Estrés

## COPING STRATEGIES IN PSYCHOLOGY STUDENTS AT NATIONAL UNIVERSITY OF TUCUMÁN, ARGENTINA

### ABSTRACT

*Aim:* To describe coping strategies in psychology students and to describe the behavior of the instrument at a theoretical level. *Methods:* The sample consisted of 680 students, with a mean age of 20 years, to whom the Coping Strategies Inventory adapted to Spanish was administered. *Results:* Problem solving, desiderative thinking and self-criticism were the most frequent strategies. Two factor analyses were performed to observe the instrument. The confirmatory one did not support the original model; the exploratory one showed the existence of eight factors. *Discussion:* coping patterns are present in psychology students. In addition, the theoretical analysis of the instrument did not support the hierarchical structure of the instrument, as proposed by their developers.

**Keywords:** Coping - Students – Stress

### RESUMO

*Objetivo:* Descrever estratégias de enfrentamento em estudantes de psicologia e descrever o comportamento do instrumento a um nível teórico. *Método:* A amostra consistiu em 680 estudantes, com uma idade média de 20 anos, aos quais foi administrado o Inventário de Estratégias de Cópia adaptadas à Espanha. *Resultados:* A resolução de problemas, o pensamento desiderativo e a autocrítica foram as estratégias mais frequentes. Foram realizadas duas análises de fatores para observar o instrumento. O confirmatório não apoiou o modelo original; o exploratório mostrou a existência de oito fatores. *Discussão:* existem padrões de sobrevivência em estudantes de psicologia. Além disso, a análise teórica do instrumento não suportou a estrutura hierárquica do instrumento, tal como proposta pelos seus criadores.

**Palavras-chave:** Estratégias de enfrentamento - Estudantes – Stress

## INTRODUCCIÓN

Toda situación que se presenta como amenazadora para la vida provoca una respuesta automática en el individuo conocida como estrés. Este fenómeno ha sido extensamente estudiado durante la última mitad del siglo XX, caracterizándose la más de las veces, según el contexto en el que ocurre. Por ejemplo, se habla de estrés laboral, familiar, situacional y académico, entre otros.

El estrés académico por su parte, es un fenómeno estudiado en todo el mundo, especialmente en el continente americano Maceo-Palacio, *et al.*, (2013). No existe una definición universalmente aceptada de estrés académico, ni una línea única para su investigación por ser un constructo plurifacético y multideterminado García y Chirre (2016). Las particularidades del estudio del estrés en ámbitos educativos y las variables que inciden en el mismo han sido condición de posibilidad para el surgimiento de modelos explicativos diversos. Algunos autores han intentado explicar el fenómeno desde los modelos tradicionales como el de Lazarus y Folkman Frydenberg, (1997); Lazarus y Folkman. (1984, 1986, 1987) o de modelos importados de otros ámbitos de estudio, como el modelo organizacional Muñoz y León, (2004). Otros autores han apostado por la legitimidad del constructo y han planteado modelos específicos como el “Modelo de Base Psicopedagógica en Contextos Universitarios” Collazo y Rodríguez, (2011) y el “Modelo Sistémico Cognoscitivista” Barraza Macías (2006) y Barraza-Macías *et al.* (2019). El estrés académico desde el modelo sistémico cognoscitivista.

“es un proceso sistémico de carácter adaptativo y esencialmente psicológico que se configura a partir de tres componentes procesuales: los estresores (la valoración de ciertas demandas como estresores es el inicio del proceso), los síntomas (que son la experiencia subjetiva del estrés y la evidencia del desequilibrio sistémico) y las estrategias de afrontamiento (utilizadas para restaurar el equilibrio sistémico)” (p. 13).

Se sabe que estas últimas son determinantes en el manejo de diferentes situaciones académicas sumamente importantes, como el cursado de las materias, exámenes parciales, exposiciones y exámenes finales Pitzer y Skinner (2016).

Las estrategias de afrontamiento (EA) constituyen un proceso clave en el manejo del estrés académico. Son un esfuerzo cognitivo y conductual para controlar las fuentes de estrés internas y externas Moos (1993), Väisänen, *et al.*, (2018). Sin embargo, a pesar de la coincidencia de los autores en torno a la definición del término, existen discrepancias en torno a su operacionalización Morales Rodríguez (2018). Esto se debe en parte a que constituyen un proceso multidimensional complejo que es sensible a las demandas y recursos del ambiente, influido por la personalidad y la valoración tanto de los factores estresantes como de los recursos con los que el individuo cree contar.

