

Escuela de Posgrado

SEGUNDA ESPECIALIDAD EN PSICOLOGÍA
JURÍDICA Y FORENSE

Trabajo Académico

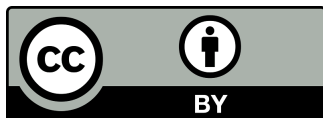
**Modos de afrontamiento al estrés en mujeres víctimas
de violencia psicológica de pareja en Lima Este**

Betzabe Betty Contreras Paez
Fiorella Litzi Verde Guere
Lily Del Rocio Jimenez Romero

Para optar el Título de
Segunda Especialidad Profesional en Psicología Jurídica y Forense

Huancayo, 2025

Repositorio Institucional Continental
Trabajo Académico



Esta obra está bajo una Licencia "Creative Commons Atribución 4.0 Internacional" .

ANEXO 6**INFORME DE CONFORMIDAD DE ORIGINALIDAD**
DEL TRABAJO ACADÉMICO

A : Mg. Jaime Sobrados Tapia
Director Académico de la Escuela de Posgrado

DE : **Aldo Aguayo Melendez**
Asesor del trabajo académico

ASUNTO : Remito resultado de evaluación de originalidad del trabajo académico

FECHA : 24 de febrero de 2025

Con sumo agrado me dirijo a vuestro despacho para saludarlo y en vista de haber sido designado Asesor del trabajo académico titulado **"MODOS DE AFRONTAMIENTO AL ESTRÉS EN MUJERES VÍCTIMAS DE VIOLENCIA PSICOLÓGICA DE PAREJA DE LIMA ESTE"**, perteneciente al **Bach. Betzabé Betty Contreras Páez, Bach. Lily Del Rocío Jiménez Romero y Bach. Fiorella Litzi Verde Guere, de la SEGUNDA ESPECIALIDAD en Psicología Jurídica y Forense**; se procedió con el análisis del documento mediante la herramienta "Turnitin" y se realizó la verificación completa de las coincidencias resaltadas por el software, cuyo resultado es **20 %** de similitud (informe adjunto) sin encontrarse hallazgos relacionados con plagio. Se utilizaron los siguientes filtros:

- Filtro de exclusión de bibliografía Sí ☒ NO ☐
- Filtro de exclusión de grupos de palabras menores (Máximo nº de palabras excluidas: **40**) Sí ☒ NO ☐
- Exclusión de fuente por trabajo anterior del mismo estudiante Sí ☒ NO ☐

En consecuencia, se determina que el trabajo académico constituye un documento original al presentar similitud de otros autores (citas) por debajo del porcentaje establecido por la Universidad.

Recae toda responsabilidad del contenido del trabajo académico sobre el autor y asesor, en concordancia a los principios de legalidad, presunción de veracidad y simplicidad, expresados en el Reglamento del Registro Nacional de Trabajos de Investigación para optar grados académicos y títulos profesionales – RENATI y en la Directiva 003-2016-R/UC. Esperando la atención a la presente, me despido sin otro particular y sea propicia la ocasión para renovar las muestras de mi especial consideración.

Atentamente,



Dr. Aldo Aguayo Melendez
DNI: 24006365

DECLARACIÓN JURADA DE AUTENTICIDAD

Yo, CONTRERAS PAEZ BETZABE BETTY, identificada con Documento Nacional de Identidad N° 73037846, egresada de la SEGUNDA ESPECIALIDAD EN PSICOLOGÍA JURÍDICA Y FORENSE, de la Escuela de Posgrado de la Universidad Continental, declaro bajo juramento lo siguiente:

1. El Trabajo Académico titulado "MODOS DE AFRONTAMIENTO AL ESTRÉS EN MUJERES VÍCTIMAS DE VIOLENCIA PSICOLÓGICA DE PAREJA DE LIMA ESTE", es de mi autoría, el mismo que presento para optar el TÍTULO DE SEGUNDA ESPECIALIDAD EN PSICOLOGÍA JURÍDICA Y FORENSE.
2. La Tesis no ha sido plagiada ni total ni parcialmente, para lo cual se han respetado las normas internacionales de citas y referencias para las fuentes consultadas, por lo que no atenta contra derechos de terceros.
3. La Tesis titulada es original e inédita, y no ha sido realizada, desarrollada o publicada, parcial ni totalmente, por terceras personas naturales o jurídicas. No incurre en autoplagio; es decir, no fue publicado ni presentado de manera previa para conseguir algún grado académico o título profesional.
4. Los datos presentados en los resultados son reales, pues no son falsos, duplicados, ni copiados, por consiguiente, constituyen un aporte significativo para la realidad estudiada.

De identificarse fraude, falsificación de datos, plagio, información sin cita de autores, uso ilegal de información ajena, asumo las consecuencias y sanciones que de mi acción se deriven, sometiéndome a las acciones legales pertinentes.

Lima, 28 de Febrero de 2025.



CONTRERAS PAEZ BETZABE BETTY
DNI. N° 73037846



Huella

Arequipa

Av. Los Incas S/N,
José Luis Bustamante y Rivero
(054) 412 030

Calle Alfonso Ugarte 607, Yanahuara
(054) 412 030

Huancayo

Av. San Carlos 1980
(064) 481 430

Cusco

Urb. Manuel Prado - Lote B, N° 7 Av. Collasuyo
(084) 480 070

Sector Angostura KM. 10,
carretera San Jerónimo - Saylla
(084) 480 070

Lima

Av. Alfredo Mendiola 5210, Los Olivos
(01) 213 2760

Jr. Junín 355, Miraflores
(01) 213 2760

DECLARACIÓN JURADA DE AUTENTICIDAD

Yo, JIMENEZ ROMERO LILY DEL ROCIO, identificada con Documento Nacional de Identidad N° 40681758, egresada de la SEGUNDA ESPECIALIDAD EN PSICOLOGÍA JURÍDICA Y FORENSE, de la Escuela de Posgrado de la Universidad Continental, declaro bajo juramento lo siguiente:

1. El Trabajo Académico titulado "MODOS DE AFRONTAMIENTO AL ESTRÉS EN MUJERES VÍCTIMAS DE VIOLENCIA PSICOLÓGICA DE PAREJA DE LIMA ESTE", es de mi autoría, el mismo que presento para optar el TÍTULO DE SEGUNDA ESPECIALIDAD EN PSICOLOGÍA JURÍDICA Y FORENSE.
2. La Tesis no ha sido plagiada ni total ni parcialmente, para lo cual se han respetado las normas internacionales de citas y referencias para las fuentes consultadas, por lo que no atenta contra derechos de terceros.
3. La Tesis titulada es original e inédita, y no ha sido realizada, desarrollada o publicada, parcial ni totalmente, por terceras personas naturales o jurídicas. No incurre en autoplagio; es decir, no fue publicado ni presentado de manera previa para conseguir algún grado académico o título profesional.
4. Los datos presentados en los resultados son reales, pues no son falsos, duplicados, ni copiados, por consiguiente, constituyen un aporte significativo para la realidad estudiada.

De identificarse fraude, falsificación de datos, plagio, información sin cita de autores, uso ilegal de información ajena, asumo las consecuencias y sanciones que de mi acción se deriven, sometiéndome a las acciones legales pertinentes.

Lima, 03 de Marzo de 2025.



JIMENEZ ROMERO LILY DEL ROCIO
DNI. N° 40681758

Huella

Arequipa
Av. Los Incas S/N,
José Luis Bustamante y Rivero
(054) 412 030

Carlo Alfonso Ugarte 607, Yanahuara
(054) 412 030

Huancayo
Av. San Carlos 1980
(064) 481 430

Cusco
Lib. Manuel Prado - Loto B. N° 7 Av. Collesur
(084) 480 070

Sector Angostura KM. 10,
carretera San Jerónimo - Saylla
(084) 480 070

Lima
Av. Alfredo Mondolá 5270 Los Olivos
(01) 213 2760

Ir. Juan 355, Miraflores
(01) 213 2760

DECLARACIÓN JURADA DE AUTENTICIDAD

Yo, VERDE GUERE FIORELLA LITZI, identificada con Documento Nacional de Identidad N° 47802137, egresada de la SEGUNDA ESPECIALIDAD EN PSICOLOGÍA JURÍDICA Y FORENSE, de la Escuela de Posgrado de la Universidad Continental, declaro bajo juramento lo siguiente:

1. El Trabajo Académico titulado "MODOS DE AFRONTAMIENTO AL ESTRÉS EN MUJERES VÍCTIMAS DE VIOLENCIA PSICOLÓGICA DE PAREJA DE LIMA ESTE", es de mi autoría, el mismo que presento para optar el TÍTULO DE SEGUNDA ESPECIALIDAD EN PSICOLOGÍA JURÍDICA Y FORENSE.
2. La Tesis no ha sido plagiada ni total ni parcialmente, para lo cual se han respetado las normas internacionales de citas y referencias para las fuentes consultadas, por lo que no atenta contra derechos de terceros.
3. La Tesis titulada es original e inédita, y no ha sido realizada, desarrollada o publicada, parcial ni totalmente, por terceras personas naturales o jurídicas. No incurre en autoplagio; es decir, no fue publicado ni presentado de manera previa para conseguir algún grado académico o título profesional.
4. Los datos presentados en los resultados son reales, pues no son falsos, duplicados, ni copiados, por consiguiente, constituyen un aporte significativo para la realidad estudiada.

De identificarse fraude, falsificación de datos, plagio, información sin cita de autores, uso ilegal de información ajena, asumo las consecuencias y sanciones que de mi acción se deriven, sometiéndome a las acciones legales pertinentes.

Lima, 28 de Febrero de 2025.



VERDE GUERE FIORELLA LITZI
DNI. N° 47802137



Huella

Arequipa

Av. Los Incas S/N,
José Luis Bustamante y Rivero
(054) 412 030

Calle Alfonso Ugarte 607, Yanahuara
(054) 412 030

Huancayo

Av. San Carlos 1980
(064) 461 430

Cusco

Urb. Manuel Prado - Lote B, N° 7 Av. Collasuyo
(084) 480 070

Sector Angostura KM. 10,
carretera San Jerónimo - Saylla
(084) 480 070

Lima

Av. Alfredo Mendiolá 5210, Los Olivos
(01) 213 2760

Jr. Junín 355, Miraflores
(01) 213 2760

MODOS DE AFRONTAMIENTO AL ESTRÉS EN MUJERES VÍCTIMAS DE VIOLENCIA PSICOLÓGICA DE PAREJA DE LIMA ESTE

ORIGINALITY REPORT

20%

SIMILARITY INDEX

24%

INTERNET SOURCES

6%

PUBLICATIONS

11%

STUDENT PAPERS

PRIMARY SOURCES

1

hdl.handle.net

Internet Source

7%

2

repositorio.usmp.edu.pe

Internet Source

4%

3

repositorio.ucv.edu.pe

Internet Source

2%

4

alicia.concytec.gob.pe

Internet Source

1%

5

doi.org

Internet Source

1%

6

repositorio.ucp.edu.pe

Internet Source

1%

7

repositorio.uigv.edu.pe

Internet Source

1%

8

repositorio.umsa.bo

Internet Source

1%

9

1library.co

Internet Source

1%

10

Submitted to Universidad Catolica de Oriente

Student Paper

1%

11

Submitted to Universidad Andina del Cusco

Student Paper

<1%

Exclude quotes

Off

Exclude matches

< 40 words

Exclude bibliography

On

Asesor

Dr. Aldo Aguayo Meléndez

Agradecimiento

Este estudio de investigación es el producto de un esfuerzo conjunto. Expresamos nuestro agradecimiento a cada una de las participantes, cuyo apoyo fue esencial para llevar a cabo este proyecto.

Índice

Asesor	ii
Agradecimiento	iii
Resumen	vi
Abstract	vii
Introducción	viii
Capítulo I	9
1. Identificación del problema	9
1.1. Contextualización del problema	9
1.1.1. Definición del tema o problema principal	9
1.1.2. Causas del problema	9
1.1.3. Evidencias del problema	10
1.2. Formulación del problema	12
1.3. Determinación de objetivos	12
1.3.1. Objetivo general	12
1.4. Justificación e importancia del estudio	12
Capítulo II	14
2. Marco Teórico	14
2.1. Antecedentes del problema	14
2.1.1. Antecedentes Internacionales	14
2.1.2. Antecedentes Nacionales	17
2.2. Fundamentación Teórica	27
2.2.1. Afrontamiento al Estrés	27
A. Definición	27
B. Dimensiones	27
2.2.2. Violencia	29
A. Definición	29
B. Violencia Psicológica	29
Capítulo III	31
3. Diagnóstico del problema	31
3.1. Propósito del diagnóstico	31
3.2. Metodología	31

3.2.1.	Tipo, alcance y diseño.....	31
3.2.2.	Participantes involucrados.....	31
3.2.3.	Operacionalización de variables.....	34
3.3.	Técnica e instrumento de recolección de datos – Ficha técnica	36
3.4.	Técnica de Análisis de Datos	37
Resultados		38
Conclusiones.....		41
Referencias		43
Anexos		51

Resumen

Esta tesis explora los modos de afrontamiento al estrés en mujeres víctimas de violencia psicológica de pareja. A través de un estudio cualitativo se identificaron los modos de afrontamiento más utilizados por las mujeres víctimas de violencia en su relación de pareja, donde participaron 15 mujeres de Lima Este. Se utilizó el Cuestionario de Modos de Afrontamiento al Estrés COPE de Carver, 1989 adaptado por Casaretto y Chau (2016) versión peruana, el cual nos permitió evaluar los estilos de afrontamiento que utilizan las mujeres frente a situaciones de estrés. Los resultados muestran que las mujeres utilizan una variedad de modos de afrontamiento para enfrentar situaciones que le generan algún tipo de desequilibrio en su vida, siendo el más usado el afrontamiento centrado en la emoción. Las mujeres que utilizan modos de afrontamiento tienden hacer frente a situaciones desagradables y poder encontrar un equilibrio emocional ante lo experimentado.

Palabras claves: Estrategias de afrontamiento, violencia psicológica, mujeres violentadas en su relación de pareja.

Abstract

This thesis explores the ways of coping with stress in women victims of psychological intimate partner violence. A qualitative study was carried out to identify the coping modes most used by women victims of intimate partner violence, in which 15 women from East Lima participated. The COPE Coping Modes of Coping with Stress Questionnaire by Carver, 1989 adapted by Casaretto and Chau (2016) Peruvian version was used, which allowed us to evaluate the coping styles used by women when faced with stressful situations. The results show that women use a variety of coping modes to face situations that generate some kind of imbalance in their lives, with emotion-focused coping being the most used. Women who use coping modes tend to cope with unpleasant situations and to be able to find emotional balance in the face of what they experience.

Key words: Coping strategies, psychological violence, women who have experienced intimate partner violence.

Introducción

La presente investigación pretende describir los modos de afrontamiento al estrés utilizadas por las mujeres víctimas de violencia psicológica de pareja, considerando que cualquier circunstancia estresante y adversa, impulsa a las personas a emplear sus recursos, ya sean personales, sociales, familiares para poder adaptarse y afrontarlos, no obstante, en los casos de violencia de pareja, al encontrarse en una dinámica cíclica, se observan que los recursos de afrontamiento son ineficaces (negación, resignación, ocultamiento, entre otros.), desarrollando psicopatologías diversas (Amor & Echeburúa, 2010).

La violencia psicológica en la pareja es un problema serio y común que impacta en millones de mujeres a nivel global. Esta modalidad de violencia puede causar efectos devastadores en la salud mental y física de las víctimas, abarcando el estrés crónico, la ansiedad, la depresión y la pérdida de autoestima. A pesar de la gravedad del problema, existen escasos estudios enfocados en este asunto. Por esta razón es crucial explorar cómo estas mujeres gestionan el estrés y qué estrategias de afrontamiento son más eficaces para disminuir el impacto negativo de la violencia en su salud mental y física.

Esta tesis propone explorar los modos de afrontamiento al estrés en mujeres víctimas de violencia psicológica de pareja, con el objetivo de describir las estrategias de afrontamiento a las que recurren, y si es estas les facilita gestionar el estrés y potenciar su bienestar mental y físico.

La actual investigación ofrece los siguientes capítulos; en el capítulo I, se encuentra la identificación del problema su contextualización, formulación del problema, objetivos y justificación. En el capítulo II, marco metodológico, seguido del capítulo III, se encontrará el diagnóstico del problema, metodología, la técnica e instrumento de recolección de datos y la técnica de análisis de datos; luego, se encuentra los resultados, las conclusiones y finalmente se toma en cuenta las referencias y anexos.

