

Estilos de afrontamiento al estrés

influyentes en la solución de problemas sociales en estudiantes universitarios en aislamiento social por COVID 19

Stress coping styles influencing the solution of social problems in university students in social isolation due to COVID 19

Doris Fuster-Guillén Universidad Privada San Juan Bautista. <https://orcid.org/0000-0002-7889-2243>. Email: doris.fuster@upsjb.edu.pe

Yolvi Ocaña-Fernández. Universidad Privada San Juan Bautista. <https://orcid.org/0000-0002-2566-6875>

Roger Pedro Norabuena Figueroa Universidad Nacional Mayor de San Marcos. <https://orcid.org/0000-0003-3731-9843>

Received/Recibido: 01/28/2021 Accepted/Aceptado: 02/15/2021 Published/Publicado: 06/10/2021 DOI: <http://doi.org/10.5281/zenodo.5227522>

Resumen

Introducción. El Covid 19, en la actualidad es una amenaza y viene generando diferentes reacciones, desde las más acertadas, hasta las más erróneas; es aquí cuando nuestros estilos de afrontamiento toman un papel protagónico frente a la incertidumbre. **Objetivo.** La investigación tiene el propósito identificar el estilo de afrontamiento al estrés que predomina e influye en las habilidades para resolver problemas sociales en estudiantes universitarios y ésta influye en las habilidades para solucionar problemas en aislamiento social por COVID 19. **Materiales y método.** El enfoque es cuantitativo, el método hipotético deductivo, nivel explicativo y diseño no experimental, la muestra de 386 estudiantes universitarios calculadas a través del muestreo probabilístico aleatorio simple. Los instrumentos fueron los cuestionarios de estilos de afrontamiento y solución de problemas sociales estandarizadas con validez y fiabilidad de 0,909 y 0,920 por Alpha de Cronbach respectivamente. Los resultados descriptivos orientados a través del tablas cruzadas y las inferenciales con el estadístico distribución de libre asintótica debido a que los datos corresponden a una distribución normal, asimismo de realizó los índices de ajuste para elaborar el modelo, índice de ajuste normado 0,977, índice de ajuste comparativo 0,994 e índice ajustado de bondad de ajuste 0,917 mayores al límite aceptable por lo tanto el modelo estructural establecido en la investigación es aceptable y demuestra que el estilo predominante que influye en las resolución de problemas sociales son las habilidades centrada en el problema. **Conclusión.** Los estilos de afrontamiento al estrés influyen significativamente en la solución de problemas sociales.

Palabras clave: Estrés, estilos de afrontamiento, solución problemas sociales, modelo estructural

Abstract

Introduction. Covid 19 is currently a threat and has been generating different reactions, from the most successful to the most erroneous; It is here when our coping styles take a leading role in the face of uncertainty. **Objective.** The research aims to identify the style of coping with stress that predominates and influences the skills to solve social problems in university students and this influences the skills to solve problems in social isolation due to COVID 19. **Materials and method.** The approach is quantitative, the hypothetical deductive method, explanatory level and non-experimental design, the sample of 386 university students calculated through simple random probability sampling. The instruments were standardized coping styles and social problem solving questionnaires with validity and reliability of 0.909 and 0.920 by Cronbach's Alpha, respectively. The descriptive results oriented through the crossed tables and the inferential ones with the statistic asymptotic free distribution due to the fact that the data correspond to a normal distribution, also the adjustment indices were carried out to elaborate the model, normed adjustment index 0.977, index of Comparative fit 0.994 and adjusted goodness of fit index 0.917 greater than the acceptable limit, therefore the structural model established in the research is acceptable and shows that the predominant style that influences the resolution of social problems is problem-centered skills. **Conclusion.** Stress coping styles significantly influence the solution of social problems.

Keywords: Stress, coping styles, social problem solving, structural model

La depresión en la actualidad está considerada como la principal causa de discapacidad a escala global con más de 300 millones de individuos de diversas edades que la padecen¹. La depresión, a pesar de sus importantes consecuencias para la salud, con frecuencia pasa desapercibida entre los estudiantes universitarios, ya que sus vidas suelen estar llenas de síntomas normalmente asociados con la depresión, por ejemplo, pérdida de sueño, falta de energía, ansiedad y tristeza². La adaptación exitosa a la depresión depende del uso de estrategias de afrontamiento adecuadas³⁻⁵.

Por otro lado, en el año 2019, se da conocer la problemática mundial por causa de la pandemia debido a la aparición de un nuevo coronavirus que afectó a China y se extendió por todo el mundo en un lapso muy breve de tiempo; al cual la Organización Mundial de la Salud⁶ lo rebautizó como Covid-19^{7,8,9}. Las investigaciones anteriores sobre las estrategias de afrontamiento se han centrado principalmente en la pandemia en sí misma; sin embargo, los impactos socio-psicológicos que se viene gestando por acción de la actual pandemia aún se encuentran bajo investigación; por lo que las estrategias de afrontamiento serán altamente requeridas con urgencia^{7,10}.

Por otro lado, la actual transición hacia la universidad se ha convertido en un asunto complejo y delicado en la vida de los estudiantes, ya que implica una serie de cambios tanto en el ámbito personal, afectivo y social que pone a prueba la capacidad adaptativa de los estudiantes al nuevo contexto para enfrentar tales cambios¹¹⁻¹³.