Además, estudios han mostrado que las estrategias de afrontamiento en el ámbito académico pueden estar influenciadas por otras variables como ser la edad, el sexo y hasta incluso la carrera que cursen se encuentren cursando los individuos Barraza-Macías, A. *et al.* (2019), García, *at al.*, (2016), Labrague, *et al.*, (2016), Morales Rodríguez. (2018), Piergiovanni y Depaula (2018); Restrepo, *et al.*, (2020); Reyes-Pérez, *et al.*, (2020).

Lazarus y Folkman, (1984) separaron en un primer momento el “afrontamiento centrado en el problema” del “afrontamiento centrado en la emoción”. Donde el primero implicaba una tendencia activa y positiva hacia la solución de problemas mientras el segundo implicaba una tendencia pasiva no resolutiva y la más de las veces negativa Gaudreau, (2018). No obstante, es el mismo Lazarus (2006) quien explicaría más adelante que ambos mecanismos no son en sí mismos decisivos del tipo de afrontamiento, sino que la más de las veces el sujeto los alterna o utiliza conjuntamente para responder a los estímulos estresantes García y Chirre (2016).

Una propuesta más actual propone diferenciar entre afrontamiento de aproximación y afrontamiento de evitación Gustems-Carnicer, *et al.*, (2019); Moos, (1993). Aquellas personas que afrontan por aproximación se centran en el problema en cuestión e intentan con-

trolar o erradicar los factores estresantes. Mientras que los sujetos con afrontamiento de evitación tienden a centrarse en las emociones y hacen el mismo tipo de esfuerzo para evitar pensar en la fuente del estrés y sus consecuencias Gustems-Carnicer, *et al.*, (2019).

Gustems-Carnicer, J. *et al.* (2019) plantean que las formas de afrontar los hechos por parte de los individuos, tienen consecuencias en su vida. Así, el uso de afrontamiento centrado en problemas puede disminuir el número de problemas psicológicos o conductuales Gustems y Calderón, (2013), mientras que el uso de estrategias de afrontamiento de evitación centradas en las emociones puede conducir a una mayor niveles de abuso de sustancias (cannabis, tabaco) Murray-Harvey *et al.*, (2000), Sun, J. *et al.*, (2011), conductas perjudiciales para la salud Tavalacci *et al.*, (2013) y aumento de la ideación suicida Tang, *et al.*, (2015), Zhang, *et al.*, (2012).

En el ámbito académico, los estudiantes se enfrentan a situaciones estresantes de las que deben dar cuenta a partir de diferentes estrategias de afrontamiento Proaño Báez, (2017). Acorde al tipo de estrategia que utilicen, se abre un abanico de resultados posibles. Por ejemplo, la evitación cognitiva puede llevar a las personas a desconectarse de sus estudios, lo que agrava los efectos del estrés y afecta negativamente su futuro académico Neveu, *et al.*, (2012), mientras que las respuestas de afrontamiento enfocadas en problemas pueden reducir el impacto negativo del estrés y conducir a conductas resolutivas con resultados más positivos Doron, *et al.*, (2009). Se ha visto que los estudiantes que usan estrategias enfocadas en problemas, al tener que estudiar para sus exámenes adoptan estrategias más activas, como planificar o buscar apoyo social por razones instrumentales Rogaten y Moneta, (2017) situación que suelen mejorar su desempeño.

Es importante abordar el estudio de la población universitaria por constituir un “grupo potencial de riesgo” Feldman, L. *et al.*, (2008), Del Valle, *et al.*, (2021). La vida universitaria presenta períodos regulares de actividades estresantes como los exámenes, por ejemplo. Las exigencias, los retos y desafíos a los que se enfrentan los estudiantes los convierte en una población susceptible de presentar síntomas propios de trastornos adaptativos, que influyen sobre su bienestar físico/psicológico Aranceli, *et al.*, (2006), Guarino, *et al.*, (2000), su

salud, y el despliegue de conductas saludables Sarid, *et al.*, (2004). A la vez que afectan su rendimiento académico Hernández, *et al.*, (2019), Restrepo, *et al.*, (2020).

Dado lo anterior, este trabajo persiguió dos objetivos: el primero fue caracterizarlas estrategias de afrontamiento propias de los estudiantes de la Facultad de Psicología UNT para establecer las bases que permitan planificar estrategias de abordaje institucional para reducir los niveles de estrés en esta población; el segundo fue describir el comportamiento del instrumento a nivel teórico, de acuerdo al modelo con el que fue creado.

## MÉTODO

### Participantes

La muestra estuvo compuesta por 680 sujetos, estudiantes de la carrera de Psicología de la Facultad de Psicología UNT. El 76.8% fueron mujeres, con una edad media de 20 años (DS = 3,8). Los mismos se encontraban cursando el primero (n = 596; 87.6%), segundo (n = 11; 1.6%) y quinto año (n = 73; 10.7%) de la carrera de psicología, Facultad de Psicología UNT.