Capítulo I

1. Identificación del problema

1.1. Contextualización del problema

1.1.1. Definición del tema o problema principal

Los autores Carver, et al., definen el afrontamiento al estrés como las formas concretas e individuales de reaccionar ante cualquier situación que genere riesgo, perjuicio y/o pérdida, o métodos para manejarlos ante sucesos estresantes. Por otro lado, Lazarus y Folkman (1984) destacaron que las formas de manejar el estrés son un grupo de tácticas que engloban respuestas cognitivas, emocionales y/o comportamentales, que se implementan para gestionar las exigencias externas e internas que consideran que sobrepasa los recursos del individuo. El estrés es una reacción habitual de la persona, por lo que resulta fundamental comprender cómo afrontar estas situaciones. En las mujeres que sufren de violencia psicológica de pareja, adquiere especial relevancia, pues nos permite comprender la complejidad y como se enfrentan y responden ante las situaciones que generan desequilibrio en los diferentes ámbitos de su vida.

1.1.2. Causas del problema

La OMS manifiesta que las mujeres víctimas de maltrato frecuentemente presentan limitaciones en su comportamiento autónomo e independiente (WHO, 2013). Esto demuestra que existen diversas causas que generan que la mujer víctima de violencia de pareja se restrinja en su modo de afrontar el estrés, siendo los factores individuales uno de ellos, donde la edad de la víctima, la dependencia emocional, baja autoestima, antecedentes de trauma, pueden limitar su capacidad para afrontar situaciones de estrés. Según van der Kolk, 2014, citado por Cervera Pérez 2020), las personas que han experimentado trauma en el

pasado suelen tener mayor sensibilidad al estrés y menor capacidad para afrontarlo, así mismo Herman (1992), refiere que las mujeres adultas pueden experimentar un mayor nivel de estrés y ansiedad debido a la acumulación de experiencias traumáticas a lo largo de su vida.

Otro de los elementos que impactan de manera negativa para afrontar situaciones de estrés son los factores familiares, donde interviene la dinámica familiar, para Macias et al., (2013), la dinámica de la familia, influye en la capacidad de la víctima para afrontar el estrés, especialmente si hay una historia de violencia o abuso dentro de la misma. El apoyo familiar brinda soporte y estrategias para un mejor afronte, reafirmado por Cohen y colaboradores (2012), quien manifiesta que el respaldo familiar puede ser un elemento relevante en la capacidad de la víctima para afrontar el estrés y recuperarse del trauma.

Los factores sociales como la cultura y la sociedad en donde se desenvuelve la víctima, el estigma y culpabilización a la que se enfrentan agudizan su estrés y dificulta la búsqueda de ayuda. En otras culturas la violencia de pareja puede estar normalizada o minimizada, dificultando su reconocimiento y afrontamiento por parte de las víctimas, incrementando su estrés. Hooks (2000), nos dice que la cultura y la sociedad pueden influir en la capacidad de la víctima para afrontar el estrés, sobre todo si existe una cultura de violencia y opresión.

1.1.3. Evidencias del problema

A nivel internacional, la violencia de pareja se considera como una prioridad para el desarrollo de medidas preventivas, pues se percibe como un problema grave de salud pública (Aizpurúa et al., 2021); esta exposición a la violencia trae como consecuencia que muchas mujeres experimenten emociones desagradables (Badenes-Sastre et al., 2023), y ante ello es posible que usen mecanismos como la negación, la justificación o la reinterpretación cognitiva (Puente-Martínez et al., 2015). Las estrategias de afrontamiento utilizadas por las mujeres frente a la violencia de pareja son fundamentales para comprender la forma en que viven esta experiencia y para desarrollar intervenciones psicológicas

adecuadas. No obstante, también se ha identificado que las mujeres que experimentan maltrato suelen optar por tácticas de afrontamiento enfocado en la resolución de problemas y la búsqueda de soluciones prácticas, pero conforme a la intensificación de la violencia, se recurre al uso de mecanismos de afrontamiento emocional, como la negación y rumiación, y está a su vez, se asocia con una mayor sintomatología psicológica y dificultades para adaptarse a la situación (Cobos, 2016).

A escala nacional, la encuesta demográfica y de salud familiar (ENDES) del 2023 reveló que más del 50% de las mujeres han sido víctimas de algún tipo de violencia por parte de su pareja (INEI, 2023). De acuerdo con la encuesta realizada en el 2022, ENDES indicó que la forma de violencia más frecuente es la psicológica y/o verbal, con un 51.9% de los casos. Junto con los hallazgos de Escobar (2023), las mujeres con dependencia emocional suelen emplear estrategias de afrontamiento que eluden la solución del problema, centrándose más en la gestión emocional a corto plazo; lo cual podría explicar en parte por qué muchas mujeres expuestas a violencia no buscan ayuda. En contraste, Coronado (2020) indica que las mujeres víctimas de violencia suelen buscar de manera activa recursos externos, como el respaldo social y emocional, además de reestructurar cognitivamente la situación para encontrar un significado positivo. Estos hallazgos se complementan con los de Macedo y Chávez (2019) y Carlos (2017), quienes observaron que, en general, las mujeres recurren a una variedad de mecanismos de afrontamiento, destacando las diversiones relajantes como una estrategia común, seguida de aquellas enfocadas en la resolución del problema y, en menor medida, las centradas en la gestión emocional. Sin embargo, es importante tener en cuenta que las estrategias de afrontamiento pueden variar considerablemente dependiendo del entorno cultural, la gravedad de la violencia, la red de respaldo social y la evolución temporal de la experiencia.

A nivel institucional, existen escasos estudios en instituciones públicas como los Centros de Emergencia Mujer del Ministerio de la

Mujer y Poblaciones Vulnerables, en las cuales obtuvieron como estrategias de afronte la búsqueda de apoyo social (Coronado, 2020), actividades de diversión y relajación (Macedo y Chávez, 2019) y a la búsqueda de solución del problema (Escobar, 2023). Todo esto resalta los desafíos a los que se enfrentan las mujeres al buscar afrontar las situaciones de estrés por hechos de maltrato psicológico.

1.2. Formulación del problema

¿Cuáles son los modos de afrontamiento al estrés en mujeres víctimas de violencia psicológica de pareja de Lima Este?

1.3. Determinación de objetivos

1.3.1. Objetivo general

Describir los modos de afrontamiento al estrés utilizadas por las mujeres víctimas de violencia psicológica de pareja de Lima Este.

1.3.2. Objetivos específicos

- ❖ Describir el modo de afrontamiento enfocado en el problema en mujeres víctimas de violencia psicológica de pareja.
- ❖ Describir el modo de afrontamiento enfocado en la emoción en mujeres víctimas de violencia psicológica de pareja.
- ❖ Describir otros modos de afrontamiento en mujeres víctimas de violencia psicológica de pareja.

1.4. Justificación e importancia del estudio

Esta investigación tiene una justificación teórica ya que la violencia psicológica es un asunto de salud pública que impacta a millones de individuos en el mundo. La Organización Mundial de la Salud (OMS) considera que la violencia hacia las mujeres es vista como uno de los problemas más relevantes que tiene graves consecuencias en la salud física, psicológica y sexual (OMS 2021). Por lo que la violencia psicológica trae graves repercusiones para la salud de las víctimas en los diferentes aspectos de sus vidas, siendo los modos de afronte la herramienta necesaria para hacer frente a su problemática, permitiéndoles una mejor comprensión de cómo las

víctimas de violencia psicológica por parte de su pareja afrontan el estrés y cuáles con las estrategias de afrontamiento más efectivas para ellas y poder reconocer situaciones de riesgo.

Se justifica socialmente, dado que es un problema que no solo impacta en la víctima, sino también a su entorno familiar y a la comunidad donde se desenvuelve y por ende a la sociedad en general; perpetuando su problema a través del tiempo, No obstante, al reconocer las estrategias de afrontamiento empleadas por estas mujeres, permitirá que las brechas y desigualdad que existen entre géneros disminuya, y las víctimas de violencia psicológica se empoderen, utilizando recursos adecuados para enfrentar situaciones de violencia.

Este estudio resultará beneficioso para las mujeres víctimas de cualquier forma de violencia, ya que les permitirá acceder a herramientas adecuadas (empoderamiento, decisiones informadas, establecer límites y salir de relaciones no saludables), de ese modo superar los efectos de la violencia y recuperar su bienestar integral.

Este trabajo se justifica legalmente según la Ley N° 30364 “Ley para prevenir, sancionar y erradicar la violencia contra las mujeres y los integrantes del grupo familiar” que define un marco legal en el Perú para tratar la violencia en sus diferentes formas, incluyendo el maltrato psicológico. Según esta ley, las instituciones del estado peruano tienen el deber de asegurar medidas de prevención y protección, así como la atención integral a las mujeres que sufren este tipo de violencia. Además, se debe perseguir, sancionar y reeducar a los agresores sentenciados, con el objetivo de asegurar a las mujeres y al núcleo familiar una vida sin violencia, garantizando el ejercicio completo de sus derechos.

Capítulo II

2. Marco Teórico

2.1. Antecedentes del problema

2.1.1. Antecedentes Internacionales

Cabrera y Campos (2023), realizaron una investigación sobre las Estrategias de afrontamiento en mujeres víctimas de violencia intrafamiliar del Programa Municipal Casa de la Mujer en el periodo 2022-2023. Presentó un enfoque cuantitativo de alcance descriptivo de tipo no experimental de corte transversal. Contó con una muestra de 34 y se aplicaron los instrumentos de Inventario de Estrategias de Afrontamiento (CSI) y una ficha sociodemográfica. Los hallazgos que se obtuvieron fueron que había una predominancia de las estrategias de afrontamiento específicamente en el pensamiento desiderativo, considerada como una estrategia desadaptativa; y en relación a las características sociodemográficas, este pensamiento desiderativo se encontraba con mayor frecuencia en mujeres en mujeres solteras y separadas, con estudios incompletos y entre los 30 a 35 años de edad; en contraste a aquellas mujeres que contaban con estudios de posgrado en quienes se obtuvo una estrategia de evitación de problemas.

Benalcázar et al., (2020). En su investigación Mujeres víctimas de violencia de género en Ecuador: redes de apoyo y estrategias de afrontamiento, tenían como objetivo principal de identificar cuáles son las redes de apoyo que utilizarían como estrategia de afrontamiento las mujeres participantes en el estudio para lograr salir del círculo de violencia; para ello usaron una metodología cuantitativa de tipo descriptivo, donde participaron 75 mujeres que presentaron una demanda por violencia de género, aplicando el cuestionario de apoyo en pareja y estereotipos (Ecuador). Llegando a las siguientes conclusiones que las estrategias de afrontamiento deben enfocarse en proporcionar a la víctima de recursos que en una etapa inicial, se concentren en fortalecer sus redes de apoyo. Así también, se observó que las redes de

apoyo conformadas por la madre, hermana, psicóloga, el padre y mejor amiga han sido las de mayor prevalencia. Lo que indica, que las principales redes de apoyo en las mujeres violentadas se encuentran en su microsistema, mismos que se establecen como estrategias de afrontamiento de apoyo social y profesional, facilitándoles de recursos para abordar la problemática de violencia de género que han experimentado, hallando respaldo emocional, económico, físico y patrimonial.

A continuación, es importante describir la investigación de Cofre (2020), realizó la investigación del Autoconcepto y estrategias de afrontamiento en mujeres víctimas de violencia, estudio realizado en terapia mujeres del SEDEGES de la ciudad de La Paz. Su nivel de investigación es de tipo no experimental, con un enfoque mixto y con un diseño correlacional. La investigación se realizó con una muestra de 25 mujeres víctimas de violencia del centro de terapia de mujeres SEDEGES de la ciudad de La Paz - Bolivia. Como objetivos específicos se planteó: Identificar el tipo de violencia más frecuente, identificar los niveles de autoconcepto y estrategias de afrontamiento y determinar las estrategias de afrontamiento más utilizadas. Para esta investigación se aplicaron como instrumentos un cuestionario sociodemográfico, Cuestionario de Autoconcepto (AF5) y el Inventario de Estrategias de Afrontamiento (CSI). Los resultados de la investigación muestran una clara relación entre un autoconcepto positivo y el uso de estrategias de afrontamiento. En otras palabras, las personas con una buena imagen de sí mismas tienden a ser más proactivas y buscar soluciones ante los problemas. La investigación también reveló que la violencia psicológica es el tipo de violencia más común en la muestra estudiada. Esto sugiere que quienes participaron en el estudio tienden a enfrentar los problemas de manera directa y buscar soluciones prácticas.

En el 2020, Fong realizó una investigación sobre las Estrategias de afrontamiento más utilizadas frente a la violencia de género a partir de la

narrativa de dos mujeres de la ciudad de Medellín 2020-2. Fue un estudio con enfoque cualitativo, con un diseño fenomenológico hermenéutico. La muestra fue de dos mujeres elegidas por el criterio de conveniencia. Los instrumentos utilizados fueron dos matrices, una de entrevista semiestructurada para documentar las respuestas literales y la segunda matriz para clasificar las respuestas literales en las categorías de rastreo y análisis de información. Se concluyó en la investigación que las estrategias de afrontamiento se clasificaron en tres categorías: “expresión de emociones abiertas”, “esperar que la situación se solucione con el transcurso del tiempo” y “expresión de autoagresión”. No se lograron estrategias como la búsqueda de apoyo social y/o profesional. Se desprende que, en estos casos, las creencias familiares tuvieron un rol perjudicial para la denuncia de la violencia.

De igual modo, Mamani (2020), en una investigación sobre la dependencia emocional y estrategias de afrontamiento en mujeres víctimas de violencia de pareja que asisten a SLIMs de San Antonio y Tiahuanacu – La Paz. Tuvo un estudio con enfoque cuantitativo de tipo descriptivo - correlacional y con un diseño no experimental de corte transversal. La investigación tuvo como muestra a 43 mujeres, quienes acudieron a los SLIMs de San Antonio y Tiahuanacu del departamento de La Paz – Bolivia. Los instrumentos que se utilizaron en la investigación fueron el Cuestionario de Dependencia Emocional (CDE) y el Inventario de Estrategias de Afrontamiento (CSI). Los resultados de la investigación indican que mujeres que han sufrido violencia por parte de sus parejas y que presentan altos niveles de dependencia emocional tienden a utilizar ciertas estrategias de afrontamiento. Estas mujeres, en su mayoría entre 29 y 36 años, casadas o en concubinato, y con altos índices de deserción escolar, muestran una dependencia emocional elevada. En cuanto a las estrategias de afrontamiento, los resultados revelan que estas mujeres presentan niveles leves en estrategias adaptativas como la resolución de problemas, la reestructuración cognitiva, el apoyo social y la expresión emocional. Por el contrario, predominan estrategias de afrontamiento

desadaptativas como el pensamiento desiderativo (soñar despierto o fantasear con que los problemas se resolverán por sí solos), la autocrítica (culparse a sí mismas por la situación), la evitación de problemas (ignorar o negar la situación) y la retirada (aislarse de los demás).

Finalmente se describe la investigación de Garabito et al., (2020), que estudiaron sobre la ruptura de pareja en adultos jóvenes y su salud mental: estrategias de afrontamiento ante el estrés del término de una relación. Presentó una metodología cuantitativa no experimental y transversal, con un alcance descriptivo y correlacional. Sus participantes fueron 220 personas de 18 y 40 años. Para su análisis manejó el Brief COPE de estrategias de afrontamiento, la Escala SWLS de Satisfacción Vital, la Escala de Depresión CES-D del Centro de Estudios Epidemiológico, el Cuestionario ERQ de Regulación Emocional, la Escala RRS de Respuesta Rumiativa, sumado a un Cuestionario Sociodemográfico. Los resultados del estudio indican que las mujeres tienen una mayor tendencia a sufrir síntomas de depresión que en comparación con los hombres. Además, se encontró que el periodo transcurrido desde la ruptura, la aceptación de la misma, la supresión de emociones, el “brooding” (rumiación) y el consumo de sustancias está vinculados con la aparición de síntomas depresivos. Por otro lado, el brooding, la aceptación de la ruptura y la búsqueda de apoyo social son factores influyentes en la satisfacción con la vida.

2.1.2. Antecedentes Nacionales

Se considera importante señalar la investigación de Chero (2024) donde busca establecer la relación entre la violencia psicológica y las estrategias de afrontamiento en mujeres víctimas de violencia de género en un distrito de Lima Este. El estudio usado fue cuantitativo, nivel correlacional, de diseño tipo no experimental transversal. Sus participantes fueron 108 mujeres, que oscilaban entre los 20 y 49 años.