El estrés, que significa dificultad o adversidad, se encuentra omnipresente y puede tener un impacto en la vida cotidiana tanto personal como profesional. Según McCarthy et al.¹⁴ se tiene que, aunque el estrés puede ser difícil de definir, existen al menos tres definiciones principales que se hallan en la literatura: estrés como respuesta a estímulos tóxicos o aversivos por los que el cuerpo puede pasar por tres fases distintas: alarma, resistencia y agotamiento; estrés derivado de un estímulo o presión de una fuente externa, y estrés como proceso dinámico; siendo la última de mayor relevancia a factores cognitivos como los pensamientos, actitudes y creencias de la persona hacia el factor estresante¹⁴. Por ello Cancio et al.¹⁵ mencionaron que se requieren de más investigaciones para determinar cómo las consecuencias del estrés y las estrategias de afrontamiento varían con la edad.

Según Reddy et al.¹⁶ se entiende por estrés académico a la interacción entre los estresores ambientales, la valoración del estudiante y las reacciones de los mismos, que ha pasado a convertirse en un síntoma del aumento de los problemas de salud mental. Dada la relevancia del estrés en la vida de muchos estudiantes universitarios, las formas en cómo enfrentan el estrés, pueden ser factores críticos que permitan generar estrategias para aumentar la resiliencia y prevenir los trastornos de salud mental¹⁷. Las estrategias de afrontamiento, incluidos los esfuerzos para regular las emociones en respuesta al estrés, se han identificado como un mecanismo clave que vincula el estrés percibido y los acon-

tecimientos vitales estresantes con el desarrollo de problemas de salud mental^{13,4,18,19}.

El afrontamiento se define como los esfuerzos voluntarios para regular las respuestas cognitivas, conductuales y emocionales o fisiológicas hacia el factor estresante en sí mismo¹³. Existe un vínculo directo entre el estrés académico y las estrategias de afrontamiento ya que las últimas influyen directamente sobre los niveles de estrés²⁰. En un inicio el afrontamiento se conceptualizó como respuesta a eventos estresantes que ocurrieron con antelación o en el presente²⁰⁻²². Sobre lo mencionado, se plantearon dos estilos de afrontamiento: (a) centrado en la emoción²³, que busca regular las emociones estresantes cambiando la forma de interpretar la realidad modificando la reacción emocional, y (b) centrados en el problema²⁴, busca modificar la relación problemática entre el problema y el contexto que podría estar generando malestar.

Diversas investigaciones han evidenciado que la motivación está estrechamente relacionada con los tipos de estrategias de afrontamiento al estrés en relación a la etapa estudiantil²⁵⁻²⁷. Dentro del estilo de afrontamiento enfocado en el problema²⁸ son estrategias: (a) el afrontamiento activo, que comprende el proceso de cómo una persona toma acciones para avanzar a un siguiente paso y eliminar el estresor o disminuir sus efectos; (b) planificación, el individuo piensa cómo comportarse frente a la situación que genera estrés; (c) supresión de actividades competentes; (d) postergación del afrontamiento y; (e) búsqueda del apoyo social por razones instrumentales. Respecto del estilo evitativo²⁹, se tiene como estrategias: (a) liberación de emociones; (b) desentendimiento conductual y; (c) desentendimiento mental.

Según Loibl et al.³⁰ las habilidades para la solución de problemas sociales comprenden un diversificado conjunto de actividades cognitivo-conductuales que facultan al individuo a descubrir o desarrollar alternativas de solución o maneras efectivas convenientes para enfrentar los inconvenientes cotidianos. Al respecto, los citados autores mencionaron que las citadas habilidades comprenden los siguientes aspectos: (1) Definición y enunciación del problema, permite el acopio de datos relevantes y objetivos acerca del problema y la proyección de objetivos posibles o alcanzables para poder solucionarlo. (2) Generación de alternativas, permite generar posibilidades o visos de solución ya que la multiplicidad de posibilidades posibilita optar por la solución que se considere de mayor efectividad o viabilidad. (3) Toma de decisiones, facilita valorar las posibles soluciones y faculta la elección de aquella que permita consolidar la meta planteada, maximizando los efectos positivos y reduciendo los adversos. (4) Implementación y validación de la resolución, faculta poder evaluar los resultados obtenidos y así mismo ponderar la efectividad de los mismos. Cabe mencionar que los aspectos planteados posibilitan establecer una gama de diversas actividades con objetivos concretos y específicos. Además, cabe agregar que, según el planteamiento, si las cuatro variables son manejadas de adecuada forma, el investigador podrá ejecutar la solución de los problemas de una manera efectiva y satisfactoria.

Por otro lado, D'Zurilla y Nezu³¹ manifestaron que las habilidades de resolución de problema se enfocan en dos aspectos relevantes: (a) dimensión funcional, que contempla una serie de orientaciones positivas hacia los problemas y; (b) dimensión disfuncional, que comprende cuatro elementos: (i) definición y formulación de problemas que tiene por objetivo poder valorar la situación problemática y, a partir de ello, establecer un objetivo u objetivos posibles; (ii) generación de alternativas, que permite definir el inconveniente a fin de plantear una serie de alternativas para superar dificultades y conseguir la meta deseada; (iii) toma de decisiones, proceso fundamental para la búsqueda de soluciones viables a las problemáticas sociales y; (iv) implementación y verificación de soluciones, que permite evaluar la solución elegida.