### Instrumentos

Se administró el Inventario de estrategias de afrontamiento (Tobin, D. *et al.*, 1989), en su adaptación al español realizada por Cano, *et al.*, (2007). El instrumento consta de un cuestionario de auto-informe compuesto de 40 reactivos con cinco categorías de respuesta que van desde “en absoluto” hasta “totalmente” de acuerdo a la forma en la que se siente identificado con los reactivos que se le presentan.

Los 40 ítems de la prueba se agrupan en tres escalas jerárquicas Cano, *et al.*, (2007). La primera escala está compuesta de ocho factores (Tabla 1); estos a su vez, conforman cuatro escalas secundarias (Tabla 2); finalmente, la escala terciaria resulta de la agrupación de las cuatro escalas secundarias, dando como resultado dos índices: manejo adecuado y manejo inadecuado.

**Tabla 1.**

*Distribución de la estructura I: Estrategias Primarias y su carga factorial según Tobin et al. (1978)*

<b>Estrategias de la Estructura I</b>	<b>Descripción</b>	<b>Items</b>	<b>Carga Factorial</b>
Factor 1: Resolución de problemas.	Son estrategias cognitivas y conductuales encaminadas a eliminar el estrés, modificando la situación	65, 57, 33, 41 y 17.	0,82 a 0,67
Factor 2: Autocrítica.	Estrategia basada en la autoinculpación y la autocrítica por la ocurrencia de la situación estresante o su inadecuado manejo	23,47,31,55,63.	0,87 a 0,79
Factor 3: Expresión emocional.	Estrategias encaminadas a liberar las emociones que acontecen en el proceso de estrés	27,19,59,43 y 51	0,74 a 0,46.
Factor 4: Pensamiento desiderativo.	Estrategias cognitivas que reflejan el deseo de que la realidad no fuera estresante	38, 30, 22, 62 y 46	0,79 a 0,59
Factor 5: Apoyo Social.	Estrategias referidas a la búsqueda de apoyo emocional	12, 36, 44, 60 y 52	0,74 a 0,65

Factor 6: Re-estructuración cognitiva.	Estrategias cognitivas que modifican el significado de la situación estresante	66, 58, 42, 34 y 10	0,72 a 0,55
Factor 7. Evitación de Problemas.	Estrategias que incluyen lanegación y evitación de pensamientos o actos relacionados con el acontecimiento estresante	29,21, 53, 13 y 69	0,67 a 0,44
Factor 8: Retirada social.	Estrategia de retirada de amigos, familiares, compañeros y personas significativas asociadas con la reacción emocional en el proceso estresante	48, 32, 72, 56 y 8	0,74 a 0,39

Fuente: Cano G. *et al.*, (2007). Adaptación española del inventario de Estrategias de Afrontamiento

**Tabla 2.**

*Estrategias secundarias del inventario de estrategias de afrontamiento vs su función según Tobin et al; (1978)*

<b>Estructura II</b>	<b>Descripción</b>	<b>Estrategia</b>
1. Manejo adecuado centrado en el problema	Refleja afrontamiento adaptativo centrado en el problema. Modifica la situación o modifica su significado.	1. Resolución de problemas 2. Reconstrucción cognitiva
2. Manejo adecuado centrado en la emoción.	Refleja un afrontamiento adaptativo centrado en el manejo de las emociones que afloran en el proceso estresante.	1. Apoyo social 2. Expresión emocional
3. Manejo inadecuado centrado en el problema	Indica un afrontamiento desadaptativo centrado en el problema; evitando las situaciones estresantes o fantaseando sobre realidades alternativas pasadas, presentes o futuras.	1. Evitación de problemas 2. Pensamiento desiderativo
4. Manejo inadecuado centrado en la emoción	Refleja el afrontamiento desadaptativo centrado en las emociones, pero basado en el aislamiento, la autocrítica y la autoinculpación.	1. Retirada social 2. Autocrítica

Fuente: Cano, *et al.*, (2007). Adaptación española del inventario de Estrategias de Afrontamiento.

## **Procedimiento**

Se explicaron los detalles y objetivos del estudio a los participantes antes de la administración del instrumento. Los estudiantes dieron su consentimiento para el uso de los datos, siendo la participación en la investigación voluntaria y anónima.

Los cuestionarios fueron administrados en clases de diferentes asignaturas correspondientes a materias de primero, segundo y quinto año de la carrera de Psicología de la UNT. La aplicación del cuestionario tomó aproximadamente 15 minutos.

### **Análisis de los datos**

Se recogieron y codificaron los casos en una tabla de Excel y fueron analizados con el software IBM SPSS versión 23 e IBM ATMOS para el análisis factorial confirmatorio, con un nivel de significación de  $\alpha = .05$  y una potencia de  $1 - \beta = .80$ .

