

UNIVERSIDAD PRIVADA DE TACNA
FACULTAD DE EDUCACIÓN, CIENCIAS DE LA
COMUNICACIÓN Y HUMANIDADES
ESCUELA DE HUMANIDADES
CARRERA PROFESIONAL DE PSICOLOGIA



AFRONTAMIENTO AL ESTRÉS Y RESENTIMIENTO EN EL
PERSONAL MILITAR DE TROPA DE LOS CUARTELES
DE TACNA, AÑO 2021

Tesis presentada por:

Bach. Rudy Roxana Santillán Marchan

Para obtener el Título Profesional de:

Licenciada en Psicología

TACNA – PERÚ

2023

Agradecimientos

A mi padre Rudecindo y mis hermanos Adam y Walter, por el amor, comprensión y apoyo incondicional que me han brindado.

A ti mamita Rudy, que partiste al cielo sin verme llegar a mi objetivo y que desde el cielo me iluminas para seguir con mis proyectos.

También dedico a mi hija Luana Victoria por ser mi motivación constante para cumplir mis anhelos.

Dedicatoria

Agradezco primeramente a Dios por permitirme tener vida, salud y poder realizar uno más de mis propósitos que es ser Psicóloga. También a todos mis maestros psicólogos de la Universidad, por sus enseñanzas y conocimientos para desarrollarme profesionalmente.

Por último, a todas las personas que me ayudaron y colaboraron en la realización de este trabajo.

Título

Afrontamiento al estrés y resentimiento en personal militar de tropa de los cuarteles de Tacna, año 2021.

Autora

Bach. Rudy Roxana Santillán Marchán

Asesor

Mg. José Luis Morales Quezada

Línea de investigación

Medición de las condiciones de vida psicológica, social y cultural de la comunidad regional.

Sub línea de investigación

Bienestar Psicológico y Salud ocupacional.

Índice de Contenido

Agradecimientos	i
Dedicatoria	ii
Índice de Contenido	iv
Índice de Tablas	viii
Índice de Figuras	ix
Resumen	x
Abstract	xi
Introducción	1
Capítulo I	3
El Problema	3
1.1. Determinación del Problema	3
1.2. Formulación del Problema	7
1.2.1. Pregunta General.	7
1.2.2. Interrogantes Específicas	7
1.3. Justificación de la Investigación	7
1.3.1 Justificación Teórica	7
1.3.2. Justificación Práctica	8
1.3.3. Justificación Metodológica	8
1.4. Objetivos	9
1.4.1. Objetivo General	9
1.4.2. Objetivos Específicos	9
1.5. Antecedentes del Estudio	10

1.5.1. Antecedentes Internacionales	10
1.5.2. Antecedentes Nacionales	13
1.6. Definiciones Básicas	16
Capítulo II:	
Fundamento Teórico Científico de la Variable Afrontamiento al Estrés	19
2.1. Afrontamiento al Estrés	19
2.1.1. Definición	19
2.1.2. Fases del Estrés	20
2.1.3. Desarrollo Teórico del Afrontamiento al Estrés	20
2.1.4. Estilos de Afrontamiento al Estrés	21
2.1.5. Etapas del Afrontamiento al Estrés	23
2.1.6. Modelos del Afrontamiento al Estrés	23
2.1.7. Estilos de Afrontamiento al Estrés y Adolescencia	25
2.1.8. Modelos Teóricos sobre el Estrés	26
2.1.9. Liderazgo y Estrés en Contextos Militares	27
2.1.10. El Estrés en los Soldados Profesionales	28
2.1.11. Riesgos Psicosociales en Contextos Militares	29
2.1.12. Estrategias de Afrontamiento en el Contexto Militar	30
Capítulo III: Fundamento Teórico Científico de la Variable Resentimiento	33
3.1. Resentimiento	33
3.1.1. Definiciones	33
3.1.2. Desarrollo del Resentimiento	34
3.1.3. Consecuencias del Resentimiento	35
3.1.4. Modelos de Resentimiento	36
3.1.5. Estímulos del Resentimiento	37