De acuerdo con lo expuesto, el objetivo de la presente investigación procura identificar el estilo de afrontamiento al estrés que predomina e influye en las habilidades a fin de coadyuvar a la resolución de problemas ocasionados por el aislamiento social debido al estado actual de la pandemia Covid 19. Por otro parte. El trabajo se justifica en la necesidad de poder generar data relevante en relación a los mecanismos de afrontamiento al estrés por parte de los estudiantes universitarios debido a la coyuntura sui generis propias del contexto actual y con ello avisar medidas viables para mejoras significativas en relación a cuáles serían las mejores estrategias y desarrollarlas.

Metodología

La investigación corresponde al enfoque cuantitativo por que calcula los datos recolectados con el propósito de explicar hechos empíricos³², orientadas con el método cuantitativo porque parte de inferencia lógicas para arribar a conclusiones a partir de la hipótesis y nivel básico ya que responde a problemas sustanciales, explica la realidad que permita organizar la teoría científica³³ el nivel asumido fue el explicativo causal, que permitió relación en términos de causa y efecto³⁴ y el diseño no experimental, porque no existe manipulación de variables³⁵. Las variables de estudio fueron estilos de afrontamiento al estrés²³ y habilidades de solución de problemas sociales³¹ para la evaluación de las mismas se utilizó la técnica encuesta y cuestionario, los instrumentos cuentan con validez de contenido y constructo, así como la fiabilidad a través del Alpha de Cronbach con 0,909 y 0,920 respectivamente, administrada a 386 estudiantes que constituyen la muestra de estudio calculadas a través del muestreo probabilístico aleatorio simple.

Resultados

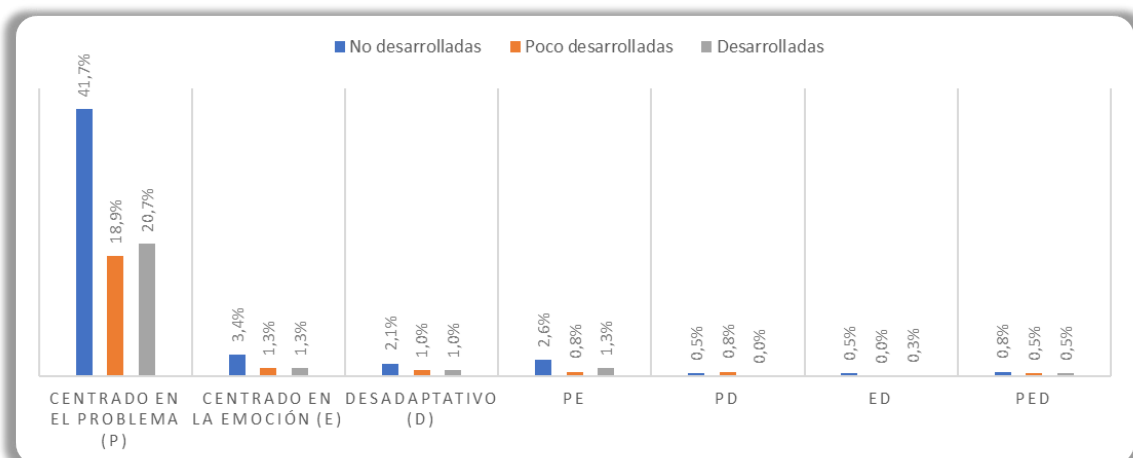
Los resultados descriptivos presentadas a través de tablas cruzadas

Tabla 1. Estilos de afrontamiento al estrés y la solución de problemas sociales en estudiantes universitarios en aislamiento social por COVID 19.

Estilos de afrontamiento al estrés	Solución de problemas sociales						Total	
	No desarrolladas		Poco desarrolladas		Desarrolladas		n	%
	n	%	n	%	n	%		
Centrado en el problema (CP)	161	41,7	73	18,9	80	20,7	314	81,3
Centrado en la emoción (CE)	13	3,4	5	1,3	5	1,3	23	6,0
Desadaptativo (D)	8	2,1	4	1,0	4	1,0	16	4,1
CP y CE	10	2,6	3	0,8	5	1,3	18	4,7
CP Y D	2	0,5	3	0,8	0	0,0	5	1,3
CE y D	2	0,5	0	0,0	1	0,3	3	0,8
CP, CE y D	3	0,8	2	0,5	2	0,5	7	1,8
Total	199	51,6	90	23,3	97	25,1	386	100,0

Fuente: Cuestionario aplicado a los estudiantes

Figura 1. Estilos de afrontamiento al estrés y la solución de problemas sociales en estudiantes universitarios en aislamiento social por COVID 19.



Podemos observar en la tabla y figura 1, que los estudiantes universitarios el 81,3% presentan o tienen el estilo de afrontamiento al estrés centrado en el problema si bien identifica en problema con claridad sin embargo distorsionan, altera, evaden y suprimen el problema y esto hace que no se enfrenta al problema y huyen de ella de los cuales el 42% no desarrollan habilidades para resolver el problema, el 19% tienen algunas habilidades y 21% desarrollan habilidades para resolver problemas en específico en su nivel funcional considerando y confiando en la propia capacidad para enfrentar inconvenientes de forma exitosa.