Se consignaron los datos descriptivos correspondientes a edad, sexo y año de ingreso. Se calculó estimadores centrales y de dispersión de los mismos.

Se construyeron las escalas primarias, secundarias y terciarias para su análisis, calculando media, desviación estándar, cuartiles y rangos para cada una de ellas.

Luego se calculó la asociación existente entre las variables demográficas, año de ingreso y de cursado en la carrera con las escalas primarias, secundarias y terciarias.

Finalmente, se realizaron un análisis factorial confirmatorio de los reactivos en relación al modelo propuesto para observar su comportamiento teórico y un análisis factorial exploratorio para observar el comportamiento de las variables.

## **RESULTADOS**

La muestra estuvo compuesta por 680 estudiantes de la carrera de Psicología de la Facultad de Psicología de la UNT, con una edad media de 20.6 años ( $DS = 3.81$ ) y un 76.8% de sujetos femeninos. El 50% habían ingresado en el año 2015 ( $Mdn = 2015$ ;  $R = 15$ ).

La distribución de las escalas primarias (Tabla 3), resulta de la sumatoria de los resultados obtenidos en los reactivos correspondientes en el inventario. Los resultados muestran que las estrategias de Resolución de Problemas ( $M(673) = 12.97$ ,  $DS = 4.44$ ), Pensamiento Desiderativo ( $M(662) = 12.69$ ;  $DS = 4.9$ ) y Autocrítica ( $M$

(673) = 12.32;  $DS = 4.97$ ) son las más frecuentes entre los estudiantes de psicología.

**Tabla 3.**

*Estadísticos descriptivos de las escalas primarias de afrontamiento.*

	N	Media	Mediana	Desviación estándar	Rango
Resolución de Problemas	673	13,0	13	4,4	20
Autocrítica	673	12,3	13	5,0	20
Expresión Emocional	676	9,8	10	5,1	20
Pensamiento Desiderativo	662	12,7	13	5,0	20
Apoyo Social	655	11,2	12	5,4	20
Reestructuración Cognitiva	658	11,4	11	4,6	20
Evitación de Problemas	664	7,6	7	4,6	
Retirada Social	663	8,0	7	4,9	20,0

En la construcción de las escalas secundarias se agruparon los resultados obtenidos según cuatro índices: dos de manejo adecuado centrados en el problema o en la emoción; dos de manejo inadecuado centrados en el problema o en la emoción (Tabla4). Los resultados más altos se encuentran en el manejo adecuado centrado en el problema ( $M (654) = 24.46$ ,  $DS = 7.86$ ).

**Tabla 4.***Estadísticos descriptivos de las escalas secundarias de afrontamiento.*

	<b>N</b>	<b>Media</b>	<b>Mediana</b>	<b>Desviación estándar</b>	<b>Rango</b>
Manejo adecuado centrado en elproblema	654	24,46	25	7,86	39
Manejo adecuado centrado en laemoción	653	20,98	21	9,50	40
Manejo inadecuado centrado en elproblema	658	20,28	21	7,21	37
Manejo inadecuado centrado en laemoción	657	20,42	20	8,25	40

Luego se realizó el análisis descriptivo de las escalas terciarias. El manejo adecuado ( $M(641)=45.4$ ,  $DS=14.7$ ) fue mayor que el manejo inadecuado ( $M(647)=46.6$ ,  $DS=13.4$ ) en los estudiantes de la Facultad de Psicología UNT.

Se procedió a realizar un análisis inferencial, calculando los niveles de asociación de las escalas primarias, secundarias y terciarias en función de la edad, el sexo y el año de ingreso a la carrera.

Tomando a la edad como primer factor explicativo de las escalas primarias, con un nivel de significancia  $=.05$  y una potencia de  $1-\beta =.80$ , se encontró que la resolución de problemas,  $Tau-c(673) = .07$ ,  $p < .01$  y la reestructuración cognitiva,  $Tau-c(658) = .07$ ,  $p = .00$  poseen una asociación con esta variable demográfica. En las escalas secundarias, sólo el manejo adecuado centrado en el problema mostró una asociación significativa a la edad,  $Tau-c(654) = .08$ ,  $p = .00$ . No se encontró asociación significativa con las escalas terciarias del instrumento. Tomando como factor el sexo, sólo se encontró una asociación débil con el pensamiento desiderativo,  $V(662) = .26$ ,  $p <$

.01. En función del año de ingreso a la carrera no se encontraron asociaciones significativas.

Debido a críticas de diferentes autores sobre el comportamiento jerárquico del instrumento, se realizaron dos análisis factoriales para observar su comportamiento teórico. En primer lugar y dada la estructura propuesta por los autores del instrumento, se procedió a implementar un análisis factorial confirmatorio del comportamiento de las variables del inventario. Los datos obtenidos en este estudio no respaldan el modelo propuesto por los autores del inventario de estrategias de afrontamiento (Tabla 5).