3.1.6. Medición de la variable Resentimiento.	38
3.1.7. Dimensiones del Resentimiento	38
3.1.8. Resentimiento Familiar	39
3.2. Servicio Militar en el Perú	40
3.2.1. Reseña Histórica	40
3.2.2. Definición del Reglamento de la Ley N. 29248	41
3.2.3. Aspecto Normativo	41
3.2.4. Beneficios del Personal de Servicio Militar Voluntario	42
Capítulo IV : Metodología	44
4.1. Enunciado de las Hipótesis	44
4.2. Operacionalización de Variables	45
4.2.1. Variable 1: Afrontamiento al Estrés	45
4.2.2. Variable 2: Resentimiento	46
4.3. Tipo y Diseño de la Investigación	47
4.5. Unidades de Estudio, Población y Muestra	47
4.5.1.Unidad de Estudio	47
4.5.2. Población	48
4.5.3. Muestra	48
4.6. Procedimientos, Técnicas e Instrumentos de Recolección de Datos	49
4.6.1.Procedimientos y Análisis de Información	49
4.6.2.Técnicas	50
4.6.3. Instrumentos de Recolección de Datos	50
Capítulo V :Resultados	53
5.1. Trabajo de Campo	53
5.2. Diseño de Presentación de los Resultados	53

5.3. Los Resultados	55
5.4. Comprobación de las Hipótesis	63
5.4.1. Contraste de la Primera Hipótesis Específica	64
5.4.2. Contraste de la Segunda Hipótesis Específica	66
5.4.3. Contraste de la Tercera Hipótesis Específica	68
5.4.4. Contraste de la Cuarta Hipótesis Específica	70
5.4.5. Contraste de la Hipótesis General	72
5.5. Discusión de Resultados	74
Capítulo VI : Conclusiones y Sugerencias	79
6.1. Conclusiones	79
6.2. Sugerencias	81
Referencias	83
Anexos	95
Anexo A: Matriz de Consistencia	96
Anexo B: Base de Datos	98
Anexo C: Constancia de Aplicación de Encuestas	105
Anexo D: Fotos de Aplicación de las Encuestas	107
Anexo E: Información sobre Datos Sociodemograficos	109

Índice de Tablas

Tabla 1. Operacionalización de la Variable Afrontamiento al Estrés	45
Tabla 2. Operacionalización de la Variable Resentimiento	46
Tabla 3. Marco muestral	48
Tabla 4. Distribución de la Muestra	49
Tabla 5. Distribución según los Estilos de Afrontamiento Enfocado en la Emoción en los Participantes.	55
Tabla 6. Distribución según el Estilos de Afrontamiento Enfocado en el Problema en los Participantes.	57
Tabla 7. Distribución del Resentimiento en su Componente Actitudinal.	58
Tabla 8. Distribución del Resentimiento en su Componente Socioemocional	60
Tabla 9. Distribución del Resentimiento a Nivel Global en los Participantes.	61
Tabla 10. Prueba de Normalidad Kolmogorov-Smirnov	63
Tabla 11. Distribución del Resentimiento a Nivel Global en los Participantes	66
Tabla 12. Contrastación de Hipótesis Especifica 3	68
Tabla 13. Contrastación de Hipótesis Especifica 4	71
Tabla 14. Contrastación de Hipótesis General	72
Tabla 15. Distribución de los Participantes según la Edad.	109
Tabla 16. Distribución de los Participantes según el Sexo.	111
Tabla 17. Distribución de los Participantes según al Cuartel al que pertenecen.	112
Tabla 18. Distribución de los Participantes según la Región de Procedencia.	113

Índice de Figuras

Figura 1. Distribución según el Estilo de Afrontamiento Enfocado en la Emoción en los participantes.	55
Figura 2. Distribución según el Estilo de Afrontamiento Enfocado en el Problema en los participantes.	57
Figura 3. Distribución del Resentimiento en su Componente Actitudinal.	58
Figura 4. Distribución del Resentimiento en su Componente Socioemocional	60
Figura 5. Distribución del Resentimiento a Nivel Global en los Participantes	61
Figura 6. Magnitudes de las Estrategias de Afrontamiento.	65
Figura 7. Distribución de los Participantes según la Edad.	109
Figura 8. Distribución de los Participantes según el Sexo.	111
Figura 9. Distribución de los Participantes según al Cuartel que pertenecen	112
Figura 10. Distribución de los Participantes según la Región de Procedencia	113