No consideran necesario conocer y comprender al problema, más bien contemplan que están preparados para enfrentar cualquier problema social que se presente de manera inmediata, claro está sin contemplar si lo hacen bien o mal. El 6% de los estudiantes en este 23 de 386 se ubican en el estilo de afrontamiento al estrés centrado en la emoción identifica el problema y si no la puede resolver busca ayuda apoyo social para fortalecer sus emociones, busca el lado positivo y el crecimiento personal frente a ese problema, acepta la realidad tal cual es, minimiza el dolor, los inconvenientes para afrontar situaciones y si consideran necesario acuden a la religión para el apoyo de las emociones t con ello enfrentar con hidalguía los retos que se presentan sin embargo al momento de una situación real 13 de los estudiantes no pueden poner en práctica lo antes mencionado, 10 de los estudiantes si desarrollan y ponen en práctica la solución de problemas reales y difícil de resolver, y el 4% se practica el estilo desadaptativo o evitativo.

Función de Prueba

Se realizó por medio del modelo de ecuaciones estructurales mediante el método de "Distribución libre asintótica" ya que las variables de análisis no presentan normalidad en los datos. Así mismo, la influencia es significativa (o positiva) si el coeficiente estandarizado entre ambas variables es positivo, de lo contrario la influencia es negativa, asimismo si la significancia es menor al 0,05.

Para el análisis inferencial los datos fueron procesados a través del estadístico distribución de libre asintótica debido a que los datos son de distribución normal, asimismo de realizó los

índices de ajuste para elaborar el modelo, índice de ajuste normado 0,977, índice de ajuste comparativo 0,994 e índice ajustado de bondad de ajuste 0,917 mayores al límite aceptable.

De la tabla 2, se observa que existe una influencia significativa (0.401^{***}) entre la solución de problemas sociales y los estilos de afrontamiento al estrés en los estudiantes universitarios en aislamiento social por COVID 19, que se puede verificar en la significancia con el valor 0,00. Los estudiantes presentan habilidades para resolver problemas sociales y esta influye en los en el estilo para afrontar el estrés que se presente como consecuencia del aislamiento social por COVID 19. Así mismo, los tres estilos (centrado en el problema, centrado en la emoción y desadaptativo o evitativo) de afrontamiento al estrés explican de manera unifactorial la variable, con cargas factoriales estandarizadas positivas (0,922; 0,683 y 0,109 respectivamente), apreciándose que es estilo predominante es el estilo de afrontamiento al estrés centrado al problema (0,922) mientras que el estilo desadaptativo de afrontamiento al estrés presenta una carga factorial bien baja (0,109) y no significativa. De lo referido podemos asumir que el estilo de afrontamiento al estrés es la que aporta más o se muestra con mayor frecuencia en las características de los estudiantes universitarios del Perú, sin embargo, se observa que el estilo desadaptativo o evitativo no contribuye a dicha variable como característica para afrontar el estrés, podemos afirmar que el estilo evitativo no es representativo al momento de encontrarnos en situaciones de estrés para los estudiantes universitarios.

Por otro lado, las dos dimensiones (funcional y disfuncional) de la solución de problemas sociales explican de manera unifactorial la variable, con cargas factoriales estandarizadas positivas (0,163 y 1,657 respectivamente), apreciándose que el estilo que predomina es la dimensión disfuncional (1,657) pero ésta a su vez no es significativa (negativa) estadísticamente. Las habilidades disfuncionales están centradas en aspectos prácticos para resolver problemas sociales y esto es lo que predomina en los estudiantes, que a su vez resulta ser negativa ya que no basta la sola práctica, es fundamental el estudio, el conocimiento y los aspectos emocionales al enfrentar un problema.

Tabla 2. Relación entre la solución de problemas sociales y los estilos de afrontamiento al estrés en los estudiantes universitarios en aislamiento social por COVID 19.

Relación/incidencia			Coeficiente	Coeficiente estandarizado	S.E.	C.R.	Sig.
Estilo afrontamiento estrés (EAE)	<---	Solución de problemas sociales (SPS)	2.095	.401	.493	4.253	0,00
Emoción	<---	Estilo afrontamiento estrés	.741	.683	.068	10.921	0,00
Desadaptativo	<---	Estilo afrontamiento estrés	.130	.109	.092	1.414	.157
Desadaptativo	<---	Emoción	.292	.267	.073	3.982	0,00
Problema	<---	Estilo afrontamiento estrés	1.000	.922			
Funcional	<---	Solución de problemas sociales	1.000	.163			
Disfuncional	<---	Solución de problemas sociales	9.861	1.657	7.344	1.343	.179
Disfuncional	<---	Desadaptativo	-.162	-.169	.048	-3.367	0,00
Funcional	<---	Desadaptativo	.592	.598	.046	12.802	0,00

Fuente: Base de datos

Tabla 3. Indicadores de bondad de ajuste del modelo estructural de la relación entre la solución de problemas sociales y los estilos de afrontamiento al estrés en los estudiantes universitarios en aislamiento social por COVID 19

Nombre	Medida de ajuste	Valor	Límite aceptable*
Índice de ajuste normado	NFI	0,977	≥ 0,9
Índice de ajuste comparativo	GFI	0,994	≥ 0,9
Índice ajustado de bondad de ajuste	AGFI	0,917	≥ 0,85
Índice relativo de ajuste	RFI	0,773	≥ 0,9
Raíz cuadrada del error cuadrático medio	RMR	0,004	≤ 0,1

*Byrne, B. (2010). Structural Equation Modeling with AMOS. 2da. Ed. New York. Routledge Taylor & Francis Group.