Luego, se realizó un análisis factorial exploratorio con rotación VARIMAX para intentar dar cuenta de la estructura subyacente en el inventario según los datos disponibles. Los datos demostraron la existencia de los ocho factores correspondientes a las escalas del primer nivel del inventario (Tabla 6), explicando el 57.81% de la varianza. Sin embargo, no pudieron agruparse éstas a su vez, según las escalas secundarias ni terciarias.

### Tabla 5.

*Análisis Factorial confirmatorio del modelo de estrategias de afrontamiento propuesto en el inventario*

Medida de ajuste absoluto	Chi-cuadrado (p-valor)	.00
	RMSEA	.60
Medida de ajuste incremental	CFI	.817
	TLI	.794
	NFI	.762

**Tabla 6.**

*Análisis Factorial exploratorio. Análisis de componentes principales. Rotación varimax con normalización Kaiser*

Componentes

	1	2	3	4	5	6	7	8
EA18	,765							
EA34	,723							
EA2	,680							
EA10	,680							
EA26	,641						,353	
EA36	,492							
EA1		,747						
EA9		,735						
EA17		,726						
EA25		,695						
EA33		,692						
EA6		,425						
EA22			,739					
EA30			,700					
EA14			,673					
EA23			,673		,340			
EA38			,580					
EA15			,441		,420			
EA7			,432		,377			
EA21				,774				
EA13	,751							
EA37	,704							
EA29	,654							
EA5	,654					,305		
EA32					,708			

EA40		,665
EA24		,646
EA31	,306	,620
EA39	,337	,494
EA27	,397	,668
EA3		,668
EA11	,447	,658
EA19		,655
EA35	,333	,607
EA12		,775
EA4		,758
EA20		,715
EA28	,420	,603
EA8		,684
EA16		,681

---

## DISCUSIÓN Y CONCLUSIONES

El objetivo de este estudio fue caracterizar las estrategias de afrontamiento de los estudiantes de la Facultad de Psicología UNT con miras a comenzar una línea de trabajo institucional sobre las posibles estrategias que permitan reducir los niveles de estrés en la población universitaria.

A partir del Inventario de Estrategias de Afrontamiento se observa que los recursos más utilizados por los estudiantes son: en primer lugar, la Resolución de Problemas, que consiste en estrategias cognitivas y conductuales encaminadas a eliminar el estrés, modificando la situación. En segundo término, aparece el Pensamiento Desiderativo, que consiste en estrategias cognitivas que reflejan el deseo de que la realidad no fuera estresante. Finalmente, la Autocrítica es una estrategia basada en la autoinculpación y la crítica a uno mismo por la ocurrencia de la situación estresante o su inadecuado manejo Cano, *et al.*, (2007).

Sabiendo que las estrategias de afrontamiento constituyen un esfuerzo cognitivo y conductual para controlar las fuentes de estrés Moos, (1993), Väisänen, *et al.*, (2018). Y que por lo tanto son determinantes para el manejo de situaciones propias del ámbito académico que se configuran como estresores Pitzer & Skinner, (2016). Los resultados obtenidos muestran tanto un comportamiento adaptativo centrado en el problema (resolución de problemas), como un comportamiento inadecuado centrado en el problema (pensamiento desiderativo) y en la emoción (autocrítica).

Desde la clasificación de Gustems-Carnicer, *et al.*, (2019), se considera que los estudiantes presentan tanto estrategias de aproximación (resolución de problemas), como evitativas (pensamiento desiderativo, autocrítica). Siguiendo a estos autores, puede considerarse que aquellos estudiantes cuyos procesos de coping tengan tendencia a la aproximación, podrían desarrollar conductas resolutivas con resultados más positivos (Doron, *et al.*, (2009), como planificar correctamente su rutina de estudio, consultar las dudas con los docentes y buscar activamente la apropiación del conocimiento Rogaten, y Moneta, (2017).

No obstante, el afrontamiento por evitación se ha asociado con conductas desadaptativas tales como el abuso de sustancias Murray-Harvey *et al.*, (2000), Sun, *et al.*, (2011), conductas de riesgo Tavolacci, *et al.*, (2013) y aumento de la ideación suicida Tang *et al.*, (2015); Zhang, *et al.*, (2012). En este sentido, los resultados de este estudio muestran que los estudiantes que presenten mayores niveles de autocrítica serán propensos a generar sentimientos de culpa por las fallas en su rendimiento académico.