Resumen

El presente trabajo tiene como objetivo determinar si existe una relación significativa entre afrontamiento al estrés y resentimiento en el personal militar de tropa de los cuarteles de Tacna, año 2021. Se partió de un enfoque cuantitativo, de nivel relacional, tipo básica y de diseño no experimental. La población estuvo conformada por 84 miembros personal de tropa quienes se les aplicó un muestreo estratificado, quedando la muestra conformada por 74 miembros de tropa. Se aplicó la técnica de la encuesta a través de los instrumentos Cuestionario de Modos de Afrontamiento al Estrés forma disposicional (COPE) y el Inventario de Actitudes hacia la Vida - Escala de resentimiento (IAHV-ER). Entre los principales resultados se puede mencionar que los mecanismos de afrontamiento enfocado en la emoción se encuentran ubicados en el nivel alto con el 61%, mientras que el nivel de afrontamiento enfocado en el problema preponderante corresponde a un nivel medio con el 42%, asimismo, el resentimiento se ubica en el nivel medio con un 31% de la distribución. Se concluye, a un nivel de confianza del 95%, que existe una relación significativa entre el tipo de afrontamiento al estrés predominante y el nivel de resentimiento en el personal militar de tropa de los cuarteles de Tacna, año 2021.

Palabras clave: Actitudinal, afrontamiento, estrés, sentimiento, actitud hacia la vida.

Abstract

The present work aims to determine if there is a significant relationship between coping with stress and resentment in the military personnel of the city of Tacna, year 2021. It started from a quantitative approach, relational level, basic type and non-experimental design. The population consisted of 84 members of troop personnel to whom a stratified sampling was applied, leaving a sample of 74 troop members. The survey technique was applied through the instruments : Questionnaire about Ways of Coping with Stress in a dispositional form (COPE) and the Inventory of Attitudes towards Life - Resentment Scale (IAHV-ER). Among the main results it can be mentioned that the coping mechanisms focused on the emotion are located at the high level with 61%, while the level of coping focused on the preponderant problem corresponds to a medium level with 42%, likewise , resentment is located at the medium level with 31% of the distribution. It is concluded, at a confidence level of 95%, that there is a significant relationship between the level of resentment and the type of coping with stress predominant in the military personnel of the city of Tacna, year 2021.

Keywords: Attitudinal, coping, stress, feeling, attitude towards life.

Introducción

El estudio actual sigue la convergencia de un número menor de investigaciones realizadas a las variables afrontamiento al estrés y el resentimiento en jóvenes. Es entonces, que el interés para su realización se manifiesta en su carácter de originalidad, pues no existe un trabajo de investigación sobre este tema en la unidad de estudio y por lo tanto se intenta obtener un análisis profundo del tema, a partir del cual se puedan realizar sugerencias de cambio y mejora la atención primaria.

En relación al afrontamiento al estrés, esta busca caracterizar la manera en que el joven personal castrense afronta las dificultades cotidianas y la manera en la cual adapta su conducta al medio. Respecto al resentimiento o actitud hacia la vida describe las nociones a nivel actitudinal o socioemocional que moviliza la persona para poder ajustar su conducta a un contexto desafiante y altamente exigente, es decir, una valoración subjetiva de sus condiciones de vida.

De esta manera, el componente afectivo y comportamental se imbrica en una relación que va a repercutir en el rendimiento y desempeño de los sujetos, especialmente quienes se desempeñan en labores de seguridad interna, alto estrés psicosocial y condiciones inflexibles e institucionalizadas como las del ámbito castrense.