Fuente: Base de datos piloto

Según los indicadores de ajuste, se puede decir que el modelo estructural estimado es aceptable ya que cumple cuatro de los indicadores de ajuste. Índice de ajuste normado 0,977 Índice de ajuste comparativo 0,994, Índice ajustado de bondad de ajuste 0,917, Raíz cuadrada del error cuadrático medio 0,004. Por lo antes mencionado podemos referir que el modelo es aceptable que se explicará líneas abajo.

Modelo estructural:

$$EAE = 0.401xSPS + e_6$$

$$Funcional = 0.598xDesadaptativo + 0.163xSPS + e_4$$

$$Disfuncional = -0.169xDesadaptativo + 1.657xSPS + e_5$$

$$Desadaptativo = 0.267xEmoción + 0.109xEAE + e_3$$

Modelos de medida:

$$Problema = 0.922xEAE + e_1$$

$$Emoción = 0.683xEAE + e_2$$

$$Desadaptativo = 0.109xEAE + e_3$$

$$Funcional = 0.163xSPS + e_4$$

$$Disfuncional = 1.657xSPS + e_5$$

Del modelo estructural se puede afirmar que las habilidades de problemas sociales influyen en el 40% en los estilos de afrontamiento al estrés para que suceda ello el aporte de las habilidades disfuncionales en el 91%, los estudiantes universitarios definen problemas, generan alternativas, toman decisiones y pueden desarrollar un problema, identificación del problema, generación de alternativas, toma de decisiones, implementan y verifican la solución de manera práctica y las habilidades funcionales en el 9% conocimientos teóricos de los problemas sociales, manejo de emociones y conductas y comportamientos acorde al problema de investigación, los mencionados aportes hacen contribuyen para que el estilo centrado en el problema se afiance en 54 %, el manejo emocional en el 40% y el estilo desadaptativo o evitativo en el 6%. Así mismo, el estilo desadaptativo de afrontamiento al estrés incide en 60% de manera positiva y significativa (0,598***) sobre la dimensión funcional de la solución de problemas sociales, el mismo estilo desadaptativo incide de ma-

nera negativa y significativa (-0,169***) sobre la dimensión disfuncional de la solución de problemas sociales. Del mismo modo, se encuentra un incidencia positiva y significativa (0.267) del estilo de afrontamiento centrado en la emoción sobre el estilo desadaptativo de afrontamiento al estrés.

Discusión

El 81% de los estudiantes universitarios en aislamiento social por COVID 19 presentan o tienen el estilo de afrontamiento al estrés centrado en el problema si bien identifica en problema con claridad sin embargo distorsionan, alteran, evaden y suprimen el problema y esto hace que no se enfrenta al problema y huyen de ella de los cuales el 42% no desarrollan habilidades para resolver el problema, el 19% tienen algunas habilidades y 21% desarrollan habilidades para resolver problemas en específico en su nivel funcional considerando y confiando en la propia capacidad para enfrentar inconvenientes de forma exitosa para confirmar lo mencionado Castaño y León³⁶ realiza en España refieren que el 6% de la muestra manifiestan que las personas con perfiles interpersonales reservados, fríos y arrogantes (no afiliativos) suelen elegir más frecuentemente estrategias de afrontamiento consideradas desadaptativas, muestra que tienden, en general, a utilizar estrategias de afrontamiento pasivas, con un predominio de los pensamientos ansiosos relacionados con la situación y frecuentes autocríticas dirigidas hacia sus capacidades y auto culpabilidad, reducción de sus relaciones interpersonales y evitación del contacto con otras personas. Los resultados de la investigación son preocupantes ya el 81% se encuentran en el estilo desadaptativo en comparación a lo planteado por Castaño y León³³ que el 6 % de muestra practica el mismo estilo, nos estamos refiriendo a estudiante universitarios que se encuentran en proceso de formación, preparación, culturización e interacción, que son los sujetos que deberían estar preparados para enfrentar diversas situaciones personales y múltiples problemas sociales, no obstante identificamos a estudiantes universitarios peruanos que distorsionan, alteran, evaden problemas, presentan pensamientos ansiosos, dudan de sus capacidades, auto culpabilidad, reducción de sus relaciones interpersonales. No consideran necesario conocer y comprender al problema, más bien contemplan que están preparados para enfrentar cualquier problema social que se presente de manera inmediata, claro está sin contemplar si lo hacen bien o mal.