Aquellos con pensamiento desiderativo posiblemente tiendan a malgastar tiempo y recursos cognitivos escapando mentalmente de las situaciones estresantes. Situación que puede llevarlos a desconectarse de sus estudios, agravando el efecto del estrés y compromiéndolo su futuro académico Neveu, *et al.*, (2012).

Teniendo en cuenta las variables sociodemográficas recabadas, la edad mostró ser un factor asociado a la resolución de problemas y a la reestructuración cognitiva (que conforman la escala secundaria “manejo adecuado centrado en el problema). Este resultado

indica que a medida que los sujetos pasan de la adolescencia a la adultez, modificarían sus patrones de afrontamiento de manera positiva, enfrentando las dificultades a partir del trabajo para modificar la situación o su significado Cano, *et al.*, (2007). Algunos autores han propuesto que el uso de estrategias más adaptativas luego de la adolescencia correspondería al locus de control de tipo externo, mediante el cual los factores ajenos determinarían los hechos, así como sus consecuencias (Piergiovanni y Depaula, (2018); Visdómine-Lozano y Luciano, (2006).

En relación a la asociación con el sexo y de acuerdo a estudios previos (Barraza-Macías, A *et al.*, (2019); Reyes-Pérez, *et al.*, (2020), no se han encontrado diferencias significativas en el manejo adecuado o inadecuado. En este estudio sólo puede apreciarse una asociación débil de pensamiento desiderativo en relación al sexo, que difiere del planteo tradicional que reza que las mujeres son más emotivas y tienden a afrontar de esta forma, en vez de cognitivamente Piergiovanni y Depaula, (2018).

Los resultados sobre el comportamiento teórico del inventario mostraron que las escalas no se agrupan como lo habían planteado Tobin. *et al.*, (1989). Esto es, siguiendo una estructura jerárquica con ocho escalas primarias, cuatro secundarias y dos escalas terciarias que representaban si el afrontamiento se llevaba de forma adecuada o inadecuada. El análisis factorial mostró que las ocho escalas primarias son consistentes con la bibliografía, no así las escalas secundarias y terciarias. Resultados similares sobre la falta de consistencia de la estructura jerárquica del inventario de estrategias de afrontamiento han sido ya planteadas Cano, *et al.*, (2007); González, *et al.*, (2017); Quiroz, C. *et al.*, (2010).

Este estudio no estuvo exento de limitaciones. La primera de ellas se haya en la representatividad del mismo. La muestra recabada no es representativa de la población estudiantil por lo que no pueden extrapolarse los resultados al total de los alumnos de psicología UNT. No obstante, este estudio tenía como finalidad el poder caracterizar perfiles para poder observar el quehacer estudiantil y docente sobre una temática que afecta el rendimiento y la calidad de vida de la población estudiantil.

Otra limitación fue la falta de amplitud respecto a las edades de la muestra, que no permite observar con detalle las variaciones mencionadas en cuanto al uso de algunas estrategias con las que se ha encontrado asociación. Por ello, en líneas futuras de investigación se prevé el estudio de las estrategias de afrontamiento a lo largo del curso vital. Además, se prevé un estudio psicométrico del inventario de estrategias de afrontamiento para su utilización en el medio local.

En conclusión, este estudio muestra que existen patrones de estrategias de afrontamiento en los estudiantes de psicología de la UNT. Además, el estudio del comportamiento teórico del inventario no avala la estructura jerárquica con escalas secundarias y terciarias como fue planteado por sus creadores.

## REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Aranceli, S., Perea, P., y Ormeño, R. (2006). Evaluación de niveles, situaciones generadoras y manifestaciones de estrés académico en alumnos de tercer y cuarto año de una Facultad de Estomatología. *Revista Estomatológica Herediana*, 16 (1), 15-20.
- Barraza Macías, A. (2006). Un modelo conceptual para el estudio del estrés académico. *Revista Electrónica de Psicología Iztacala*, 9 (3), 110-129. <https://www.revistas.unam.mx/index.php/repj/article/view/19028>
- Barraza-Macías, A., González-García, L., Garza-Madero, A., y Cázares de León, F. (2019). El estrés académico en alumnos de odontología. *Revista Mexicana de Estomatología*, 6 (1), 12-26.
- Cano, G., Rodríguez, F., y García, M. (2007). Adaptación española del Inventario de Estrategias de Afrontamiento. *Actas Españolas de Psiquiatría*, 35 (1), 29-39.
- Collazo, C., y Rodríguez, Y. (2011). El estrés académico: una revisión crítica del concepto desde las ciencias de la educación. *Revista Electrónica de Psicología Iztacala*, 14 (2), 1-14. <https://www.revistas.unam.mx/index.php/repj/article/view/26023>
- del Valle, M., Zamora, E., Grave, L., Merlo, E., Maidana, J., y Urquijo, S. (2021). El rol de las estrategias cognitivas de regulación emocional en la depresión: estudio en población universitaria. *Eureka. Revista de Investigación de Psicología*, 1 (18), 7-25.
- Doron, J., Boiché, J., Stephan, Y., & Le Scanff, C. (2009). Coping with Examinations: Exploring Relationships between Students' Coping Strategies, Impli-