En esta investigación se describe aspectos muy puntuales sobre las valoraciones subjetivas o cualitativas de la salud y la manera en que afrontan dificultades cotidianas o desafíos adaptativos, por tanto no comporta una evaluación clínica o un juicio de valor sobre las condiciones de los postulantes sino simplemente una descripción de la manera en que perciben su propia salud y sus recursos para adaptarse, asimismo, señalar que la investigación tiene un enfoque educativo y vocacional, por lo que se aborda la problemática a nivel general, no requiriendo ni los datos personales de los trabajadores ni mucho menos la descripción de las condiciones internas de la institución, ni aspectos organizacionales, limitándose solamente al sondeo de sus apreciaciones.

El presente trabajo se ha organizado en seis capítulos:

En el Capítulo I se describe el problema del estudio observado en la población, los objetivos generales y específicos, también contiene la relevancia de la investigación y por último los antecedentes de la investigación tanto a nivel internacional como nacional.

En el Capítulo II, se abordan los fundamentos teóricos científicos de la variable afrontamiento al estrés con sus respectivas fases, modelos, estilos, etapas y teorías.

Posteriormente el Capítulo III detalla las consecuencias, modelos, estímulos, medición y dimensiones de la variable resentimiento; el servicio militar, reseña, aspecto normativo y beneficios en el Perú se incluyen al final del capítulo.

Luego, el Capítulo IV, hace referencia a la metodología de la investigación científica, es decir el tipo, nivel, diseño y operacionalización de las variables de estudio; también tiene las hipótesis, técnicas e instrumentos aplicados, para finalmente analizar los datos.

El Capítulo V incluye los resultados obtenidos a nivel descriptivo e inferencial de las variables, asimismo, se desarrolla la discusión en base a los resultados y antecedentes de estudio.

Finalmente, el Capítulo VI presenta las conclusiones finales y las recomendaciones relevantes elaboradas por el investigador, además de las referencias que se utilizaron y los anexos adjuntos.

Capítulo I

El Problema

1.1. Determinación del Problema

En la actualidad, la pandemia global del virus SARS COV-2 (COVID-19) se ha extendido por todo el mundo, impactando en las distintas áreas de la vida privada, familiar y laboral. Quienes se encuentran en mayor riesgo son los trabajadores de la salud, el ejército y la policía. La Organización Mundial de la Salud (OMS) ha destacado la importancia de la participación militar en la prevención de la propagación de enfermedades infecciosas en los países en desarrollo, lo que los convierte en uno de los grupos más vulnerables ante el virus.

La ley peruana permite que el servicio militar sea voluntario, otorgando a los civiles el derecho y el deber constitucional de participar en la seguridad nacional. La Ley 19148 del Servicio Militar establece la organización, el alcance y las modalidades de la función militar, así como también la responsabilidad de proteger la soberanía nacional y la seguridad de la población civil en caso de catástrofes.

Los jóvenes que conforman el personal de tropa evalúan la opción de realizar el servicio militar voluntario en el Ejército del Perú, ya que esto les brinda oportunidades para mejorar su formación personal, académica, económica y social. No obstante, ser parte de esta institución implica formarse y acoplarse para posibles conflictos y atentados, así como para experiencias que pueden generar estrés, ansiedad y otras emociones que pueden tener un impacto positivo o negativo en ellos.

En los cuarteles de la ciudad de Tacna, se integran nuevos miembros al personal de tropa cada periodo. En los últimos años, el área de psicología ha identificado la tendencia al abandono y desertión en esta población, lo que ha permitido detectar dificultades como autoestima baja, poca motivación, agotamiento, problemas interpersonales, relaciones familiares inestable, problemas de pareja, entre otros.

Se ha generado un interés por estudiar el resentimiento en el personal de tropa debido a que esta población es especialmente susceptible a experimentarlo. La mayoría de los jóvenes que integran este grupo tienen 18 años o más, y la adolescencia, es una etapa complicada y de muchos cambios que incluye dificultades en las relaciones interpersonales con pares y parejas, así como enfrentamientos con los padres. La rebeldía es una actitud común en la adolescencia y el resentimiento suele ser una característica que se presenta en esta etapa. Según Blumenfeld (1963, citado en Urdy, 1998), esto se debe no solo a la falta de madurez y experiencia, sino también a la "revolución interna" que experimentan en sus sistemas orgánicos.