El 6% de los estudiantes 23 de 386 se ubican en el estilo de afrontamiento al estrés centrado en la emoción identifica el problema y si no la puede resolver busca ayuda apoyo social para fortalecer sus emociones, busca el lado positivo y el crecimiento personal frente a ese problema, acepta la realidad tal cual es, minimiza el dolor, los inconvenientes para afrontar situaciones y si consideran necesario acuden a la religión para el apoyo de las emociones t con ello enfrentar con hidalguía los retos que se presentan sin embargo al momento de una situación real 13 de los estudiantes no pueden poner en práctica lo antes mencionado , 10 de los estudiantes si desarrollan y ponen en práctica la solución de problemas reales y difícil de resolver, y el 4% se practica el estilo desadaptativo o evitativo, reforzando lo mencionado por Berdullas³⁷. Algunos individuos cuentan con un amplio abanico de recursos –emocionales, cognitivos, conductuales– a la hora de afrontar las situaciones problemáticas o las experiencias vitales estresantes en el estudio o en el trabajo, sin embargo, deficiencias importantes al tratar de resolver problemas cotidianos de la vida diaria en familia o en ámbito familiar. Podemos afirmar que el estado emocional de los estudiantes universitarios es fundamental al momento de afrontar problemas sociales, cuando se presente algún problema laboral o de estudio ellos afrontan situaciones de estrés en este caso el Covid 19, Es preciso que este estudiante emocionalmente estable en los estudios y centros laborales manifestaron que cuando el problema ocurre centro del círculo familiar cercano no las pueden manejar debido a los sentimientos que representa la familia.

Por otro lado, las dos dimensiones (funcional y disfuncional) de la solución de problemas sociales explican de manera unifactorial la variable, apreciándose que el estilo que predomina es la dimensión disfuncional (1,657) Las habilidades disfuncionales están centradas en aspectos prácticos para resolver problemas sociales y esto es lo que predomina en los estudiantes, que a su vez resulta ser negativa ya que no basta la sola práctica, es fundamental el estudio, el conocimiento y los aspectos emocionales al enfrentar un problema. En respaldo a ello Pérez y Coutín³⁸ afirman que los conocimientos pragmáticos son relativos a la toma de decisiones y a los conocimientos objetivos prácticos, se utilizan en el trabajo diario. Los estudiantes universitarios pueden tomar una buena o mala decisión ya que tener experiencia, conocer el contexto es relativo entendido como incompleto o insuficiente para resolver problemas que surgen en el campo, laboral y personal, para no correr riesgo es importante que los estudiantes universitarios desarrollen habilidades funcionales además de disfuncionales ya que se complementan al momento de solucionar problemas sociales.

La influencia de habilidades de resolución de problemas en los estilos de afrontamiento al estrés de 40% esto se genera gracias al aporte de las habilidades disfuncionales en el 91%, de 386 estudiantes universitarios 351 definen problemas, generan alternativas, toman decisiones y pueden desarrollar un problema, identificación del problema, generación de alternativas, toma de decisiones, implementan y verifican la solución de manera práctica, no se preparan teó-

ricamente, ni realizan análisis de la situación que conlleva a un riesgo ya que la teoría y la práctica se hacen presente a la hora de abordar un problema, lo mencionado es respaldado por Restrepo³⁹. El futuro profesional enfrenta problemas en el ejercicio de su práctica cotidiana para ello deben formarse en la teoría y la práctica para deben trabajar centradas a la resolución de problemas y casos, evidenciando mejor sus competencias⁴⁰ y sobre todo integrando sus habilidades con las herramientas tecnológicas que disponga⁴¹. Asimismo Piaget e Inhelder⁴² sostienen que el nivel del pensamiento formal se caracteriza por la posibilidad que tiene el sujeto de trabajar en resolución de problemas aplicando modelos de razonamiento hipotético-deductivo. De acuerdo con esta teoría la resolución de un problema requiere de tres fases: 1. Esquema anticipador que vincula el objetivo que se pretende alcanzar con un complejo de nociones. 2. Relleno del esquema que consiste en la simple actuación del sistema 3. Organización del complejo de las nociones previas que depende de las leyes del pensamiento, aunque se hace necesario también destacar la importancia de la modernización de las instituciones en la provisión del servicio educativo^{43,44}. De ambas investigaciones podemos concluir que los estudiantes no cuentan con habilidades teóricas y modelos de razonamiento para resolución de problemas si se les presenta alguna situación ellos lo solucionan centrados en la experiencia, en muchos de los casos puede resultar, sin embargo se considera un riesgo porque casi siempre los estudiantes universitarios de ciencias sociales trabajan con problemas que involucra a los seres humanos, y no podemos intentar, practicar en vez de solucionar o aliviar un problema podemos hacer de que ello se agrave.

Referencias

1. Sawhney M, Kunen S, Gupta A. Depressive symptoms and coping strategies among Indian university students. *Psychological Reports*. 2020; 123(2):266-280. Disponible en: <https://doi.org/10.1177/0033294118820511>
2. Thomas CL, Cassady JC, Heller ML. The influence of emotional intelligence, cognitive test anxiety, and coping strategies on undergraduate academic performance. *Learning and Individual Differences*. 2017; 55:40-48. Disponible en: <https://doi.org/10.1016/j.lindif.2017.03.001>.
3. Gustems-Carnicer J, Calderón C, Calderón-Garrido D. Stress, coping strategies and academic achievement in teacher education students. *European Journal of Teacher Education*. 2019; 42(3):375-390. Disponible en: <https://doi.org/10.1080/02619768.2019.1576629>
4. Peña-Paredes E, Mendoza LIB, Cabañas RP, Avila LR, Sales KGG. Estrés y estrategias de afrontamiento en Estudiantes de Nivel Superior de la Universidad Autónoma de Guerrero. *NURE investigación: Revista Científica de enfermería*. 2018; 15(92): 1-8. Disponible en: <https://bit.ly/2LNGI8F>
5. Buser JK, Kearney A. Stress, adaptive coping, and life satisfaction. *Journal of College Counseling*. 2017; 20(3):224-236. Disponible en: <https://doi.org/10.1002/jocc.12071>
6. World Health Organization: WHO. WHO Director-General's opening remarks at the mission briefing on COVID-19; 2020. Disponible en: <https://www.who.int/dg/speeches/detail/who-director-general-opening-remarks-at-the-mission-briefing-on-COVID-19>