- cit Theories of Ability, and Perceived Control. *British Journal of Educational Psychology*, 79 (3), 515-528.
- Feldman, L., Goncalves, L., Puignau, G., Zaragoza, J., Bagés, N., y De Paulo, J. (2008). Relaciones entre estrés académico, apoyo social, salud mental y rendimiento académico en estudiantes universitarios venezolanos. *Universitaspsychologica*, 7 (3), 739-752.
- Frydenberg, E. (1997). *Adolescent coping: Theoretical and research perspectives*. New York: Routledge.
- García, H., Fantin, M., y Pardo, A. (2016). Estrategias de afrontamiento al estrés en aspirantes a Policía de la ciudad de San Luis. *Revista de Psicología Universidad Antioquia*, 8 (1), 23-34.
- García, M., & Chirre, A. (2016). Estrés académico y ansiedad ante exámenes en estudiantes de primer año de la Facultad de Psicología UNT. *Investigando en psicología*, 1 (15), 88-104.
- Gaudreau, P. (2018). Active Coping Strategies. En S. T. Zeigler-Hill V., *Encyclopedia of Personality and Individual Differences*. Springer, Cham. [https://doi.org/10.1007/978-3-319-28099-8\\_1119-1](https://doi.org/10.1007/978-3-319-28099-8_1119-1)
- González, Y., de Gómez, E., De Lemos, R., Whetsell, M., y Spencer, D. (2017). (2017). Validación de la escala inventario de estrategias de afrontamiento, versión española de Cano, Rodríguez, García (2007), en el contexto de Panamá. *Enfoque. Revista Científica de Enfermería*, 21(17), 109-133.
- Guarino, L., Gavidia, I., Antor, M., y Caballero, H. (2000). Estrés, salud mental y cambios inmunológicos en estudiantes universitarios. *Psicología Conductual*, 8 (1), 57-71.
- Gustems, J., & Calderon, C. (2013). Coping Strategies and Psychological Well-Being among Education Students. *European Journal of Psychology of Education*, 28 (4), 1127-1140. <https://doi.org/10.1007/s10212-012-0158-x>
- Gustems-Carnicer, J., Calderón, C., & Calderón-Garrido, D. (2019). Stress, coping strategies and academic achievement in teacher education students. *European Journal of Teacher Education*, 1-15. <https://doi.org/10.1080/02619768.2019.1576629>
- Hernández, L., Castillo, M., Hernández, R., y Sánchez, J. (2019). Bienestar psicológico y rendimiento académico en estudiantes universitarios. *Enseñanza e Investigación en Psicología*, 1 (2), 244-251.
- Labrague, L., McEnroe-Petitte, D., Gloe, D., Thomas, L., Papatthasiou, I., & Tsaras, K. (2016). A literature review on stress and coping strategies in nursing students. *Journal of Mental Health*, 1-10. <http://dx.doi.org/10.1080/09638237.2016.1244721>

- Lazarus, R. (2006). *Stress and Emotion: A new synthesis*. New York: SpringerPublishing Company.
- Lazarus, R., & Folkman, S. (1984). Coping and adaptation. En Gentry, W. *The handbook of behavioural medicine* (282-325). Nueva York: Guilford.
- Lazarus, R., y Folkman, S. (1986). *Estrés y procesos cognitivos*. Barcelona: Martínez Roca.
- Lazarus, R., & Folkman, S. (1987). Transactional theory and research on emotions and coping. En L. Laux, & G. Vossel, *Personality in biographical stress and coping research* (141-169). European Journal of personality.
- Maceo-Palacio, N. O., Ramos-Guevara, K., Maceo-Palacio, A., Morales-Blanco, I., y Maceo-Palacio, M. (2013). Eficacia de la terapia floral de Bach contra el estrés académico en estudiantes de primer año de estomatología. *Medisan*, 17 (9), 4064-4072.
- Moos, R. (1993). *Coping Responses Inventory: CRI-Adult Form Professional Manual*. Odessa.
- Morales Rodríguez, F. (2018). Estrategias de afrontamiento en una muestra de estudiantes universitarios. *International Journal of Developmental and Educational Psychology*, 2 (1), 289-294. <https://doi.org/10.17060/ijodeap.2>
- Muñoz, F., & León, J. M. (2004). *El estrés académico. Problemas y soluciones desde una perspectiva psicosocial*. Huelva: Servicio de Publicaciones de la Universidad de Huelva.
- Murray-Harvey, R., Slee, P., Lawson, M., Silins, H., Banfield, G., & Russell, A. (2000). Under Stress: The Concerns and Strategies of Teaching Education Students. *European Journal of Teacher Education*, 23 (1), 19-35.
- Neveu, D., Doron, J., Visier, L., Boiché, J., Trouillet, R., Dujols, P., & Ninot, G. (2012). Students Perceived Stress in Academic Programs: Consequence for Its Management. *Revue d'Épidémiologie et de Santé Publique*, 60 (4), 255-264.
- Piergiovanni, L. F., y Depaula, P. D. (2018). Estudio descriptivo de la autoeficacia y las estrategias de afrontamiento al estrés en estudiantes universitarios argentinos. *Revista mexicana de investigación educativa*, 23 (77), 413-432. Recuperado en 07 de agosto de 2020, de [http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1405-66662018000200413&lng=es&tlng=es](http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1405-66662018000200413&lng=es&tlng=es)
- Pitzer, J., & Skinner, E. (2016). Predictors of Changes in Students' Motivational Resilience over the School Year: The Roles of Teacher Support, Self-Appraisals, and Emotional Reactivity. *International Journal of Behavioral Development*, 41(1), 1-5.