Además, se considera su estado civil de soltera, divorciada y casada, y su nivel económico – social. Para el estudio se emplea la Escala de Abuso Psicológico – pareja y el Cuestionario de Afrontamiento al Estrés. Como resultado se tiene que, la violencia psicológica no se relaciona con las estrategias de afrontamiento. Sin embargo, la violencia psicológica tiene significancia con la focalización en la solución del problema. Por otro lado, violencia psicológica indirecta se relaciona con las estrategias de: focalización en la solución del problema, la búsqueda de apoyo social y la religión. Finalmente, encuentra que en la violencia psicológica y las estrategias de afrontamiento no muestran diferencias significativas en términos de edad, estatus socioeconómico y estado civil.

Escobar (2023) analizó las variables de dependencia emocional y las estrategias de afrontamiento al estrés en mujeres víctimas de violencia de pareja atendidas en un CEM. Su enfoque fue cuantitativo, de diseño descriptivo correlacional. La muestra total fue de 71 mujeres con edades de 18 a 58 años, que reportaron violencia física, psicológica, sexual y económica por parte su pareja. Se aplicó el Inventario de Dependencia Emocional de Aiquipa (2015) y el Cuestionario de Modos de Afrontamiento al Estrés validado por Canelo y Serpa (2018). Los resultados demostraron que 3 de cada 10 mujeres obtuvieron dependencia emocional en un nivel alto y las estrategias empleadas de forma frecuente estaban dirigidas a la búsqueda de solución del problema. Asimismo, existe una correlación estadísticamente significativa y directa entre la dependencia emocional general y las estrategias de afrontamiento enfocadas en la emoción como análisis de emociones y asistir a la religión, y con las estrategias de evitación del afrontamiento activo como la negación y conductas inadecuadas; por lo tanto, las mujeres con nivel alto de dependencia emocional empleaban 13 estrategias de afrontamiento que no están dirigidas a la búsqueda activa de solución de problemas.

Carrión y Aranda (2022), buscan hallar la relación entre la violencia hacia la mujer y estrategias de afrontamiento en madres de familia de Ucayali; usa un diseño de investigación no experimental, de corte transversal y de tipo descriptivo correlacional, trabajaron con una muestra de 302 madres de familia, con edades que oscilan entre los 18 a 60 años que fueron víctimas de violencia en algún momento de su vida; las cuales fueron evaluadas con la Escala para Determinar el Nivel de Violencia Contra la Mujer y el Cuestionario de Estimación del Afrontamiento; finalizando que las mujeres que son víctimas de violencia, están en un nivel bajo en las dimensiones estrategias de afrontamiento centrado en el problema, así como una relación inversa y significativa entre violencia contra la mujer y estrategias de afrontamiento centrados en el problema; lo que indica que, las mujeres que experimentan violencia de género no enfrentan sus dificultades ni buscan soluciones.

Huaroto en el 2021, llevó a cabo un estudio para determinar de qué manera los estilos de afrontamiento se relacionan con la resiliencia en mujeres violentadas por sus parejas atendidas en un CEM de la selva central - Satipo. La metodología utilizada fue de tipo cuantitativo, diseño no experimental, de corte transversal y alcance correlacional. Trabajó con 716 mujeres violentadas, teniendo una muestra no probabilística de 80 mujeres atendidas en el CEM comisaría Mazamari, que cumplieron con los requisitos de inclusión establecidos. Los instrumentos utilizados fueron el Inventario Multidimensional de Estimación del Afrontamiento (COPE), de Carver, Scheier & Weintraub (1989) y la Escala de Resiliencia de Wagnild & Young (1993). La autora tuvo como conclusiones que los estilos de afrontamiento se relacionan con la resiliencia en mujeres violentadas en un CEM de la selva central – Satipo. Del mismo modo, los estilos de afrontamiento centrados en el problema están vinculados con las dimensiones de competencia personal y aceptación de sí mismo y de la vida en mujeres víctimas de violencia por sus parejas. Finalmente, precisó que los estilos de afrontamiento

enfocados en las emociones están vinculados con la dimensión de competencia personal.

En la investigación realizada por Távara, (2021), donde detalla los modos de afrontamiento al estrés y afectación psicológica en una víctima de violencia por parte de su pareja mediante la evaluación psicológica forense; utilizando la metodología mixta de caso único, siendo la persona evaluada mujer de 27 años, que ha sufrido hechos de violencia, utilizó el instrumento de COPE y Escala de Auto-Medición de la depresión (EAMD), los hallazgos mostraron que la evaluada frecuentemente utiliza modos de disfuncionales de afrontamiento orientados en el control y manejo de sus emociones para reducir la tensión de una situación estresantes y que ante el estrés desarrolla un adecuado afrontamiento directo, donde la evaluada emplea con mayor frecuencia un estilo de afrontamiento centrado en las emociones. Ante lo encontrado, los estilos de afrontamiento en la evaluada, puede ser empleado como un mecanismo psicológico para que la pareja persista en su dinámica de conflictos y violencia.

Coronado, L. (2021), investigó sobre la relación entre resiliencia y los estilos de afrontamiento al estrés, en mujeres víctimas de violencia de género que acuden al CEM Comisaría Puente Piedra, siendo su enfoque básica - no experimental, participando 119 mujeres violentadas, sus edades comprenden entre los 18 a 65 años; para esta investigación se empleó la escala de resiliencia de los autores Wagnild & Young y el cuestionario de modos de afrontamiento al estrés COPE, finalizando en que existe una relación muy significativa entre las variables mencionadas ($\rho = .439$), siendo el modo de afrontamiento activo el más significativo, evidenciando también, relación entre la resiliencia y el estilo de afrontamiento enfocado en el problema y enfocado en la emoción guardan una relación positiva de magnitud moderada. Por lo tanto, se puede señalar que las mujeres estudiadas logran identificar sus capacidades y limitaciones en situaciones de estrés.

Así también, La Rosa y Ramírez (2021) en su investigación modos de afrontamiento al estrés y violencia doméstica en mujeres venezolanas residentes en Lima Metropolitana, tuvieron como objetivo general conocer la relación entre los modos de afrontamiento al estrés y la violencia doméstica, para lo cual, hicieron uso del enfoque cuantitativo, de diseño no experimental; trabajando con 306 mujeres venezolanas. Emplearon el cuestionario modos de afrontamiento al estrés, finalizando con los siguientes hallazgos: existe una relación negativa y significativa estadísticamente entre los Modos de Afrontamiento al Estrés y Violencia Doméstica. En cuanto al afrontamiento centrado en el problema obtuvo un 54.7%, un 48% en afrontamiento centrado en la emoción y en otros modos de afrontamiento 8.2% y en relación a la frecuencia en sus modos de afrontamiento la planificación es el más usado (44.1%) y pocas veces el modo distracción (37.3%).

Por su parte, Jara (2021), investigó Estilos de Afrontamiento al Estrés en mujeres víctimas de violencia en una comisaría de familia en Nuevo Chimbote en el 2020; considerando a 87 mujeres víctimas de violencia, trabajando con la encuesta y el cuestionario de COPE, con un diseño cuantitativo descriptiva simple, donde llegó a la conclusión que el mayor estilo de afrontamiento utilizado en las mujeres víctimas, son los enfocados en el problema con un 56%. Así mismo, que el estilo de afrontamiento centrado en el problema, el afrontamiento directo es el más utilizado con un 93% y de menor uso el de planificación con un 63%. Por otro lado, en la dimensión afrontamiento centrado en la emoción, la estrategia de la religión es el más utilizado con un 87%, y menos usado liberar emociones en un 90%. Por último, en la dimensión otros afrontamientos, el desentendimiento conductual es el más usado con un 74%.

Bustamante en el año 2020, buscó determinar si existe una relación entre las dimensiones de las estrategias de afrontamiento y el nivel de

resiliencia. Para ello, trabajó con 251 víctimas de violencia familiar, atendidas en una institución de Ciencias Forenses de Tarma. El diseño fue descriptivo correlacional y los instrumentos empleados fueron el Inventario de Estrategias de Afrontamiento y la Escala de Resiliencia de Wagnild y Young. Como resultado obtuvo que tres de las cinco estrategias de afrontamiento ante el estrés centrado en el problema se relaciona con la resiliencia, con unos coeficientes de .351, .544 y .409. Por otro lado, las estrategias de afrontamiento centradas en la emoción se relacionan con la Resiliencia, que tienen unos coeficientes entre .139 y .512; y dos de las otras estrategias de afrontamiento se relacionan directamente con la resiliencia (coeficientes de .524 y .392). Para finalizar, la estrategia afrontamiento directo, perteneciente a la dimensión de estrategias centradas en el problema, no guardó relación con la Resiliencia (coeficiente de -.057).

Consideramos describir la investigación de Concha et al.(2020), que realizaron un estudio para establecer la dependencia emocional y los modos de afrontamiento al estrés en mujeres víctimas de violencia por parte de su pareja, dónde el tipo de investigación realizada fue de tipo descriptiva correlacional, usando una muestra de 215 mujeres entre casadas o convivientes, cuyas edades están comprendidas entre los 20 años a 60 años, para lo cual, utilizaron el cuestionario de Dependencia emocional de los autores Lemos y Londoño (2006) y el cuestionario de Modos de afrontamiento de Carver, Scheiery Weintraub (1989); llegando a las conclusiones que el 71,6% no presentan dependencia emocional. Además, que los modos de afrontamiento que hacen uso va depender de las circunstancias, en la estrategia de búsqueda de apoyo social se evidencia un 59,5%, en la búsqueda de soporte emocional un 62,3% y reinterpretación positiva y desarrollo personal un 72,1%. Así pues, el estrés surge como resultado de la relación entre la persona y su ambiente que percibe como una amenaza.

Macedo & Chávez (2019), con su investigación denominada Afrontamiento de estrés en mujeres víctima de violencia doméstica registrado en el CEM del distrito de San Juan Bautista, presentaron como objetivo determinar la incidencia del afrontamiento de estrés en mujeres víctimas de violencia doméstica, usando un total de 112 participantes, utilizando el instrumento de COPE de Carver y sus colaboradores (1989), de adaptación peruana por Casuso (1996). Siendo su metodología no experimental, de corte transversal. Al finalizar su investigación detectaron que las estrategias de afrontamiento más utilizadas se encuentran en otras estrategias de afrontamiento (83% busca con regularidad diversiones relajantes), seguido de afrontamiento enfocado al problema (36.6% que recurren frecuentemente a la reducción de la tensión) y el enfocado a la emoción (35.7% invierten con regularidad en amigos íntimos y 49.7% utilizan en enfocarse en lo positivo). Este estudio revela que las estrategias de afrontamiento al estrés, se exteriorizan cuando las personas perciben una situación estresante y buscan reducir la ansiedad y lograr así el balance del equilibrio de la situación antes perdida.

Araujo (2018), el propósito de su investigación fue establecer las estrategias de afrontamiento de las mujeres víctimas de violencia de pareja de Villa San Isidro – Corrales – Tumbes 2018, siendo de corte descriptivo cuantitativo. En el que participaron 50 mujeres, y se aplicó el inventario de respuestas de afrontamiento para adultos (CRI-A) y la ficha de tamizaje de violencia. Para examinar sus resultados utilizó la estadística descriptiva y concluyó que las estrategias más usadas por las participantes fueron la dimensión cognitiva; la estrategia evitación cognitiva (50%). En cuanto a la dimensión conductual; la descarga emocional y búsqueda de recompensas alternativas, ambas en un (36%). Y la menos utilizada en la dimensión cognitiva fue la reevaluación positiva con un total de (14%).

Finalmente, Canelo y Serpa (2018) evaluaron el aspecto de la validez de constructo del Cuestionario de Afrontamiento, usando técnicas multivariantes. En la investigación participaron 267 mujeres, con edades entre 18 a 70 años de edad, además, se empleó la versión completa del cuestionario COPE. Los autores confirmaron mediante el uso del Análisis Factorial Confirmatorio y los ajustes del modelo global que los resultados eran aceptables y buenos. Así, concluyeron que el cuestionario en mención es un instrumento válido para evaluar las estrategias de afrontamiento al estrés en mujeres que han sufrido violencia en su relación de pareja.

Estado del Arte

La violencia psicológica en contra de las mujeres es un tema de salud pública a nivel mundial que ha sido materia de múltiples investigaciones en las últimas décadas. El abuso psicológico hacia las mujeres repercute de manera devastadora en la salud mental, física y social de las sobrevivientes. Con el tiempo, las personas afectadas suelen padecer trastornos de ansiedad y depresión, baja autoestima, dificultades en las relaciones interpersonales y problemas de salud física. Estos efectos negativos pueden persistir durante años e incluso décadas, afectando significativamente la calidad de vida de las mujeres y sus familias. Es fundamental implementar programas de prevención y apoyo integral para las sobrevivientes a fin de mitigar estas consecuencias y promover su recuperación. Aunque se han logrado avances notables en la interpretación de este fenómeno, aún persisten brechas en el conocimiento y en el desarrollo de estrategias de prevención y atención.

El estudio de los modos de afrontamiento al estrés ha revelado una amplia gama de estrategias que las personas utilizan para gestionar circunstancias desafiantes. Desde perspectivas enfocadas en el problema, como la solución de problemas y la búsqueda de apoyo social, hasta estrategias centradas en las emociones, como la aceptación y la reinterpretación positiva, las personas desarrollan diversas herramientas

para hacer frente a la adversidad. Sin embargo, la efectividad de estas estrategias fluctúa dependiendo de diversos factores individuales y contextuales. El estudio actual se enfoca en identificar los elementos que anticipan la implementación de estrategias de afrontamiento adaptativas y en desarrollar intervenciones para promover el bienestar psicológico.

Se hallaron 19 investigaciones, de las cuales 15 fueron de enfoque cuantitativo, donde 7 de ellas fueron de tipo transversal- correlacional, para conocer la relación entre dos variables (Chero, 2024; Carrión & Aranda, 2022, La Rosa & Ramírez, 2021; Concha et al., 2020; Mamani, 2020; Garabito, 2020; Bustamante 2020.) Así mismo, 8 fueron no experimental- transversal - descriptiva, para poder describir la condición presente de una variable detectada. (Cabrera & Campos, 2023; Escobar, 2023; Jara, 2021; Huaroto, 2021; Benalcazar et al., 2020; Coronado, 2020; Macedo & Chávez, 2019; Araujo, 2018). Por otro lado, 2 realizaron investigaciones con un enfoque mixto; fusionando la visión cuantitativa y cualitativa en una única investigación y proporcionar un análisis más detallado. (Távora, 2021; Cofre, 2020), finalizando con 2 enfoques de tipo cualitativo (Fong, 2020; Canelo & Cerpa 2018). Para conseguir una comprensión detallada y profunda de las visiones, sentimientos, creencias y motivaciones de los individuos en relación con temas, situaciones o fenómenos particulares; por tal motivo estas investigaciones son útiles para indagar en temas novedosos, que requieren un entendimiento minucioso y no han sido previamente estudiados.

En cuanto a los instrumentos empleados para evaluar afrontamiento al estrés en sus investigaciones, se halló que 12 investigaciones han utilizado el cuestionario Modos de Afrontamiento al Estrés (COPE); (Chero, 2024; Escobar, 2023; Carrión & Aranda, 2022; Távora, 2021; Jara, 2021; Huaroto, 2021; La Rosa & Ramírez, 2021; Coronado, 2020; Concha et al., 2020; Bustamante 2020; Macedo & Chávez, 2019; Canelo & Cerpa 2018). Por otro lado, 3 de ellos han hecho uso del Inventario de Estrategias de Afrontamiento (CSI); para encontrar el tipo de

circunstancias que generan problemas a las personas y como estas lo enfrentan. (Cabrera & Campos, 2023; Mamani, 2020; Cofre, 2020), sin embargo, los siguientes autores hicieron uso de diferentes herramientas en sus investigaciones; Garabito, (2020), usó el cuestionario de auto informe de Brief Cope de estrategias de afrontamiento, Benalcazar et al., (2020); hizo uso de la Encuesta, diseñada para reconocer la red de apoyo en mujeres víctimas de violencia, Fong, (2020), hizo uso de la entrevista semi estructurada y Araujo,(2018) realizó su estudio con el Inventario de respuesta de Afrontamiento al estrés para adultos (CRI-A).

En conclusión, las mujeres víctimas de violencia utilizan con mayor frecuencia las estrategias de afrontamiento centrado en el problema (Escobar, 2023; La Rosa y Ramírez, 2021; Jara, 2021; y Cofre, 2020). En contraste a lo hallado por Távara (2023) y Concha et al., (2020) que, en sus investigaciones, sus evaluadas empleaban el modo de afrontamiento centrado en la emoción; agregando lo concluido por Macedo & Chávez (2019) que las estrategias de afrontamiento más comunes implican el uso de actividades relajantes y de distracción.

Por otro lado, Mamani (2020), Carrión y Aranda (2022) y Escobar (2023) coinciden que las mujeres víctimas de violencia no presentan una búsqueda activa de soluciones ante los problemas o las estrategias que aplican la ejercen de una forma ineficiente predominando la evitación o negación.