7. Babore A, Lombardi L, Viceconti ML, Pignataro S, Marino V, Crudele M, Candelori C, Bramanti SM, Trumello C. (2020). Psychological effects of the COVID-2019 pandemic: Perceived stress and coping strategies among healthcare professionals. *Psychiatry research*. 2020; 293:1-6. Disponible en: <https://doi.org/10.1016/j.psychres.2020.113366>
8. Lee SM, Kang WS, Cho AR, Kim T, Park JK. (2018). Psychological impact of the 2015 MERS outbreak on hospital workers and quarantined hemodialysis patients. *Comprehensive Psychiatry*. 2018; 87:123-127. Disponible en: <https://doi.org/10.1016/j.compsych.2018.10.003>
9. Nurunnabi M, Hossain SFAH, Chinna K, Sundarasan S, Khoshaim HB, Kamaludin K, Baloch GM, Sukayt A, Shan X. Coping strategies of students for anxiety during the COVID-19 pandemic in China: a cross-sectional study. *F1000 Research*. 2020; 9:1-16. Disponible en: <https://doi.org/10.12688/f1000research.25557.1>
10. Fernández-Abascal EG. Emociones positivas, psicología positiva y bienestar. *Emociones positivas*. 2009. Disponible en: <https://bit.ly/39VgovO>.
11. Cabras C, Mondo M. Coping strategies, optimism, and life satisfaction among first-year university students in Italy: Gender and age differences. *Higher Education*. 2018; 75(4):643-654. Disponible en: [10.1007/s10734-017-0161-x](https://doi.org/10.1007/s10734-017-0161-x)
12. Freire-Rodríguez C, Ferradás-Canedo MDM. Afrontamiento del estrés académico y autoeficacia en estudiantes universitarios: un enfoque basado en perfiles. *International Journal of Developmental and Educational Psychology*. 2020; 1(1): 133-142. Disponible en: <https://bit.ly/2Yb7ioZ>
13. Coiro MJ, Bettis AH, Compas BE. College students coping with interpersonal stress: Examining a control-based model of coping. *Journal of American College Health*. 2017; 65(3):177-186. Disponible en: <https://doi.org/10.1080/07448481.2016.1266641>
14. McCarthy B, Trace A, O'Donovan M, Brady-Nevin C, Murphy M, O'Shea M, O'Regan P. Nursing and midwifery students' stress and coping during their undergraduate education programmes: An integrative review. *Nurse education today*. 2018; 61:197-209. Disponible en: <https://doi.org/10.1016/j.nedt.2017.11.029>
15. Cancio EJ, Larsen R, Mathur SR, Estes MB, Johns B, Chang M. Special education teacher stress: Coping strategies. *Education and Treatment of Children*. 2018; 41(4): 457-481. Disponible en: <https://doi.org/10.1353/etc.2018.0025>
16. Reddy KJ, Menon KR, Thattil A. Academic stress and its sources among University students. *Biomedical and Pharmacology Journal*. 2018; 11(1):531-537. Disponible en: <https://dx.doi.org/10.13005/bpj/1404>
17. Cornejo-Peña RM. Estilos de afrontamiento al estrés Académico en Estudiantes de beca 18 de la Universidad Científica del Sur-Lima 2017 [tesis de maestría]. Universidad Andina Néstor Cáceres Velásquez, Juliaca; 2020. Disponible en: <https://bit.ly/3cfTwdl>
18. Ramli NH, Alavi M, Mehreznah SA, Ahmadi A. Academic stress and self-regulation among university students in Malaysia: Mediator role of mindfulness. *Behavioral Sciences*. 2018; 8(1):12. Disponible en: <https://doi.org/10.3390/bs8010012>
19. Chen Y, Peng Y, Xu H, O'Brien WH. (2018). Age differences in stress and coping: Problem-focused strategies mediate the relationship between age and positive affect. *The International Journal of Aging and Human Development*. 2018; 86(4): 347-363. Disponible en: <https://doi.org/10.1177/0091415017720890>
20. Cabanach RG, Souto-Gestal A, González-Doniz L, Corrás-Vásquez T. Afrontamiento y regulación emocional en estudiantes de fisioterapia. *Universitas Psychologica*. 2018; 17(2):1-13. Disponible en: <https://doi.org/10.11144/Javeriana.upsy17-2.aree>
21. Stephenson E, De Longis A. Coping Strategies. En: *The Wiley Encyclopedia of Health Psychology*. 2020:55-60. Disponible en: <https://doi.org/10.1002/9781119057840.ch50>
22. Enns A, Eldridge GD, Montgomery C, González VM. Perceived stress, coping strategies, and emotional intelligence: a cross-sectional study of university students in helping disciplines. *Nurse education today*. 2018; 68:226-231. Disponible en: <https://doi.org/10.1016/j.nedt.2018.06.012>
23. Lazarus RS, Folkman S. The concept of coping. En: *Stress and coping: An anthology (3rd ed.)*. New York: Columbia University Press; 1991.
24. Pineda-Gonzales D. Estrés parental y estilos de afrontamiento en padres de niños con trastornos del espectro autista [Tesis de grado]. Pontificia Universidad Católica del Perú; 2012. Disponible: <https://bit.ly/3qtv0Ju>
25. Bonneville-Roussy A, Evans P, Verner-Filion J, Vallerand RJ, Bouffard T. Motivation and coping with the stress of assessment: Gender differences in outcomes for university students. *Contemporary Educational Psychology*. 2017; 48: 28-42. Disponible en: <https://doi.org/10.1016/j.cedpsych.2016.08.003>
26. Ribeiro I J, Pereira R, Freire I, de Oliveira B, Casotti C, Boery E N. Stress and quality of life among university students: A systematic literature review. *Health Professions Education*. 2018; 4(2):70-77. Disponible en: <https://doi.org/10.1016/j.hpe.2017.03.002>
27. Piergiovanni L F, Depaula P D. Autoeficacia y estilos de afrontamiento al estrés en estudiantes universitarios. *Ciencias Psicológicas*. 2018; 12(1):17-23. Disponible en: <http://dx.doi.org/10.22235/cp.v12i1.1591>
28. Tway R, Connolly P, Novak J. Coping strategies used by parents of children with autism. *Journal of American Academy of Nurse Practitioners*. 2007; 19(5):251-260. Disponible en: <https://doi.org/10.1111/j.1745-7599.2007.00222.x>
29. Carver C S, Scheier M F, Weintraub J K. Assessing coping strategies: A theoretically based approach. *Journal of Personality and Social Psychology*. 1989; 56(2): 267-283. Disponible en: <https://doi.org/10.1037/0022-3514.56.2.267>.
30. Loibl K, Roll I, Rummel N. Towards a theory of when and how problem solving followed by instruction supports learning. *Educational Psychology Review*. 2017; 29(4): 693-715. Disponible en: [10.1007/s10648-016-9379-x](https://doi.org/10.1007/s10648-016-9379-x)
31. D'Zurilla T J, Nezu A M. Terapia de resolución de problemas. *Manual de terapias cognitivo-conductuales*. 2010; 3: 197-225.
32. Sánchez Flores F. Fundamentos epistémicos de la investigación cualitativa y cuantitativa: consensos y disensos. *Revista Digital de Investigación en Docencia Universitaria*. 2019; 13(1):102-122. Disponible en: <https://dx.doi.org/10.19083/ridu.2019.644>.
33. Sánchez H, Reyes C, Mejía K. Manual de términos en investigación científica, tecnológica y humanística. 2018. Lima, Perú: Business Support Aneth S.R.L.
34. Ramos-Galarza C. Los Alcances de una investigación. *CienciaMéxico*. 2020; 9(3): 1-6. DOI:10.33210/ca.v9i3.336
35. Hernández R, Fernández C, Baptista P. Metodología de la Investigación. 6ta ed. México: McGraw-Hill/ Interamericana Editores, S.A.; 2014.
36. Castaño E, León del Barco B. Estrategias de afrontamiento del es-