- Proaño Báez, A. (2017). *Asociación de la presencia de bruxismo relacionado con el estrés académico presente en estudiantes que cursan Clínica uno comparado con los estudiantes que cursan Clínica cinco de la Facultad de Odontología de la Universidad de Las Américas de Quito*. Quito: Bachelor's thesis: Universidadde las Américas.
- Quiroz, C., Méndez, P., Valero, C., y Trujano, R. (2010). Inventario de Estrategias de Afrontamiento: una replicación. *Psicología y salud*, 20 (2), 213-220.
- Restrepo, J., Sánchez, O., y Quirama, T. (2020). Estrés académico en estudiantes universitarios. *Psicoespacios*, 14 (24), 17-37.
- Reyes-Pérez, V., Alcázar-Olán, R., Collazo Saldaña, A., y De la Roca Chiapas, J. M.(2020). Relación entre emociones y estrategias de afrontamiento ante la reprobación en estudiantes universitarios. *Psicogente*, 23(44), 1-20. <https://doi.org/10.17081/psico.23.44.3659>.
- Rogaten, J., & Moneta, G. (2017). Positive and Negative Structures and Processes Underlying Academic Performance: A Chained Mediation Model. *Journal of Happiness Studies*, 18(4), 1095-1119.
- Sarid, O., Anson, O., Yaari, A., & Margalith, M. (2004). Academic Stress, Immunological Reaction, and Academic Performance among Students of Nursing and Physiotherapy. *Research Nursery Health*, 27(5), 370-377.
- Sun, J., Buys, N., Stewart, D., & Shum, D. (2011). Mediating Effects of Coping, Personal Belief, and Social Support on the Relationship among Stress, Depression, and Smoking Behavior in University Students. *Health Education*, 111(2), 133-146.
- Tang, F., Xue, F., & Qin, P. (2015). The Interplay of Stressful Life Events and CopingSkills on Risk for Suicidal Behavior among Youth Students in Contemporary China: A Large Scale Cross-Sectional Study. *BMC Psychiatry*, 15(1), 182. <https://doi.org/10.1186/s12888-015-0575-x>
- Tavolacci, M. L., Grigioni, S., Richard, L., Villet, H., & Dechelotte, P. (2013). Prevalence and Association of Perceived Stress, Substance Use and Behavioral Addictions: A Cross-Sectional Study among University Students in France, 2009–2011. *BMC Public Health*, 13(1), 724. <https://doi.org/10.1186/1471-2458-13-724>
- Tobin, D., Holroyd, K., Reynolds, R., & Wigal, J. (1989). The hierarchical factor structure of Coping Strategies Inventory. *Cognitive Therapy and Research*, 13(4), 343-361.
- Väisänen, S., Pietarinen, J., Pyhältö, K., Toom, A., & Soini, T. (2018). Student Teachers' Proactive Strategies for Avoiding Study-Related Burnout during

- Teacher Education. *European Journal of Teacher Education*, 41(3), 301-317. <https://doi.org/10.1080/02619768.2018.1448777>
- Visdómine-Lozano, J. C., & Luciano, C. (2006). Locus de control y autorregulación conductual: revisiones conceptual y experimental. *International Journal of Clinical and Health Psychology*, 6(3), 729-751.
- Zhang, X., Wang, H., Xia, Y., Liu, X., & Jung, E. (2012). Stress, Coping and Suicide Ideation in Chinese College Students. *Journal of Adolescence*, 35(3), 683-690. <https://doi.org/10.1016/j.adolescence.2011.10.003>