Finalmente, en relación a otras variables como la resiliencia, autores como Huaroto (2021), Coronado (2021) y Bustamante (2020) quienes coinciden que hay una correlación directa y significativa entre los modos de afrontamiento y la resiliencia en las mujeres que sufren de violencia.

Las mujeres víctimas de violencia psicológica emplean diversas estrategias de afrontamiento, aunque estas pueden variar en función de factores individuales y contextuales. Si bien se han identificado algunas estrategias comunes, es necesario profundizar en la investigación para

comprender mejor cómo estas estrategias influyen en la recuperación y desarrollar intervenciones más efectivas basadas en la evidencia. Aunque varias investigaciones señalan acerca de las estrategias de afrontamiento utilizadas por mujeres víctimas de violencia, estas presentan resultados diversos y a menudo contradictorios, requiriendo más investigaciones para un entendimiento más profundo de los factores que influyen en la elección de una estrategia u otra. Por ese motivo, la presente investigación busca responder ¿Cuáles son los modos de afrontamiento al estrés en mujeres víctimas de violencia psicológica de pareja de Lima Este?

2.2. Fundamentación Teórica

2.2.1. Afrontamiento al Estrés

A. Definición

El manejo del estrés es un mecanismo de adaptación psicológica que el ser humano desarrolla ante diversas circunstancias cambiantes y estresantes que experimenta diariamente, que implica la utilización de recursos emocionales, cognitivos y comportamentales, empleados como un elemento estabilizador que les facilita mantener su adaptación psicosocial. (Lazarus & Folkman, 1986), para los autores Carver, et al., (1989), son formas concretas e individuales de responder ante cualquier situación que provoque amenaza, perjuicio y/o pérdida, o métodos de hacerles frente a situaciones estresantes; por lo tanto, estas estrategias de afrontamiento son formas específicas que tiene el individuo para reaccionar ante situaciones inesperadas que le generan desequilibrio en los diversas áreas de su vida, las cuales le permitirá hacerles frente y pueda recuperar su equilibrio y estabilidad.

B. Dimensiones

Para Carver et al., (1989). Las divide:

El afrontamiento centrado en el problema, se enfoca en el manejo directo del problema y permite que el individuo actúe o

resuelva la situación de conflicto. Dentro de esta dimensión se hallan las estrategias siguientes: afrontamiento activo (que implica actuar de forma directa o tomar medidas para evitar el factor estresante), planificación (un proceso de reflexión para idear cómo afrontar el factor de estrés), supresión de actividades distractoras (es decir, apartar actividades con la meta de prevenir tanto la distracción como el estresor), postergación del afrontamiento (esperar la situación adecuada para actuar o confrontar el conflicto) y la búsqueda de apoyo social por razones instrumentales (referida a obtener información o asesoramiento para encontrar soluciones). En general, las personas que utilizan con mayor frecuencia este tipo de afrontamiento suele ajustarse de manera más efectiva al estrés de la vida y presentar menos signos psicológicos.

El afrontamiento centrado en la emoción, busca regular las emociones y sentimientos generados por el estrés. Es fundamental tener en cuenta que el factor externo estresante no se puede modificar con facilidad; por lo tanto, el individuo intenta autorregularse emocionalmente. Las estrategias que abarca esta dimensión incluyen: la búsqueda de apoyo social por razones emocionales (es decir, buscar respaldo moral y entendimiento en su entorno para reducir el impacto emocional adverso); reinterpretación positiva y crecimiento (la persona evalúa la problemática otorgándole un sentido positivo, considerándola así como un aprendizaje); la aceptación (que implica reconocer la presencia del conflicto y aprender a convivir con la situación); acudir a la religión (acudir a lugares de índole religiosa en momentos de estrés para aliviar la tensión); y finalmente, enfocar y liberar emociones (dar relevancia o prestar mayor interés a las emociones incómodas y exteriorizarlas).

Otra dimensión, denominada “otros modos de afrontamiento”, se fundamenta en la expresión de las emociones que surgen a partir de algún componente estresor e incluye estrategias como la negación (que ocurre cuando se descarta la convicción de que existe la condición estresante), el

desentendimiento conductual (se refiere a la disminución del esfuerzo empleado para afrontar el componente estresor), el desentendimiento mental (actividades que permiten la distracción y apartar su atención del problema), el humor (bromas o risas sobre situaciones estresantes) y consumo de alcohol o drogas (utilizadas para percibirse más a gusto o sobrellevar la situación). Sin embargo, estas estrategias pueden tener consecuencias negativas si se emplean de manera inapropiada. Cada una de estas dimensiones busca que la persona reduzca el desequilibrio o impacto emocional generado por las situaciones de estrés. Esto dependerá de los recursos individuales y de la evaluación que se realice, con la finalidad de alcanzar estabilidad y equilibrio.

2.2.2. Violencia

A. Definición

Existen múltiples definiciones y estudios acerca de la violencia, por ser un tema de interés mundial, la lucha contra la violencia se ha convertido en una constante debido a que representa un asunto de salud pública. Por lo tanto, según la OMS (2017) la violencia contra la mujer se define como cualquier acto de violencia de género, que afecta de forma psicológica, física o sexual a la mujer. esto comprende coaccionar, amenazar y privarla de su derecho a actuar de manera libre, ya sea en el ámbito público o privado; sin embargo, las repercusiones de la violencia son inmensas y puede ser visualizado en las distintas áreas en las que sucede, por lo tanto, en el presente estudio nos enfocamos en la violencia de naturaleza emocional o psicológica, por ser una de las violencias más devastadoras y complejas, ya que sus secuelas psíquicas no son observables de forma externa y los daños que está ocasiona no se refleja de forma explícita como los otros tipos de violencia. Asimismo, el maltrato emocional es un tipo de maltrato no perceptible, no deja huellas físicas y va causando el deterioro de las defensas psicológicas y afectando gradualmente la autoestima.

B. Violencia Psicológica

La OMS define la violencia psicológica como cualquier comportamiento que provoque perjuicio emocional o psicológico, que incluya la intimidación, la humillación, la manipulación y la coersión (OMS, 2013). Así mismo, en la Ley 30364 en su artículo 8 define a la Violencia psicológica como la acción u omisión, que busca dominar o aislar a la persona contra de su voluntad, a humillarla, avergonzarla, insultarla, estigmatizar o estereotipar, independientemente del tiempo que se necesite para su mejora. Por todo lo expuesto, la violencia psicológica son las desvalorizaciones, humillaciones, descalificaciones, insultos, gestos, restricciones, entre otras que van deteriorando la autoconfianza de la mujer, generando consecuencias cada vez más serias como el temor, la ansiedad, la depresión y el estrés postraumático.

Capítulo III

3. Diagnóstico del problema

3.1. Propósito del diagnóstico

Esta investigación persigue el propósito de describir los modos de afrontamiento al estrés en mujeres víctimas de violencia psicológica de pareja en Lima Este, 2025, a través del Cuestionario de Modos de Afrontamiento al Estrés de Casaretto y Chau (2016).

3.2. Metodología

3.2.1. Tipo, alcance y diseño

Esta investigación se enmarca en el diseño metodológico básico, nivel descriptivo simple, cuyo objetivo es describir y comprender la condición actual de la víctima de violencia de acuerdo a sus modos de afrontamiento al estrés. Cómo lo manifiestan Hernández et al., (2014). Este tipo de estudios se concentra en producir conocimientos y entender los fenómenos de forma teórica y conceptual. Así mismo, se desarrollará bajo el diseño no experimental, transversal, donde nos enfocaremos en describir características de la población en estudio y no se alterarán las variables; lo cual es respaldado por Hernández & Mendoza (2018) quienes refieren que este tipo de investigación se centra en detallar y examinar una circunstancia o fenómeno en un instante concreto, sin alterar variables ni establecer una relación de causa y efecto.

3.2.2. Participantes involucrados

Para el presente trabajo de investigación, la población objeto de estudio estará compuesta por mujeres que reportan violencia psicológica ocasionada por su pareja, de Lima Este (Puruchuco II). La selección de la muestra se realizará a través de un muestreo no probabilístico de conveniencia, considerando la accesibilidad de la población objetivo, haciendo un total de 15 personas; como refiere Hernández et al., (2014) definen la muestra viene hacer un conjunto reducido de elementos o personas escogidas de la población para representarla en el estudio; así

mismo, al muestreo no probabilístico, donde la elección de los elementos de la muestra no se fundamenta en la probabilidad, sino en otros criterios. Por lo tanto, nuestra muestra será conformada por personas que denuncian violencia psicológica ejercida por su pareja.

❖ **Criterios de Inclusión**

Mujeres de 18 a 47 años, que denuncian ser víctimas de violencia psicológica ejercida por su pareja en el año 2025; que tengan grado de instrucción como mínimo secundaria incompleta

Tabla 1

Edades de las mujeres encuestadas por violencia psicológica por su pareja.

RANGO DE EDADES	f°	%
De 18 -22 años	1	6.67%
De 23 – 27 años	3	20%
De 28 – 32 años	3	20%
De 33 – 37 años	2	13.33%
De 38 – 47 años	6	40%
TOTAL	15	100 %

Tabla 2

Grado de Instrucción de personas encuestadas por violencia psicológica por su pareja.

GRADO DE INSTRUCCIÓN	f°	%
Secundaria Incompleta	3	20%
Secundaria completa	5	33.33%
Técnico Incompleto	0	0%
Técnico Completo	0	0%
Superior Incompleto	2	13.33%
Superior Completo	5	33.34%

Tabla 3

Estado civil de personas encuestadas por violencia psicológica por su pareja.

ESTDO CIVIL	f°	%
Conviviente	5	33.33%
Ex conviviente	5	33.33%
Casada	4	26.67 %
Separada	1	6.67%

❖ **Criterios de Exclusión**

Los criterios para ser excluidos es ser iletradas, no encontrarse en el rango de edades establecidas, no firmar su consentimiento informado, tener algún déficit cognitivo que limita su capacidad de entendimiento del Cuestionario de Modos de Afrontamiento (COPE), así como presentar alteraciones perceptuales y del pensamiento.

3.2.3. Operacionalización de variables

Definición Operacional	Objetivo General:	* Describir los modos de afrontamiento al estrés en mujeres víctimas de violencia psicológica de pareja de Lima Este		
	Objetivos específicos:		Dimensiones	Ítems / enunciados / reactivos
Son formas concretas e individuales de responder ante cualquier situación que provoque amenaza, perjuicio y/o pérdida, o métodos de hacerles frente a situaciones estresantes. Carver, et al., (1989, como lo citó Casaretto y Chau, 2016).	Describir el modo de afrontamiento enfocado en el problema en mujeres víctimas de violencia psicológica de pareja de Lima Este	MODOS DE AFRONTAMIENTO AL ESTRÉS	Afrontamiento enfocado en el problema	Afrontamiento activo (5,25,47 y 58) Planificación (19,32,39 y 56) Supresión de actividades distractoras (15,33,42 y 55) Postergación del afrontamiento (10,22,41 y 49) Búsqueda de apoyo social por razones instrumentales (4,14,30 y 45)
	Describir el modo de afrontamiento enfocado en la emoción en mujeres víctimas de violencia psicológica de pareja de Lima Este		Afrontamiento enfocado en la emoción	Búsqueda de apoyo social por razones emocionales (11,23,34 y 52) Reinterpretación positiva y crecimiento (1,29,38 y 59) Aceptación (13,21,44 y 54) Acudir a la religión (7,18,48 y 60) Enfocar y liberar emociones (3,17,28 y 46)
	Describir otros modos afrontamiento en mujeres víctimas de violencia psicológica de pareja de Lima Este		Otros modos de afrontamiento	Negación (6,27,40 y 57) Desentendimiento conductual (9,24,37 y 51) Desentendimiento mental (2,16,31 y 43) Humor (8,20,36 y 50) Consumo de alcohol o drogas. (12,26,35 y 53)

3.3. Técnica e instrumento de recolección de datos – Ficha técnica

Este trabajo de investigación hace uso del instrumento como método para recolectar información, como lo explica Hurtado (2000), que manifiesta que el instrumento constituye la vía mediante la cual es posible describir cómo se puede utilizar un método de recopilación de datos específico. Por lo tanto, se estará utilizando el Cuestionario de Estimación de Afrontamiento (COPE), el cual fue elaborado por Carver et al., (1989) de acuerdo al modelo teórico de Lazarus y modelo de autorregulación conductual de Carver y Scheier. Este cuestionario presenta 60 ítems, dividido en 3 modos de afrontamiento al estrés, subdivididos en 15 escalas conceptualmente distintas. Las puntuaciones más elevadas en la escala indican que la estrategia de afrontamiento de dicha escala es la más utilizada.

Tabla 5

Ficha técnica - Cuestionario de Modos de Afrontamiento

FICHA TÉCNICA	
1. Nombre del instrumento:	Cuestionario de Modos de afrontamiento al estrés
2. Autor:	Casaretto y Chau (2016) versión peruana
3. Año de Publicación:	2016
4. Objetivo:	Evalúa estrategias de afrontamiento frente el estrés
5. N° de Ítems:	60 con 3 dimensiones
6. Rango de aplicación:	Adolescentes y adultos de 16 años en adelante
7. Administración:	Individual, 15 mujeres
8. Confiabilidad y validez:	Alfa de Cronbach 0.53 a 0.91 Estudio factorial exploratorio, empleando un análisis con rotación oblicua y extracción de componentes principales; logró resultados apropiados KMO=0.798, $p=0.01$; $\chi^2=8529.48$; $gl=1770$, $p<0.01$.

9. Dimensiones evaluadas:
- a) Afrontamiento centrado en el problema
 - b) Afrontamiento centrado en la emoción
 - c) Otros estilos de afrontamiento

10. Dirección: <https://www.aidep.org/sites/default/files/articles/R42/Art9.pdf>

Fuente: Elaboración propia.

3.4. Técnica de Análisis de Datos

El primer procedimiento en esta de investigación será recibir a las usuarias que han presentado una denuncia en contra su pareja sentimental por violencia psicológica. Se les explicará brevemente la finalidad de la investigación y se pedirá su autorización para participar. Posteriormente, se pedirá que desarrollen el cuestionario de Modos de Afrontamiento (COPE), el cual nos permitirá recolectar datos requeridos para su posterior análisis. Finalmente, se llevará a cabo el estudio descriptivo de la población en investigación

Resultados

A continuación, se muestran los resultados logrados mediante la aplicación del cuestionario Modos de afrontamiento al estrés (COPE):

Tabla 6

Modos de Afrontamiento al Estrés -Dimensiones

Dimensiones	%
Afrontamiento enfocado en el problema	36
Afrontamiento enfocado en la emoción	40
Otros modos de afrontamiento	24
Total	100

Fuente: Elaboración propia.

De un total de 15 evaluadas que son víctimas de violencia psicológica por parte de su pareja, la mayoría (40%) muestran un modo de afrontamiento al estrés enfocado en la emoción. En segundo lugar, un 36% de las evaluadas tienen un modo de afrontamiento al estrés enfocado en el problema. Y solo el 24% del total de evaluadas presenta otros modos de afrontamiento al estrés.

Es importante destacar que, si bien las evaluadas presentan un modo de afrontamiento del estrés predominante, no implica que utilicen estrategias pertenecientes a dicho modo únicamente. Como se describe más adelante, cada indicador de los modos de afrontamiento y las tendencias de uso por parte de las evaluadas.

Tabla 7

Organización de datos - Cuestionario de Modos de Afrontamiento al Estrés

DIMENSIONES	INDICADORES	Casi nunca hago esto	A veces hago esto	Usualmente hago esto	Hago esto con mucha frecuencia	TOTAL
	Afrontamiento activo	13.3	31.7	21.7	33.3	100%
DIMENSIÓN I: Afrontamiento enfocado en el problema	Planificación	10	30	18.3	41.7	100%
	Supresión de actividades distractoras	43.3	26.7	13.3	16.7	100%
	Postergación del afrontamiento	23.3	28.4	23.3	25	100%
	Búsqueda de apoyo social por razones instrumentales	8.4	28.3	28.3	35	100%
DIMENSIÓN II: Afrontamiento enfocado en la emoción	Búsqueda de apoyo social por razones emocionales	5	45	20	30	100%
	Reinterpretación positiva y crecimiento	11.6	21.7	30	36.7	100%
	Aceptación	15	26.6	25	33.4	100%
	Acudir a la religión	18.3	11.7	15	55	100%
DIMENSIÓN III: Otros modos de afrontamiento	Enfocar y liberar emociones	33.3	33.3	25	8.4	100%
	Negación	56.7	21.7	13.3	8.3	100%
	Desentendimiento conductual	60	26.7	10	3.3	100%
	Desentendimiento mental	28.3	30	18.3	23.4	100%
	Humor	65	26.7	8.3	0	100%
	Consumo de alcohol o drogas	96.7	0	3.3	0	100%

FUENTE: Elaboración propia.