trés y estilos de conducta interpersonal. *Revista Internacional de Psicología y Terapia Psicológica*. 2010; 10(2):245-257.

37. Berdullas-Saunders S. Relación entre las habilidades de solución de problemas sociales y los rasgos emocionales negativos de la personalidad: la "tríada emocional negativa" (depresión, ansiedad e ira). [Tesis de doctor]. Universidad Complutense de Madrid; 2016.
38. Pérez Rodríguez Y, Coutín Domínguez A. La gestión del conocimiento: un nuevo enfoque en la gestión empresarial. *ACIMED*. 2005; 13(6).
39. Restrepo Gómez B. Aprendizaje basado en problemas (ABP): una innovación didáctica para la enseñanza universitaria. *Educación y Educadores*. 2005; 8: 9-19.
40. Vértiz JJ, Cucho RR, Vértiz-Osores RI, Vílchez GL, Angulo A. Virtual university education in the context of the health emergency due to COVID-19: Challenges in the evaluation processes. *Int J Early Child Spec Educ*. 2020;12(1):467-77. Available from: <http://www.int-jecse.net/abstract.php?id=171>
41. Manco-Chavez JA, Uribe-Hernandez YC, Buendia-Aparcana R, Vertiz-Osores JJ, Isla Alcoser SD, Rengifo-Lozano RA. Integration of ICTS and Digital Skills in Times of the Pandemic Covid-19. *Int J High Educ*. 2020 Nov 2;9(9):11. Available from: <https://doi.org/10.5430/ijhe.v9n9p11>
42. Piaget J, Inhelder B. De la lógica del niño a la lógica del adolescente. Buenos Aires: Paidós; 1970.
43. Guevara HE, Huarachi LA, Lozano GA, Vértiz-Osores JJ. Change management in post-pandemic educational organizations. *Rev Venez Gerenc*. 2021;26(93):178-91. Available from: <https://www.produccioncientificaluz.org/index.php/rvg/article/view/34976/36956>
44. Hernández RM, Carranza Esteban RF. Felicidad, optimismo y autorrealización en estudiantes de un programa de educación superior para adultos. *Interdisciplinaria*. 2017; 34(2):307-325. Disponible en: <http://www.ciiipme-conicet.gov.ar/ojs/index.php?journal=interdisciplinaria&page=article&op=view&path%5B%5D=337>.