En la tabla número 7 se observa que, dentro de la dimensión I: afrontamiento enfocado en el problema, la estrategia de planificación obtuvo un puntaje de 41.7%, el cual indica que estas mujeres recurren a idear

estrategias de acción, que implica reflexionar que acciones seguir y cuál es la forma más efectiva de manejar la situación.

En la dimensión II: afrontamiento enfocado en la emoción, la religión obtuvo el mayor porcentaje con un 55%, lo cual implica que sus estrategias van mayormente relacionadas con acudir a espacios o actividades religiosas a sus creencias y fe, que le permitirá disminuir sus niveles de estrés.

Finalmente, en la dimensión III: otros modos de afrontamiento, el desentendimiento mental es el más frecuentemente usado que corresponde al 23.4%, en contraparte se encontró que el 96.7% de las participantes no hacen uso del alcohol y drogas en situaciones de estrés.

Conclusiones

En el presente trabajo de investigación obtuvimos las siguientes conclusiones:

1. De acuerdo a nuestro objetivo general, las mujeres víctimas de violencia psicológica de pareja, en su totalidad hacen uso de estrategias de afrontamiento, las cuales les permite ser usadas como recursos para enfrentar situaciones que le generan algún tipo de desequilibrio en su vida; siendo la dimensión más usada por ellas, el afrontamiento centrado en la emoción, indicándonos que en su mayoría las mujeres víctimas de violencia, se esfuerzan por manejar y regular sus emociones expresándolas, buscando apoyo en su entorno, evaluando la situación problemática y encontrando un aprendizaje de esa experiencia, lo que le permite hacer frente a estas situaciones desagradables y poder encontrar un equilibrio emocional ante lo experimentado.

2. En cuanto a nuestro primer objetivo específico sobre el modo de afrontamiento enfocado en el problema, las mujeres víctimas de violencia psicológica de pareja, frecuentemente recurren a la planificación, para hacer frente a situaciones de violencia, indicándonos que estas mujeres recurren más al pensar y planificar sus esfuerzos para hacer frente a situaciones de estrés. Así mismo realizan un afrontamiento activo para tomar medidas necesarias que les permita eliminar el estresor que enfrentan, permitiéndoles una mejor adaptación a su entorno.

3. En relación al segundo objetivo específico, las participantes demostraron una tendencia más elevada a utilizar estrategias de afrontamiento centradas en la emoción que involucran búsqueda de significado espiritual. Con frecuencia, acudían a espacios religiosos para aliviar su tensión, revalorizar sus problemas desde una perspectiva más positiva y encontrar

un sentido a sus experiencias. Sin embargo, se observó una menor frecuencia en el uso de estrategias que implican una expresión directa y consciente de las emociones negativas.

4. En relación al tercer objetivo específico, relacionado a la dimensión otros modos de afrontamiento, las mujeres víctimas de violencia psicológica de pareja tienden a utilizar estrategia del desentendimiento mental, indicándonos que procuran distraerse con otras actividades para desviar su atención del problema. Por otro lado, las participantes demostraron no recurrir al alcohol o drogas en situaciones de estrés.

Referencias

- Aizpurúa et al., (2021). Controlling Behaviors and Intimate Partner Violence Among Women in Spain: An Examination of Individual, Partner, and Relationship Risk Factors for Physical and Psychological Abuse. *Journal of Interpersonal Violence*, 36(1-2), 231-254. <https://doi.org/10.1177/0886260517723744>
- Akl et al. (2023). Estrategias de afrontamiento en mujeres víctimas de violencia intrafamiliar. *Cultura Educación y Sociedad* 7(2), 105-121. DOI: 10.17981/cultedusoc.07.2.2016.7
- Amor et al.(2002). Repercusiones psicopatológicas de la violencia doméstica en la mujer en función de las circunstancias del maltrato. *Revista Internacional de Psicología Clínica y de la Salud*, 2(2), 227-246.
- Amor & Echeburúa (2010). Claves Psicosociales para la Permanencia de la Víctima en una Relación de Maltrato. *Clínica Contemporánea*, 1(2), 97-104.
- Araujo, R. (2018). *Estrategias de afrontamiento de las mujeres víctimas de violencia de pareja en el centro poblado de Villa San Isidro; Corrales- Tumbes 2018*. [Tesis de bachiller, Universidad Nacional de Tumbes]. Repositorio Institucional de la Universidad Nacional de Tumbes.
- Badenes et al. (2023b). Spanish adaptation and validation of the World Health Organization's violence against women instrument. *Psicothema*, 35(2), 202-210. <https://doi.org/10.73341/psicothema2022.197>
- Benalcázar et al. (2020). *Mujeres víctimas de violencia de género en Ecuador: redes de apoyo y estrategias de afrontamiento*. [Tesis de bachiller], Universidad Nacional de Tumbes.
- Bonanno (2004). Los trauma, and human resilience: ¿have we underestimated the human capacity to thrive after extremely aversive events? *American Psychologist*, 59(1), 20-28.
- Bustamante, S. (2020). *Afrontamiento y resiliencia en víctimas de violencia familiar en la provincia de Tarma – 2019*. [Tesis de maestría]. Universidad San Martín de Porres

https://repositorio.usmp.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12727/6963/BUSTAMANTE_MS.pdf?sequence=3&isAllowed=y

Cabrera & Campos (2023). Estrategias de afrontamiento en mujeres víctimas de violencia intrafamiliar del Programa Municipal Casa de la Mujer en el periodo 2022-2023 [Tesis de Grado, Universidad de Cuenca]. Repositorio institucional de la Universidad de la Cuenca <http://dspace.ucuenca.edu.ec/handle/123456789/42417>

Carlos, M. (2017). Modos de afrontamiento al estrés en mujeres víctimas de violencia ejercida por su pareja del Poblado de Monte Sion – Callao [Tesis de bachiller]. Universidad César Vallejo.

Carrión y Aranda (2022). *Violencia hacia la mujer y estrategias de afrontamiento en madres de familia de Ucayali, Perú*. Universidad Peruana Unión. <https://apuntesuniversitarios.upeu.edu.pe/index.php/revapuntes/article/view/1135/909>

Cassaretto & Chau (2016). Afrontamiento al Estrés: Adaptación del Cuestionario COPE en Universitarios. *Revista Iberoamericana de Diagnóstico y Evaluación Psicológica*. RIDEP, 42(2), 95-109. <https://www.aidep.org/sites/default/files/articles/R42/Art9.pdf>.

Carver et al. (1989). assessing coping strategies: a theoretically based approach. *journal of personality and social psychology*, 56(2), 267-283. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.56.2.267>

Castillo, E. (2017). Dependencia emocional, estrategias de afrontamiento al estrés y depresión en mujeres víctimas de violencia de pareja de la ciudad de Chiclayo. *Revista Paian*, 8(2), 36-62.

Cervera Pérez et al. (2020) Consecuencias Del Maltrato Crónico Intrafamiliar En La Infancia: Trauma Del Desarrollo <https://www.redalyc.org/journal/778/77865632009/77865632009.pdf>

Chero, S. (2024). *Violencia psicológica y estrategias de afrontamiento de mujeres víctimas de violencia de género de un centro especializado en San Juan Lurigancho* [Tesis de maestría]. Universidad Ricardo Palma.

<https://repositorio.urp.edu.pe/server/api/core/bitstreams/ad3a885a-aebf-485c-b095-fc0fb3361915/content>

Cobos, E. (2016). *Apego, resiliencia y afrontamiento: un estudio con víctimas de violencia de género* [Tesis Doctoral, Universidad Complutense de Madrid]. Repositorio institucional de la Universidad Complutense de Madrid <https://docta.ucm.es/entities/publication/390dc017-c006-4f37-98c0-dea59f7811da>

Cofre, G. (2020). *Autoconcepto y estrategias de afrontamiento en mujeres víctimas de violencia, estudio realizado en terapia mujeres del SEDEGES de la ciudad de La Paz* [Tesis de Grado, Universidad Mayor de San Andrés]. Repositorio institucional de la Universidad Mayor de San Andrés <https://repositorio.umsa.bo/xmlui/handle/123456789/24992>

Colque, J. (2020). Consecuencias psicológicas en mujeres víctimas de violencia de pareja. *Revista sobre Educación y Sociedad*. 15(1). 5-22. <https://doi.org/10.35756/educaumch.v1i15.129>

Concha, M. (2020). *Dependencia emocional y modos de afrontamiento al estrés en mujeres víctimas de violencia infligida por la pareja, Chimbote, 2019*. [Tesis doctoral, Universidad César Vallejo]. Repositorio Institucional de la Universidad César Vallejo. https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/45754/Concha_HMA-SD.pdf?sequence=1&isAllowed=y

Coronado, C. (2021). *Resiliencia y estilos de afrontamiento al estrés, en mujeres víctimas de violencia de género que acuden al CEM comisaría Puente Piedra, 2020*. [Tesis de maestría. Universidad San Martín de Porres]. https://repositorio.usmp.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12727/10397/CORONADO_DC.pdf?sequence=1&isAllowed=y

Cristóbal & Sánchez (2014). La violencia doméstica a juicio: todo lo que necesita saber. *Académica Española*.

Deza, S. (2012) ¿por qué las mujeres permanecen en relaciones de violencia? *Avance en psicología*, 20 (1), 1 -11.

Echeburúa, E. (1998) Manual de violencia familiar. Siglo veintiuno.
<https://www.studocu.com/es-mx/document/centro-de-estudios-docentes-e-investigacion/recursos-humanos/356963790-libro-manual-violencia-familiar-echeburua-pdf/8724497>

El estrés un problema de salud del mundo actual. Revista *CON-CIENCIA*, Rev.Cs.Farm. Y Bioq vol.2 no.1 La Paz 2014. Encontrado en http://www.scielo.org.bo/scielo.php?pid=S231002652014000100013&script=sci_arttext

El modelo de coping de Folkman y Lazarus: aspectos históricos y conceptuales. Rev. Psicol. Saúde [online]. 2019, vol.11, n.2, pp.55-66. ISSN 2177-093X. http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2177-093X2019000200005&lng=pt&nrm=iso&tlng=pt

Dependencia emocional y estrategias de afrontamiento al estrés en mujeres víctimas de violencia de pareja. Tesis de maestría, Universidad Femenina del Sagrado Corazón]. Repositorio Institucional de la Universidad Femenina del Sagrado Corazón.

Estilos de afrontamiento al estrés y bienestar psicológico en adolescentes Horizonte de la Ciencia, vol. 12, núm. 22, pp. 253-262, 2022 Universidad Nacional del Centro del Perú.

Fong, V. (2020). *Estrategias de afrontamiento más utilizadas frente a la violencia de género a partir de la narrativa de dos mujeres de la ciudad de Medellín 2020-2* [Tesis de Grado, Corporación Universitaria Minuto de Dios]. Repositorio institucional de la Corporación Universitaria Minuto de Dios <https://repository.uniminuto.edu/handle/10656/12887?mode=full>

Galego, V. (2013). Autonomía personal y afrontamiento en mujeres en situación de maltrato [Tesis Doctoral, Universidad de Deusto]. Repositorio institucional de la Universidad Deusto <https://repositorio.deusto.es/items/73c3dc4d-af94-4d54-8a4e-234f24cdd713>

- Galvis, M. & Garrido, V. (2016) Boletín criminológico. Instituto andaluz interuniversitario de Criminología: Menores, víctimas directas de la violencia de género, 5(2016), 1 -10
- Herman, J. L. (1992). Trauma y recuperación. Madrid: Siglo XXI.
- Hernández et al., (2014). Metodología de la investigación. México: Editorial McGraw-Hill.
- Hooks, B. (2000). El feminismo es para todo el mundo. Madrid: Traficantes de Sueños.
https://traficantes.net/sites/default/files/pdfs/TDS_map47_hooks_web.pdf
- Huaroto, X. (2021). Estilos de afrontamiento y resiliencia en mujeres violentadas por sus parejas atendidas en un Centro de Emergencia Mujer en Satipo. [Tesis de maestría]. Universidad San Martín de Porres.
- Instituto Nacional de Estadística e Informática (INEI). (2023). Encuesta demográfica y de salud familiar (ENDES).
https://www.inei.gob.pe/media/MenuRecursivo/publicaciones_digitales/Est/Lib1530/.
- Jara, I. (2021). *Estilos de Afrontamiento al Estrés en mujeres víctimas de violencia en una Comisaría de familia en Nuevo Chimbote, 2020* [Tesis de Grado, Universidad César Vallejo].
https://alicia.concytec.gob.pe/vufind/Record/UCVV_e74a33bd40c90f4bbee bfe145c3de5b2/Details
- Kalbermatter, C (2016). "Violencia: Caras y caretas". 1a ed. - Córdoba: Encuentro Grupo Editor, 2016.
- La Rosa y Ramírez (2021) *Modos de afrontamiento al estrés y violencia doméstica en mujeres venezolanas residentes en Lima Metropolitana* [Tesis de Grado, Universidad César Vallejo].
https://alicia.concytec.gob.pe/vufind/Record/UCVV_f3f2921a7874afa1b307 c9d57d842021/Details

Lancheros y Peñuela. (2016). *Estrategias de afrontamiento en mujeres víctimas de violencia de pareja en la ciudad de Bogotá*. [Tesis de Grado, Fundación Universitaria Los Libertadores]. Repositorio institucional <https://repository.libertadores.edu.co/server/api/core/bitstreams/2bb79fc2-f5bc-421e-b0bd-f5770ea2a0c0/content>

Lazarus R. (2000). "Estrés y emoción: Manejo e implicaciones en nuestra salud". Bilbao: DDB.

Lazarus & folkman. (1984). *Stress, appraisal, and coping*. new york: springer publishing company.

Ley para prevenir, sancionar y erradicar la violencia contra las mujeres y los integrantes del grupo familiar (2015), encontrado en <https://www.mimp.gob.pe/files/transparencia/ley-30364.pdf>

Macedo y Chávez (2022). *Afrontamiento de estrés en mujeres víctimas de violencia doméstica registrado en el Centro de Emergencia Mujer (CEM) – Distrito de San Juan Bautista, 2019*. [Tesis de Grado, Universidad Científica del Perú]. Repositorio institucional <http://repositorio.ucp.edu.pe:8080/server/api/core/bitstreams/d3ccb6ff-8527-4f92-8338-b61a9d1f8cab/content>

Macías et al. (2013) *Estrategias de afrontamiento individual y familiar frente a situaciones de estrés psicológico* <https://www.redalyc.org/pdf/213/21328600007.pdf>

Mamani, D. (2020). *Dependencia emocional y estrategias de afrontamiento en mujeres víctimas de violencia de pareja que asisten a SLIMs de San Antonio y Tiahuanacu – La Paz* [Tesis de Grado, Universidad Mayor de San Andrés]. Repositorio institucional de la Universidad Mayor de San Andrés <https://repositorio.umsa.bo/handle/123456789/24988>

Manrique, D. (2018). Características sociodemográficas y basales en mujeres víctimas de violencia de pareja en dos comunidades de Huánuco. *Revista Gaceta Científica*. 4(2). 23-27. <https://doi.org/10.46794/gacien.4.2.379>

- Meoño & Roa (2023). *Violencia de género y estrategias de afrontamiento en mujeres: Una revisión sistemática*. [Tesis de bachiller, Universidad Peruana de Ciencias Aplicadas]. Repositorio Institucional de la Universidad Peruana de Ciencias Aplicadas.
- Mingote, J. y Pérez, F. (1999). "El estrés del médico: Manual de autoayuda". Ediciones Díaz de Santos, S. A. Juan Bravo, 3-A. 28006 Madrid. España.
- Ministerio de la mujer y poblaciones vulnerables. (2020). Informe anual sobre la violencia contra la mujer en el Perú.
- Ministerio de salud. (2019). Guía de atención integral para mujeres víctimas de violencia. Lima, Perú.
- Núñez de Arco y Carvajal (2004). "Violencia intrafamiliar: Abordaje Integral a Víctimas". Sucre, Editorial Tupac Katari.
- Núñez de Arco, J. (2010). "Victimología y violencia criminal un enfoque criminológico y psicológico", La Paz-Bolivia, Colección Bibliográfica de Ciencias Jurídico Penales, N° 7.
- Organización Mundial de la Salud (OMS). (2021). Violencia contra las mujeres: estimaciones globales. <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/violence-against-women>
- Organización Mundial de la Salud OMS. (2014). Washington, DC.
- Organización Panamericana de la Salud, Oficina Regional para las Américas de la Organización Mundial de la Salud (2003). Informe mundial sobre la violencia y la salud. Washington, D.C. <https://iris.paho.org/bitstream/handle/10665.2/725/9275315884.pdf>
- Puente et al. (2015). Factores de riesgo asociados a la violencia sufrida por la mujer en la pareja: Una revisión de meta-análisis y estudios recientes. *Anales de Psicología*, 32(1), 295–306. <https://doi.org/10.6018/analesps.32.1.189161>
- Reed, L. A., Tolman, R. M., & Ward, L. M. (2017). Gender Matters: Experiences and Consequences of Digital Dating Abuse Victimization in Adolescent Dating

Relationships. Journal of Adolescence, 59(1), 79-89.
<https://doi.org/10.1016/j.adolescence.2017.05.015>

Romero y cols. "Guía de intervención en casos de violencia de género: Una mirada para ver". Editorial síntesis, s. a. valle hermoso, 34 - 28015 Madrid; 2015.

Távora, P. (2021). *Modos de afrontamiento al estrés y afectación psicológica en una víctima de violencia de pareja*. [Tesis de segunda especialidad]. Universidad Nacional Federico Villarreal.

Torres M. La violencia en casa. México: Paidós; 2001.

Valdés et al., (2023). Violencia contra la mujer: estudio cualitativo en mujeres víctimas de violencia de pareja. Liberabit, 29(1), e685.
<https://doi.org/10.24265/liberabit.2023.v29n1.685>

Violencia contra la mujer: Guía rápida de apoyo a profesionales, encontrado en
<https://www.elche.es/wp-content/uploads/2021/01/VIOLENCIA-CONTRA-LA-MUJER-GU%C3%8DA-R%C3%81PIDA-DE-APOYO-A-PROFESIONALES.pdf>

Walker, L. (2012). El Síndrome de la Mujer Maltratada. Desclée de Brouwer Editores.

World health organization. (2013). Global and regional estimates of violence against women: prevalence and health effects of intimate partner violence and non-partner sexual violence.

Anexos

Investigador	Número	TÍTULO	AUTOR(ES)	URL / DOI	BASE DE DATOS	AÑO	PAÍS	REVISTA	IDIOMA	Objetivo
Investigador 1	1	Dependencia emocional y modos de afrontamiento al estrés en mujeres víctimas de violencia infligida por la pareja	Concha et al.	https://revistas.uninu.edu.pe/index.php/SCI/issue/view/3138	SciELO	2020	Perú	revistas.uninu.edu.pe	Español	Conocer la asociación que existe entre dependencia emocional y los modos de afrontamiento al estrés, en las mujeres que son víctimas de violencia infligida por la pareja, en Chimbote.
	2	Resiliencia y estilos de afrontamiento al estrés, en mujeres víctimas de violencia de género que acuden al CEM Comisaría Puente Piedra	Coronado De la Vega, Carla Luciana.	https://hdl.handle.net/10.1000.12727/10337	Repositorio de Posgrado.	2020	Perú	USMP	Español	Establecer la relación entre la resiliencia y los estilos de afrontamiento al estrés, en mujeres víctimas de violencia de género que acuden al CEM Comisaría Puente Piedra, 2020.
	3	Modos de afrontamiento al estrés y afectación psicológica en una víctima de violencia de pareja.	Távora Flores, Pedro Piero	https://repositorio.unlv.edu.pe/bitstream/handle/10.1000.12727/10337	Repositorio de posgrado	2021	Perú	UNFV	Español	Describir los modos de afrontamiento al estrés en una víctima de violencia de pareja a través de una evaluación psicológica forense.
	4	Afrontamiento de estrés en mujeres víctimas de violencia doméstica registrado en el centro emergencia mujer (CEM) - Distrito de San Juan Bautista	Macedo S. Chávez	https://alicia.concytes.gob.pe/bitstream/Repositorio/10.1000.12727/10337/1/10337_045	Repositorio de posgrado	2019	Perú	UCP	Español	Determinar la incidencia del afrontamiento de estrés en mujeres víctimas de violencia doméstica registradas en el Centro Emergencia Mujer (CEM) Distrito de San Juan Bautista, 2019
	5	Violencia hacia la mujer y estrategias de afrontamiento en madres de familia de Ucayali, Perú	Carrión y Aranda	https://www.proquest.com/docview/1754074137?sourceopen=Scholarly%20Journals	ProQuest	2022	Perú	Revista de Investigación Apuntes Universitarios	Español	Determinar la relación entre la violencia hacia la mujer y las estrategias de afrontamiento en mujeres de Ucayali, Perú
	6	Mujeres víctimas de violencia de género en Ecuador: redes de apoyo y	Benalcázar et al.	DOI: 10.29394/Scientifician.2542-2387.2020.5.E.4.90-109.1	Dialnet	2020	Ecuador	Revista Científica	Español	Mostrar las redes de apoyo señaladas por las mujeres víctimas de violencia y posibles
resultados		Enfoque / técnica / diseño	Muestra	Técnica/ instrumento	Confiabilidad de instrumento		VALIDACIÓN DE INSTRUMENTOS			
1	No existe una asociación directa y significativa de la dependencia emocional con los modos de afrontamiento al estrés en las mujeres víctimas de violencia infligida por su pareja (p=0.05) / En el modo de Afrontamiento activo se puede apreciar que más de la mitad (54.4%) de las mujeres lo utilizan dependiendo de las circunstancias / Se observa que mujeres víctimas de violencia hacen uso de forma frecuente los siguientes modos de afrontamiento: búsqueda de apoyo social, búsqueda de soporte emocional, reinterpretación	Descriptiva correlacional	Estuvo conformado por 256 mujeres que cuentan con los indicadores de violencia infligida por su pareja	El cuestionario de Dependencia emocional (Lemos y Londoño, 2006) y el cuestionario de Modos de afrontamiento al estrés: forma dicotómica (Carver, Scheier y Weinraub, 1989)	Dependencia emocional: La confiabilidad general del cuestionario es: 0.770 para el total global y de sus dimensiones están entre 0.575 y 0.770 a través del Alfa de Cronbach, Afrontamiento al estrés: La confiabilidad en Perú se obtuvo a través del Alfa de Cronbach obteniéndose datos de confiabilidad entre		No evidencia			
2	"Existe una relación muy significativa entre resiliencia y modos de afrontamiento (ho = 439) / El modo de afrontamiento activo al estrés y el modo de afrontamiento pasivo al estrés en mujeres víctimas de violencia infligida por su pareja tienen una relación positiva de magnitud moderada.	Básica - no experimental	La muestra estuvo constituida por 119 participantes que sufren violencia de género, sus edades oscilan entre 16 a 65 años.	Se utilizó una ficha de datos generales, la escala de resiliencia de Vagstad & Young y el cuestionario de modos de afrontamiento al estrés COPE.	No se evidencia		No evidencia			
3	"La evaluación emplea con frecuencia modos de afrontamiento disfuncionales orientados en el control mero de sus emociones para disminuir la tensión de una situación antes antes / En cuanto a la categoría de estilos de afrontamiento centrados en el problema se observa frente al estrés desarrollan un adecuado afrontamiento directo / La evaluación emplea con mayor frecuencia las estrategias de Búsqueda de apoyo social por motivos emocionales.	Metodología mixta, de diseño de caso único	Persona de 27 años, que sufrió hechos de violencia por su pareja	Cuestionario de modos de afrontamiento al estrés (COPE) / Escala de Auto-Medicación de la depresión (EAMD)	0.55 aceptable / 0.87 aceptable		0.42 aceptable / 0.40 aceptable			
4	Reinterpretación y crecimiento personal y la Aceptación las cuales pertenecen a un estilo de Las estrategias de afrontamiento más usadas se encuentran en otras estrategias de afrontamiento (55%); busca con mucha frecuencia diversos recursos más sagado de estrategias de afrontamiento centrado en la emoción (ho = 2087) lo que indica que a mayor reducción de la tensión y el enfado a la emoción (35.7%); invierten con mucha frecuencia en amigos (inter) y 49.7% utilizan el llanto en los positivos.	No experimental, de corte transversal	112 mujeres víctimas de violencia ejercida por su pareja	El instrumento fue COPE de Carver y su colaborador (1989), adaptado por Casuso en 1996 en el Perú	No evidencia		No evidencia			
5	"Se observa que las mujeres que son víctimas de violencia, se encuentran en un nivel bajo en las dimensiones estrategias de afrontamiento centrado en el problema / Se aprecia una relación inversa y altamente significativa, entre las dimensiones de violencia sexual y estrategias de afrontamiento centrado en la emoción (ho = 2087) lo que indica que a mayor violencia hacia la mujer menor son las estrategias de afrontamiento / Existe relación significativa entre violencia hacia la mujer y otras estrategias de afrontamiento.	Diseño no experimental, de corte transversal y de tipo descriptivo correlacional	Participaron 302 madres de familia, con edades que oscilaron entre 10 a 60 años que sufrieron de violencia en algún momento de su vida	El instrumento de violencia contra la mujer (Valdez et al., 2008) y Escala de Estrategias de Afrontamiento (COPE)	Violencia contra la mujer: coeficiente de Alfa = 0.818 Estrategias de afrontamiento: coeficiente de Alfa para las dimensiones centrado en el problema = 0.751, centrado en la emoción = 0.701 y otras estrategias de afrontamiento = 0.561 y V = 0.85.		Violencia contra la mujer: Validez de contenido mediante el V de Aiken (0.0-0.8)			
6	"Las estrategias de afrontamiento deben centrarse en dotar a la víctima de recursos que en una primera fase se concentran en fortalecer las redes de apoyo / Las redes de apoyo que	Cuantitativa de tipo descriptivo	75 mujeres que interpusieron una demanda por violencia de género	Encuesta diseñada para identificar la red de apoyo de mujeres que han sufrido violencia	No evidencia		No evidencia			
7	Modos de afrontamiento al estrés y violencia de género en mujeres víctimas de violencia doméstica residentes en Lima Metropolitana	La Rosa y Ramírez	https://alicia.concytes.gob.pe/bitstream/Repositorio/10.1000.12727/10337/1/10337_045	Repositorio de posgrado	2021	Perú	UCV	Español	Determinar la relación entre Modos de afrontamiento al estrés y violencia doméstica en mujeres venezolanas residentes en Lima Metropolitana, 2021.	
8	Estilos de afrontamiento al estrés en mujeres víctimas de violencia infligida por su pareja en Nuevo Chimbote	Jara Peña, Iván	https://alicia.concytes.gob.pe/bitstream/Repositorio/10.1000.12727/10337/1/10337_045	Repositorio de posgrado	2021	Perú	UCV	Español	Describir los estilos de afrontamiento al estrés en mujeres víctimas de violencia infligida por su pareja en Nuevo Chimbote, 2020.	
9	Autoconcepto y estrategias de afrontamiento en mujeres víctimas de violencia, estudio realizado en terapia mujeres del SEDEGES de la Ciudad de La Paz	Gorela Corne	https://repositorio.unma.bo/bitstream/handle/123456789/10337/1/10337_045	Repositorio Institucional	2020	Bolivia	Universidad Mayor de San Andrés	Español	Determinar el grado de relación entre autoconcepto y estrategias de afrontamiento en las mujeres víctimas de violencia del centro de Terapia Mujeres del SEDEGES de la ciudad de La Paz.	
10	Estrategias de afrontamiento más utilizadas frente a la violencia de género a partir de la narrativa de dos mujeres de la ciudad de Medellín 2020-2	Valentina Fong	https://repositorio.unma.bo/bitstream/handle/123456789/10337/1/10337_045	Repositorio Institucional	2020	Colombia	Corporación Universitaria Minuto de Dios (Uniminuto) y Chocó	Español	Describir las estrategias de afrontamiento más utilizadas frente a la violencia de género a partir de la narrativa de dos mujeres de la ciudad de Medellín 2020-2	
11	Dependencia emocional y estrategias de afrontamiento en mujeres víctimas de violencia de pareja que asisten a SLMs de San Antonio y Tahuamanu - La Paz	Hamani	https://repositorio.unma.bo/bitstream/handle/123456789/10337/1/10337_045	Repositorio Institucional	2020	Bolivia	Universidad Mayor de San Andrés	Español	Establecer el grado de relación entre las variables de dependencia emocional y estrategias de afrontamiento en mujeres víctimas de violencia de pareja que asisten a SLMs de San Antonio y Tahuamanu - La Paz	
12	Estrategias de afrontamiento en mujeres víctimas de violencia intrafamiliar del Programa Municipal Casa de la Mujer en el periodo 2022-2023	Cabrera y Campos	https://repositorio.unma.bo/bitstream/handle/123456789/10337/1/10337_045	Repositorio Institucional	2023	Ecuador	Universidad de Cuenca	Español	Describir el factor predominante de las estrategias de afrontamiento según las variables sociodemográficas edad, estado civil y nivel de instrucción que emplean las mujeres víctimas de violencia intrafamiliar del Programa Municipal Casa de la Mujer en el periodo 2022-2023	
13	"Relación negativa y estadísticamente significativa (rs = -0.002, p<0.05) entre los Modos de Afrontamiento al estrés y Violencia Doméstica / En cuanto a los modos de afrontamiento, hace uso de afrontamiento centrado en el problema un 54.7%, afrontamiento centrado en la emoción en 48% y en otros modos de afrontamiento 8.2% / En relación a la frecuencia en sus modos de afrontamiento la planificación es la más usada (44.7%) y pocas veces el modo de afrontamiento 12.2%.	Enfoque cuantitativo, correlacional no experimental	Conformado por 306 mujeres venezolanas residentes en Lima Metropolitana	Cuestionario Modos de Afrontamiento al estrés (COPE), validado por Casuso (1996)	Alcanzó consistencia interna a través del índice de fiabilidad Alpha de Cronbach (0.93-0.98)		Halló una composición en cargas factoriales satisfactorias de tres factores			
14	"Que el mayor estilo de afrontamiento utilizado en las mujeres víctimas de violencia en una muestra de familias en Nuevo Chimbote, 2020, son los enfocados en el problema con un 56%, / Que en cuanto al estilo de afrontamiento centrado en el problema, el afrontamiento directo es el más utilizado con un 53% a comparación al de planificación con un 53%. / El afrontamiento centrado en la emoción, la religión es el afrontamiento más utilizado con un 44%.	Diseño cuantitativo descriptivo simple, de corte transversal no experimental	87 mujeres víctimas de violencia en una muestra de familias en el distrito de Nuevo Chimbote del departamento de Ancash, 2020	La encuesta y el instrumento COPE de estilos de afrontamiento al estrés.	consistencia interna Alpha de Cronbach entre 0.45 y 0.92		intervalo de 6 semanas es de 0.42 a 0.89 Intervalo de 8 semanas es de 0.46 a 0.86			
15	"Se evidencia en la investigación que a mayor presencia del autoconcepto se tiende a utilizar más las estrategias de afrontamiento... al tipo de violencia predominante en la muestra fue la violencia psicológica... la estrategia de afrontamiento que se más utilizada fue la resolución de problemas	Investigación de tipo no experimental, enfoque mixto, con un diseño correlacional	25 mujeres víctimas de violencia del centro de terapia mujeres SEDEGES	Cuestionario de Autoconcepto (AFS - Manual de García y Puente E.A.C. 3-RIC), y el Cuestionario de Estrategias de Afrontamiento (CS) adaptado al español posteriormente por (Cano, Rodríguez y	AFS - E.A.C. 3-RIC: 0.88 / CSR: 0.63 y 0.89		No evidencia			
16	"Las estrategias de afrontamiento se clasificaron en tres categorías: "expresión emocional activa", "reserva" que la situación se resuelve con el pasar del tiempo" y "respiración agresiva hacia sí misma" / Se evidenció estrategias como la búsqueda de apoyo social (p) profesional y se desprende que... en estos casos, las creencias familiares tuvieron un rol perjudicial para la denuncia de la violencia.	Enfoque cualitativo descriptivo, con un diseño fenomenológico hermenéutico.	Dois mujeres elegidas por el criterio de conveniencia	2 matrices: una de entrevista semiestructurada y la segunda matriz para clasificar las respuestas dadas en las categorías de rasgo y análisis de información	No se evidencia		No evidencia			
17	"Una muestra elevada de dependencia emocional se determinó al uso de las estrategias de afrontamiento en mujeres que han sido víctimas de violencia por sus parejas / Las edades se sitúan entre los 25 a 35 años y en su gran mayoría se encuentran casadas o en estado de concubinato y también con altos porcentajes de deserción escolar... presentaron niveles leves de estrategias de afrontamiento, como por ejemplo las dimensiones de resolución de problemas, reestructuración de creencias, apoyo social y reestructuración de creencias.	Enfoque cuantitativo de tipo descriptivo - correlacional y con un diseño no experimental de corte transversal	43 mujeres, quienes acudieron a los SLMs de San Antonio y Tahuamanu del departamento de La Paz - Bolivia	Cuestionario de Dependencia Emocional (COE) y el Inventario de Estrategias de Afrontamiento (CS)	No evidencia		No evidencia			
18	"Hay una predominancia de las estrategias de afrontamiento específicamente en el pensamiento desilustrativo, considerarla como una estrategia de adaptación... y en relación a las características sociodemográficas, este pensamiento desilustrativo se encuentra abo con mayor frecuencia en mujeres en mujeres solteras y separadas, con estudios incompletos y entre los 30 a 35 años de edad... en contraste a aquellas mujeres que contaban con estudios de posgrado en quienes se obtuvo una estrategia de evasión de problemas.	Enfoque cuantitativo de alcance descriptivo de tipo no experimental de corte transversal	34 mujeres	Inventario de Estrategias de Afrontamiento (CS) y una ficha sociodemográfica	CS: 0.930		No evidencia			

	13	Ruptura de pareja en adultos jóvenes y salud mental. Estrategias de afrontamiento ante el estrés del término de una relación	Garabito et al.	https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=7073326	Dialnet	2020	Chile	Dialnet - Universidad Santo Tomás	Español	Establecer la relación entre las estrategias de afrontamiento, síntomas depresivos y satisfacción con la vida en adultos jóvenes tras una ruptura amorosa
	14	Estilos de afrontamiento y resiliencia en mujeres violentadas por sus parejas atendidas en un Centro de Emergencia Mujer (CEM) de la ciudad de São Paulo.	Huacoto, X.	https://repositorio.uomp.edu.pe/handle/2015	Repositorio de postgrado	2021	Perú	USMP	Español	Determinar de qué manera los estilos de afrontamiento se relacionan con la resiliencia en mujeres violentadas por sus parejas atendidas en un Centro de Emergencia Mujer (CEM) de la ciudad de São Paulo
	15	Afrontamiento y resiliencia en víctimas de violencia familiar en la provincia de Tarma - 2019	Bustamante, S.	https://repositorio.uomp.edu.pe/handle/2015	Repositorio de postgrado	2020	Perú	USMP	Español	Determinar la relación entre las dimensiones de las estrategias de afrontamiento y el nivel de resiliencia
Investigador 3	16	Estrategias de afrontamiento de las mujeres víctimas de violencia de pareja en el centro poblado de Villa San Isidro, Conales - Tumbes 2018.	Araujo, R.	https://repositorio.unnmbu.edu.pe/handle/	Repositorio de pregrado	2018	Perú	Universidad Nacional de	Español	Determinar las estrategias de afrontamiento de las mujeres víctimas de violencia de pareja de Villa San Isidro - Conales - Tumbes 2018
	17	Dependencia emocional y estrategias de afrontamiento al estrés en mujeres víctimas de violencia de pareja	Escobar, L.	https://repositorio.unife.edu.pe/handle/21644	Repositorio de postgrado	2023	Perú	UNFE	Español	Analizar la relación entre dependencia emocional y las estrategias de afrontamiento al estrés en mujeres víctimas de violencia de pareja atendidas en un Centro Emergencia Mujer.
	18	Análisis confirmatorio del instrumento Afrontamiento al Estrés (COPE) en mujeres con violencia en relación de pareja	Canelo y Serpa	https://revistainvestigacion.unnmbu.edu.pe/index.php/psicologia/article/view/15113	Repositorio institucional	2018	Perú	Revista de Investigación	Español	Evaluar el Cuestionario de Afrontamiento al Estrés (COPE) sobre los aspectos de validación de tipo constructo, mediante de técnicas multivariantes
		Las mujeres poseen más síntomas depresivos que los hombres. Además, el tiempo transcurrido desde la ruptura, la aceptación, la supresión, el brooding y el uso de sustancias predicen una sintomatología depresiva... y, por otro lado, el brooding, la aceptación y la búsqueda de apoyo social predicen la satisfacción con la vida.	Metodología cuantitativa no experimental y transversal, con alcance descriptivo y correlacional.	220 personas entre las edades de 18 y 40 años	Brief COPE de estrategias de afrontamiento, Escala SWLS de Satisfacción Vital, Escala de Depresión CES-D del Centro de Estudios Epidemiológicos, Cuestionario ERQ de Regulación Emocional, Escala RRS de Respuesta Rumiativa, sumado a un Inventario Multidimensional de Estimación del Afrontamiento (COPE) de Carver, Schreier & Wernub (1983) y la Escala de Resiliencia de Wagnild & Young (1993).	COPE: 0.53 a 0.82 / SWLS: 0.81 / CES-D: 0.91 / ERQ: 0.72 a 0.74 / RRS: 0.87			SWLS presenta validez de constructo	
	14	Se concluyó que los estilos de afrontamiento se relacionan directa y significativamente con la resiliencia en mujeres violentadas por sus parejas atendidas en un CEM de la ciudad de São Paulo.	Metodología tipo cuantitativo, diseño no experimental	718 mujeres violentadas por sus parejas atendidas en el CEM de São Paulo						No evidencia
	15	Teniendo como resultado que tres de las cinco estrategias de Afrontamiento ante el estrés centrado en el problema se relacionaron de manera directa y altamente significativa con la resiliencia (coeficientes de: .351, .544 y .403); todas las estrategias de Afrontamiento centradas en la emoción se relacionaron directamente con la Resiliencia (coeficientes entre .153 y .532) y dos de las otras estrategias de afrontamiento se relacionaron directamente con la resiliencia (coeficientes de: .524 y .332). Por último, la estrategia Afrontamiento directo,	Diseño descriptivo correlacional	251 víctimas de violencia familiar de la provincia de Tarma, quienes fueron atendidas en una institución de Ciencias Forenses.		Inventario de Estrategias de Afrontamiento COPE y la Escala de Resiliencia de Wagnild & Young	Los instrumentos empleados fueron validados a través del juicio de cuatro expertos; COPE con un nivel de confiabilidad en la prueba piloto de 60 participantes de 872 y la Escala con un nivel de confiabilidad en la prueba piloto de: 670.			No evidencia
	16	Las estrategias más manejadas por las mujeres víctimas de violencia fueron en la dimensión cognitiva la estrategia evitación cognitiva (50%) seguida por la dimensión conductual, como es descarga emocional y búsqueda de recompensas alternativas ambas en un (38%) y una de las menos utilizadas en la dimensión cognitiva fue la reevaluación positiva con un total de (10%). Concluyendo que ambas dimensiones tanto conductuales como cognitivas han	Descriptivo cuantitativo	Participaron 50 mujeres víctimas de violencia de pareja.		el inventario de respuestas de afrontamiento para adultos (CRA-Ad) y la ficha de tamizaje de violencia	No evidencia			No evidencia
	17	Los resultados evidenciaron que 3 de cada 10 mujeres obtuvieron dependencia emocional en un nivel alto y las estrategias empleadas de forma frecuente entre el 46.5% y 67.6% de la muestra están dirigidas a la búsqueda de solución del problema. Así mismo, se observó una asociación estadísticamente significativa y directa entre la dependencia emocional general y las estrategias de afrontamiento enfocadas en la asociación como análisis de asociaciones.	Tiene un diseño no experimental, transaccional y descriptivo correlacional	Participaron 71 mujeres que oscilaban entre 18 a 50 años e identificadas como víctimas de la diferentes modalidades de violencia		Se utilizaron dos instrumentos psicométricos: el Inventario de Dependencia Emocional (IDE) diseñado por Aiquipa (2015), y el Cuestionario de Modos de Afrontamiento al Estrés (COPE)	Los coeficientes de McDonald's (α) oscilan entre: .705 y .348, mostrando una consistencia interna óptima para el inventario de dependencia emocional. Para la adaptación del cuestionario COPE, los autores concluyeron que en la muestra de estudio con			Para el inventario de dependencia emocional se encuentran coeficientes entre: .586 a .747, confirmando la escala. No evidencia
	18	Se concluye que el cuestionario COPE, en su versión completa constituye un instrumento válido para la medición de las estrategias de afrontamiento al estrés en mujeres con violencia en la relación de pareja. La estructura factorial del instrumento de estilos de afrontamiento al estrés de COPE, evidencian un adecuado ajuste de las evidencias empíricas al modelo teórico basado en el estilo de afrontamiento enfocado en el problema, estilo de afrontamiento enfocado en la asociación y otros estilos adicionales al	La investigación está enmarcada y orientado en evidenciar aspectos psicométricos de los instrumentos de medición, no se trata de un	La muestra está constituida por 267 mujeres con edades entre 17 y 70 años de edad y son víctimas de violencia en relación de pareja, atendidos en un centro de			No evidencia			
	19	Dependencia emocional y estrategias de afrontamiento al estrés en mujeres víctimas de violencia de pareja	Escobar, L.	https://repositorio.unife.edu.pe/handle/21644	Repositorio de postgrado	2023	Perú	UNFE	Español	Analizar la relación entre dependencia emocional y las estrategias de afrontamiento al estrés en mujeres víctimas de violencia de pareja atendidas en un Centro Emergencia Mujer.
	18	Análisis confirmatorio del instrumento Afrontamiento al Estrés (COPE) en mujeres con violencia en relación de pareja	Canelo y Serpa	https://revistainvestigacion.unnmbu.edu.pe/index.php/psicologia/article/view/15113	Repositorio institucional	2018	Perú	Revista de Investigación	Español	Evaluar el Cuestionario de Afrontamiento al Estrés (COPE) sobre los aspectos de validación de tipo constructo, mediante de técnicas multivariantes
	19	Violencia psicológica y estrategias de afrontamiento de mujeres víctimas de violencia de género de un centro especializado en San Juan de Lurigancho	Chero, S.	https://repositorio.unp.edu.pe/handle/123456789	Repositorio de postgrado	2024	Perú	URP	Español	Establecer la relación entre la violencia psicológica y las estrategias de afrontamiento en mujeres víctimas de violencia de género de un centro especializado en San Juan de Lurigancho
	20									
	21									
	22									
	23									
	24	TOTAL DE ARTICULOS		19						
	25	Scopus								
	26	Proquest		1						
	27	Science Direct								
	28	SciELO								
	29	Dialnet		2						
	30	SCIEDO		1						
	31	Repositorio Institucional		15						
	19	Los resultados evidenciaron que 3 de cada 10 mujeres obtuvieron dependencia emocional en un nivel alto y las estrategias empleadas de forma frecuente entre el 46.5% y 67.6% de la muestra están dirigidas a la búsqueda de solución del problema. Así mismo, se observó una asociación estadísticamente significativa y directa entre la dependencia emocional general y las estrategias de afrontamiento enfocadas en la asociación como análisis de asociaciones.	Tiene un diseño no experimental, transaccional y descriptivo correlacional	Participaron 71 mujeres que oscilaban entre 18 a 50 años e identificadas como víctimas de la diferentes modalidades de violencia		Se utilizaron dos instrumentos psicométricos: el Inventario de Dependencia Emocional (IDE) diseñado por Aiquipa (2015), y el Cuestionario de Modos de Afrontamiento al Estrés (COPE)	Los coeficientes de McDonald's (α) oscilan entre: .705 y .348, mostrando una consistencia interna óptima para el inventario de dependencia emocional. Para la adaptación del cuestionario COPE, los autores concluyeron que en la muestra de estudio con			Para el inventario de dependencia emocional se encuentran coeficientes entre: .586 a .747, confirmando la escala. No evidencia
	20	La relación entre la violencia psicológica y las estrategias de afrontamiento no es estadísticamente significativa en mujeres víctimas de violencia de género de un centro especializado en San Juan de Lurigancho. La violencia psicológica directa solo se relaciona de manera significativa y negativa con la focalización en la solución del problema, mientras que se relaciona de manera significativa y positiva con la autocualización	Método cuantitativo - correlacional, tiene un diseño no experimental transversal.	La muestra está constituida por 267 mujeres con edades entre 17 y 70 años de edad y son víctimas de violencia en relación de pareja, atendidos en un centro de		Escala de abuso psicológico aplicado en la pareja y el cuestionario de afrontamiento al estrés	La escala tiene una adecuada consistencia interna con un coeficiente alfa igual a 0.93. El cuestionario presenta una adecuada consistencia interna con valores del coeficiente alfa entre: .64 y .87 al considerar las siete estrategias de afrontamiento.			La relación entre la violencia psicológica y las estrategias de afrontamiento no es estadísticamente significativa en mujeres víctimas de violencia de género de un centro especializado en San Juan de Lurigancho. La violencia psicológica directa solo se relaciona de manera significativa y negativa con la focalización en la solución del problema, mientras que se relaciona de manera significativa y positiva con la autocualización

CONSENTIMIENTO INFORMADO PARA EL PARTICIPANTE DE LA INVESTIGACIÓN

Información sobre el proceso de evaluación

1. Información general sobre el estudio

El presente estudio analizará los modos de afrontamiento al estrés y sus dimensiones en mujeres que han sido víctimas de violencia psicológica por parte de sus parejas.

2. Organizadores del estudio

El presente estudio será realizado por la Lic. Betzabé Betty Contreras Páez, la Lic. Lily Del Rocío Jiménez Romero y la Lic. Fiorella Litzi Verde Guere, estudiantes de la Segunda Especialidad en Psicología Jurídica y Forense de la Escuela de Posgrado de la Universidad Continental, investigadoras. Asimismo, contará con el asesoramiento del Dr. Aldo Aguayo Meléndez, así como la aprobación y supervisión del Comité Institucional de Ética en Investigación (CIEI) de la institución antes mencionada.

3. Introducción

El propósito de esta ficha de consentimiento es brindarle información detallada sobre los alcances de su participación en un estudio para fines académicos y profesionales. No se trata de un diagnóstico médico ni psicológico. Este trabajo está orientado a estudiar y conocer sobre los modos de afrontamiento al estrés en mujeres víctimas de violencia psicológica de pareja.

En todo momento se le brindará toda la información necesaria sobre el cuestionario de modos de afrontamiento. Todos los datos proporcionados bajo su consentimiento y supervisados en todo momento y bajo estricta confidencialidad, serán evidencias y antecedentes para determinar el cumplimiento del objetivo y la hipótesis del trabajo de investigación de las investigadoras siempre y cuando se corrobore la identidad de la participante y la credibilidad de la información de la misma.

Cabe indicar que tendrá el tiempo necesario para analizar, reflexionar y consultar su participación en este estudio con familiares, conocidos o expertos, de manera que defina si desea o no participar en este trabajo de investigación.

La evaluadora le brindará detalles completos e información adicional sobre el cuestionario. Asimismo, se le volverá a consultar su acuerdo o desacuerdo en participar en el presente proceso.

Se garantizará la privacidad de sus datos personales de conformidad con la Ley N° 29733 (Ley de Protección de Datos Personales) y la transparencia de todo el proceso en virtud de los artículos 11°, 48° y 53° de la Ley N° 30220 (Ley Universitaria) mediante la supervisión tanto de las autoridades de la universidad como de las evaluadoras. Asimismo, se reitera el descarte de cualquier riesgo o vulnerabilidad que comprometa sus derechos y su integridad física o emocional durante la evaluación.

De estar conforme con todos los detalles antes mencionados, podrá participar en el presente estudio. De sentirse incómoda antes o durante el estudio, o de presentar algún problema que comprometa su salud o tranquilidad a nivel emocional, puede comunicarlo a la entrevistadora y retirar su participación de manera voluntaria y sin perjuicio alguno.

4. Justificación y objetivo de la investigación:

El presente trabajo de investigación se desarrollará para conocer los modos de afrontamiento al estrés y sus dimensiones en mujeres que han sido víctimas de violencia psicológica por parte de sus parejas de Lima Este.

5. Número de participantes

Se contará con la participación de quince (15) mujeres que han realizado una denuncia por violencia psicológica hacia su pareja en el año 2025 de Lima Este, además de las evaluadoras, el/la docente de la asignatura antes mencionada y el asesor del presente trabajo de investigación.

6. Modalidades, duración y turnos de la participación

Con respecto a la modalidad de aplicación del cuestionario, será presencial habiendo coordinado previamente con la evaluadora la fecha y hora. En lo que respecta a la duración del cuestionario, la participante tendrá un tiempo de treinta (30) minutos aproximadamente. De presentar dificultades para acudir de manera presencial, siempre que haya aceptado su participación en el consentimiento de forma previa y haya justificado los motivos, se reprogramará la aplicación del cuestionario.

7. Circunstancias previstas para dar finalizar la participación:

La participante, bajo su propia responsabilidad, podrá dar por finalizar su participación en las siguientes circunstancias:

1. Incomodidad si considera que sus datos personales están siendo vulnerados.
2. Ausencia por contratiempos o temas personales (estudios, trabajo o enfermedad).
3. Suplantación o información falsa por parte de la participante.

8. Intervenciones en el estudio

La participante podrá solicitar la intervención, así como el asesoramiento de la evaluadora, en las siguientes situaciones:

1. Posibilidad de hacer consultas sobre los ítems del cuestionario antes, durante y después de su realización.
2. Orientación al participante en lo que respecta a las instrucciones durante el proceso de evaluación.

9. Procedimientos del estudio

Para que el desarrollo del presente trabajo de investigación sea íntegro y satisfactorio, se contemplarán los siguientes procesos:

1. Explicación previa y detallada sobre el proceso de evaluación, el cual comprenderá:
 - Consultas sobre la realización del cuestionario.

- Explicación sobre las condiciones y las instrucciones para completar el cuestionario.
2. Recopilación de la información obtenida del cuestionario para su análisis y posterior interpretación en el trabajo de investigación.
 3. Comunicación de los resultados de la evaluación tanto a las participantes.

10. Riesgos derivados del trabajo de investigación

- Firma y presentación del consentimiento informado sin haber leído la información ni haber hecho las consultas correspondientes al cuestionario.
- Desconocimiento de la temática.
- Suplantación durante el cuestionario.
- Información falsa o errada proporcionada por la participante.

11. Compromisos al aceptar la participación en este proceso

Habiendo leído y comprendido las instrucciones para el presente trabajo de investigación, la participante se compromete a:

- Brindar información fidedigna y concreta.
- Hacer las consultas necesarias de forma puntual y concisa.
- Respetar el turno para la realización del cuestionario.
- Respetar las instrucciones del proceso de evaluación.

12. Beneficios del estudio

Las participantes contribuirán al desarrollo de este estudio, así como de los siguientes:

- Brindar información a las participantes sobre sus modos de afrontamiento al estrés que les sea de utilidad para la búsqueda de su bienestar personal.
- Desarrollo de un antecedente o una evidencia por medio de esta investigación para el campo de estudio sobre violencia psicológica hacia las mujeres por parte de sus parejas para posteriores estudios.

13. Compensación en caso de desventaja durante el proceso de evaluación

Tal como se mencionó previamente, de haber alguna dificultad para asistir de forma presencial, la participante deberá informar con anticipación para la reprogramación de la evaluación.

14. Compromiso de brindar información actualizada sobre el trabajo de investigación

La evaluadora se compromete a proporcionar cualquier información actualizada para la participante de manera oportuna, segura y objetiva siempre y cuando sea necesario para el proceso de evaluación.

15. Costos y pagos

La participación y acceso a los materiales del proceso de evaluación serán gratuitos.

16. Privacidad y confidencialidad

Durante el proceso de evaluación se garantizará la confidencialidad del sujeto de investigación, el respeto a su privacidad y el mantenimiento de la confidencialidad de sus datos recolectados antes, durante y después de su participación de conformidad con la Ley N.º 29733 (Ley de protección de datos personales y su reglamento).

En lo que respecta a la privacidad y la confidencialidad en este proceso de evaluación:

- La participante recibirá todas las instrucciones necesarias para completar el cuestionario.
- Se recopilarán los resultados del cuestionario.
- La información que se obtendrá de cada participante será empleada para el análisis de datos y resultados, la discusión y las conclusiones siguiendo los objetivos y la hipótesis del trabajo de investigación
- Las participantes podrán solicitar o ser informados/a sobre los resultados del trabajo de investigación.

- Las evaluadoras, mediante acuerdo y autorización previos, y, de conformidad con la Ley N° 29733, serán los únicos autorizados para recopilar, utilizar y proteger los datos y los registros de cada participante de manera transparente y responsable hasta la culminación del análisis de datos y resultados, la discusión y las conclusiones del trabajo de investigación.

17. Situación posterior al estudio

Tal como se explicó previamente, al finalizar este estudio poblacional, toda la información obtenida será utilizada para lograr el objetivo y demostrar la hipótesis del trabajo de investigación. Asimismo, los registros y los datos consignados en los cuestionarios serán eliminados de forma permanente para garantizar la privacidad y la confidencialidad del/de la participante.

18. Información del estudio

Una vez finalizado y sustentado, el trabajo de investigación será publicado en el repositorio de la Universidad Continental, así como el repositorio de la CONCYTEC. De esta manera, el trabajo realizado será de acceso público para fines académicos, así como para cualquier posterior estudio.

19. Datos de contacto

- Betzabé Betty Contreras Páez – Investigadora y evaluadora:
Correo electrónico: 73037846@continental.edu.pe
- Lily Del Rocío Jiménez Romero – Investigadora y evaluadora:
Correo electrónico: 40681758@continental.edu.pe
- Fiorella Litzi Verde Guere – Investigadora y evaluadora:
Correo electrónico: 47802137@continental.edu.pe
- Aldo Aguayo Meléndez – Asesor del trabajo de Investigación:
Correo electrónico: aaguayo@continental.edu.pe

- Comité de Ética de la Universidad Continental:
Correo electrónico: eticainvestigacion@continental.edu.pe

Declaración de conformidad del participante

Yo,....., identificado/a con DNI
Nº....., **DECLARO QUE:**

- He leído (o alguien me ha leído) la información brindada en este documento.
- Me han informado acerca de los objetivos de este estudio, los procedimientos, los riesgos, lo que se espera de mí y mis derechos.
- He podido hacer preguntas sobre el estudio y todas han sido respondidas adecuadamente. Considero que comprendo toda la información proporcionada acerca de este estudio.
- Comprendo que mi participación es voluntaria.
- Comprendo que puedo retirarme del estudio cuando quiera, sin tener que dar explicaciones y sin que esto afecte mi atención médica.
- Al firmar este documento, acepto participar en este estudio. No estoy renunciando a ningún derecho.
- Entiendo que recibiré una copia firmada y con fecha de este documento.

Nombre completo del sujeto de investigación:
.....

Firma del sujeto de investigación:

Lugar, fecha y hora:

Declaración de conformidad del evaluador

Yo,....., identificado/a con
DNI....., investigador/a, estudiante de posgrado, de
profesión....., **DECLARO QUE:**

- Le he explicado el estudio de investigación
- He contestado a todas sus preguntas.
- Confirmó que el sujeto de investigación ha comprendido la información descrita en este documento, accediendo a participar de la investigación en forma voluntaria.

Nombre completo del/de la investigador/a:
.....

Firma del/de la investigador/a:
.....

Lugar, fecha y hora:
.....

ANEXOS

MODOS DE AFRONTAMIENTO AL ESTRÉS (COPE)

Edad: _____ Grado de Instrucción: _____ Est. Civil: _____

Deseamos conocer la forma como las personas responden cuando se les presenta distintos problemas, dificultades o situaciones que consideran estresantes en su vida.

En este cuestionario indicará lo que usualmente hace y siente cuando experimenta sucesos estresantes en su vida, lógicamente ante diferentes situaciones las reacciones también serán distintas, pero deberá responder de acuerdo a lo que generalmente hace en esas situaciones. Responda de la forma más sincera que posible, todos los ítems; no existe respuestas correcta o incorrecta, por ello elija la respuesta que más utilizaría usted.

Responda según las siguientes alternativas:

1. Casi nunca hago esto
2. A veces hago esto
3. Usualmente hago esto
4. Hago esto con mucha frecuencia

N°	Preguntas	1	2	3	4
1	Intento desarrollarme como persona como resultado de la experiencia.				
2	Me concentro en el trabajo u otras actividades sustitutivas para alejar el tema de mi mente.				
3	Me altero y dejo aflorar mis emociones.				
4	Trato de conseguir consejo de alguien sobre qué hacer.				
5	Concentro mis esfuerzos en hacer algo acerca de la situación.				
6	Me digo a mí mismo (a): "Esto no es real".				
7	Confío en Dios.				
8	Me río acerca de la situación.				
9	Admito que no puedo lidiar con el problema y dejo de intentar resolverlo.				
10	Me contengo a mí mismo(a) de hacer algo apresuradamente				
11	Hablo de mis sentimientos con alguien.				

12	Consumo alcohol o drogas para sentirme mejor.				
13	Me acostumbro a la idea de que el hecho sucedió.				
14	Hablo con alguien para saber más acerca de la situación.				
15	Evito distraerme con otros pensamientos o actividades.				
16	Sueño despierto(a) con otras cosas diferentes.				
17	Me altero y soy realmente consciente de la situación.				
18	Pido la ayuda de Dios.				
19	Hago un plan de acción.				
20	Hago bromas sobre la situación.				
21	Acepto que el hecho ha sucedido y que no puede cambiarse.				
22	No hago nada hasta que tenga más clara la situación.				
23	Intento conseguir apoyo emocional de amigos o familiares.				
24	Dejo de intentar alcanzar mi meta.				
25	Tomo medidas adicionales para intentar librarme del problema.				
26	Intento evadirme un rato bebiendo alcohol o tomando drogas.				
27	Me niego a creer que haya sucedido.				
28	Dejo aflorar mis sentimientos.				
29	Intento ver el problema de una forma diferente, para que parezca más positivo.				
30	Hablo con alguien que pudiera hacer algo concreto acerca del problema.				
31	Duermo más de lo habitual.				
32	Trato de idear una estrategia sobre lo que debo de hacer.				
33	Me concentro en el manejo del problema y, si es necesario, dejo de lado otras cosas.				
34	Consigo la compasión y comprensión de alguien.				
35	Bebo alcohol o tomo drogas para pensar menos en ello.				
36	Bromeo sobre ello.				
37	Renuncio a intentar lograr lo que quiero.				
38	Busco algo bueno en lo que está sucediendo.				

39	Pienso en cómo podría manejar mejor el problema.				
40	Actúo como si realmente no hubiera sucedido.				
41	Me aseguro de no empeorar las cosas por actuar demasiado pronto.				
42	Intento evitar que otras cosas interfieran con mis esfuerzos de manejar la situación.				
43	Voy al cine o veo la televisión para pensar menos en ello.				
44	Acepto que es una realidad que el hecho ha sucedido.				
45	Pregunto a personas que han tenido experiencias similares qué hicieron.				
46	Siento que me altero mucho y expreso demasiado todo lo que siento				
47	Llevo a cabo una acción directa en torno al problema.				
48	Intento encontrar consuelo en mi religión				
49	Me obligo a mí mismo(a) a esperar el momento oportuno para hacer algo.				
50	Hago bromas de la situación.				
51	Reduzco la cantidad de esfuerzo que dedico a resolver el problema.				
52	Hablo con alguien acerca de cómo me siento.				
53	Utilizo alcohol o drogas para ayudarme a superarlo.				
54	Aprendo a vivir con el problema.				
55	Dejo de lado otras actividades para poder concentrarme en el problema.				
56	Pienso profundamente acerca de qué pasos tomar.				
57	Actúo como si nunca hubiera ocurrido.				
58	Hago lo que hay que hacer, paso a paso.				
59	Aprendo algo de la experiencia.				
60	Rezo más de lo habitual.				

Declaración de conformidad del participante

Yo, Milda Abcayal Miguel Calvo, identificado/a con DNI
Nº 76774508, DECLARO QUE:

- He leído (o alguien me ha leído) la información brindada en este documento.
- Me han informado acerca de los objetivos de este estudio, los procedimientos, los riesgos, lo que se espera de mí y mis derechos.
- He podido hacer preguntas sobre el estudio y todas han sido respondidas adecuadamente. Considero que comprendo toda la información proporcionada acerca de este estudio.
- Comprendo que mi participación es voluntaria.
- Comprendo que puedo retirarme del estudio cuando quiera, sin tener que dar explicaciones y sin que esto afecte mi atención médica.
- Al firmar este documento, acepto participar en este estudio. No estoy renunciando a ningún derecho.
- Entiendo que recibiré una copia firmada y con fecha de este documento.

Nombre completo del sujeto de investigación:

Milda Abcayal Miguel Calvo

Firma del sujeto de investigación: Milda

Lugar, fecha y hora: ATE 20 - 07 - 25 - 10:50

MODOS DE AFRONTAMIENTO AL ESTRÉS (COPE)

Edad: 40 Grado de Instrucción: Univ Est. Civil: Casado

Deseamos conocer la forma como las personas responden cuando se les presenta distintos problemas, dificultades o situaciones que considere estresantes en su vida.

En este cuestionario indicará lo que usualmente hace y siente cuando experimenta sucesos estresantes en su vida, lógicamente ante diferentes situaciones las reacciones también serán distintas, pero deberá responder de acuerdo a lo que generalmente hace en esas situaciones. Responda de la forma más sincera que posible, todos los ítems; no existe respuestas correcta o incorrecta, por ello elija la respuesta que más utilizaría usted.

Responda según las siguientes alternativas:

1. Casi nunca hago esto
2. A veces hago esto
3. Usualmente hago esto
4. Hago esto con mucha frecuencia

N°	Preguntas	1	2	3	4
1	Intento desarrollarme como persona como resultado de la experiencia.				X
2	Me concentro en el trabajo u otras actividades sustitutivas para alejar el tema de mi mente.		X		
3	Me altero y dejo aflorar mis emociones.	X			
4	Trato de conseguir consejo de alguien sobre qué hacer.				X
5	Concentro mis esfuerzos en hacer algo acerca de la situación.				X
6	Me digo a mí mismo(a): "Esto no es real".		X		
7	Confío en Dios.				X
8	Me río acerca de la situación.	X			
9	Admito que no puedo lidiar con el problema y dejo de intentar resolverlo.		X		
10	Me contengo a mí mismo(a) de hacer algo apresuradamente				X
11	Hablo de mis sentimientos con alguien.				X
12	Consumo alcohol o drogas para sentirme mejor.	X			
13	Me acostumbro a la idea de que el hecho sucedió.	X			
14	Hablo con alguien para saber más acerca de la situación.				X
15	Evito distraerme con otros pensamientos o actividades.				X
16	Sueño despierto(a) con otras cosas diferentes.		X		
17	Me altero y soy realmente consciente de la situación.				X
18	Pido la ayuda de Dios.				X
19	Hago un plan de acción.				X
20	Hago bromas sobre la situación.	X			
21	Acepto que el hecho ha sucedido y que no puede cambiarse.				X

22	No hago nada hasta que tenga más clara la situación.	X			
23	Intento conseguir apoyo emocional de amigos o familiares.				X
24	Dejo de intentar alcanzar mi meta.	X			
25	Tomo medidas adicionales para intentar librarme del problema.				X
26	Intento evadirme un rato bebiendo alcohol o tomando drogas.	X			
27	Me niego a creer que haya sucedido.	X			
28	Dejo aflorar mis sentimientos.				X
29	Intento ver el problema de una forma diferente, para que parezca más positivo.				X
30	Hablo con alguien que pudiera hacer algo concreto acerca del problema.				X
31	Duermo más de lo habitual.	X			
32	Trato de idear una estrategia sobre lo que debo de hacer.				X
33	Me concentro en el manejo del problema y, si es necesario, dejo de lado otras cosas.				X
34	Consigo la compasión y comprensión de alguien.				X
35	Bebo alcohol o tomo drogas para pensar menos en ello.	X			
36	Bromeo sobre ello.	X			
37	Renuncio a intentar lograr lo que quiero.	X			
38	Busco algo bueno en lo que está sucediendo.				X
39	Pienso en cómo podría manejar mejor el problema.				X
40	Actúo como si realmente no hubiera sucedido.	X			
41	Me aseguro de no empeorar las cosas por actuar demasiado pronto.				X
42	Intento evitar que otras cosas interfieran con mis esfuerzos de manejar la situación.	X			
43	Voy al cine o veo la televisión para pensar menos en ello.				X
44	Acepto que es una realidad que el hecho ha sucedido.				X
45	Pregunto a personas que han tenido experiencias similares qué hicieron.				X
46	Siento que me altero mucho y expreso demasiado todo lo que siento	X			
47	Llevo a cabo una acción directa en torno al problema.				X
48	Intento encontrar consuelo en mi religión	X			
49	Me obligo a mí mismo(a) a esperar el momento oportuno para hacer algo.				X
50	Hago bromas de la situación.	X			
51	Reduzco la cantidad de esfuerzo que dedico a resolver el problema.	X			
52	Hablo con alguien acerca de cómo me siento.				X
53	Utilizo alcohol o drogas para ayudarme a superarlo.	X			
54	Aprendo a vivir con el problema.				X
55	Dejo de lado otras actividades para poder concentrarme en el problema.	X			
56	Pienso profundamente acerca de qué pasos tomar.				X
57	Actúo como si nunca hubiera ocurrido.	X			
58	Hago lo que hay que hacer, paso a paso.				X
59	Aprendo algo de la experiencia.				X
60	Rezo más de lo habitual.				X