El resentimiento, se caracteriza por ser un estado emocional tendiente al disgusto hacia una persona o institución por considerar ser objeto de alguna injusticia (Lazarus & Folkman, 1986). Entonces, se debe partir del hecho de que el resentimiento se produce cuando una persona se siente ofendida, dolida, molesta, enojada por una determinada situación y aun guarda ese rencor o enojo a pesar de que pase el tiempo.

La vida castrense supone no solo un entrenamiento a nivel físico, sino a nivel emocional y moral, lo cual supone el acatamiento de un estilo de vida que no siempre sintoniza con el de los reclutados, por lo que, en determinadas situaciones los sujetos pueden experimentar niveles de resentimiento ante los recuerdos familiares, de pareja o de un suceso pasado, interfiriendo en su actividad laboral y permanencia en la institución, por lo que terminan desertando durante el servicio militar.

No obstante, las preocupaciones actuales contrastan con la falta de información y estudios sobre el personal que trabaja en cuarteles. En el campo de la psicología militar, se han realizado pocos estudios sobre el rendimiento y se

han estudiado de manera limitada algunas variables relacionadas con la vida en las fuerzas armadas, como el clima organizacional y el síndrome de burnout. Sin embargo, existe gran falta de interés en temas relacionados con el bienestar emocional y subjetivo, y cómo estos pueden influir en los mecanismos de adaptación, lo cual es un tema crucial en el área de la salud ocupacional.

Por consiguiente, las estrategias de afrontamiento utilizadas por los adolescentes dependen de sus experiencias y circunstancias. El rol en las diversas áreas de la vida, como la familia y las relaciones de pareja, influye en el desarrollo de estrategias de afrontamiento, ya sean adaptativas o inadaptativas. La forma en que los adolescentes manejan sus problemas puede establecer patrones de comportamiento que los acompañen durante su vida adulta.

Los estilos de afrontamiento son mecanismos adaptativos que se estructuran a partir de la constitución psíquica y física del sujeto, parten de las circunstancias personales de cada individuo en función a los retos adaptativos que viven. En ese sentido, el personal castrense presta servicios en situación de catástrofe, por lo que se evidenció altos niveles de estrés y, por tanto, sus estrategias están ajustadas a dichas circunstancias, como el afrontamiento centrado en el problema. Así lo demostró Martínez et al, (2005) quien, en un estudio relacional, evidenció la presencia de estrategias centradas en la emoción en aquellas profesiones de corte social o psicosocial y, una estrategia de afrontamiento marcadamente centrado en el problema en las profesiones médicas o de catástrofe. Tal como se puede observar el estilo de afrontamiento o la estrategia predominante se estructura a partir tanto de las características personales como los desafíos adaptativos planteados.

De esta manera, se propone que, las variables son inductivamente relevantes porque el afrontamiento al estrés se encuentra implicado en los procesos afectivos, pues de cómo se enfoque el estímulo estresor las reacciones dependerá el bienestar subjetivo y el rendimiento dentro de las metas planteadas por el entrenamiento.

Asimismo, deductivamente, las variables se relacionan pues el afrontamiento al estrés, al exigir recursos emocionales y personales de los reclutados favorecerán o perjudicarán el desempeño militar, lo que afectará las metas institucionales.

Se sabe que el ejército cuenta con diferentes centros médicos y policlínicos en todo el país, y Tacna no es la excepción. El Centro de Salud Militar de la zona dispone de un equipo de psicólogos titulados y en formación que se comprometen a promover y prevenir la salud mental a través de entrevistas psicológicas, diagnóstico, orientación y consejo, terapias, programas para mejorar la autoestima, habilidades para la vida, abuso de sustancias, y más.

El personal militar no solo se dedica a entrenarse en combate para proteger y defender el territorio nacional, sino que también se enfrenta a diversos factores que forman parte de su vida diaria, como su papel en emergencias, su rutina y las capacitaciones. Por lo tanto, es importante evaluar regularmente tanto su salud física como mental, tal como señala Fúñez (2018), dado que los soldados suelen enfrentarse a situaciones estresantes con frecuencia.

La pandemia actual ha afectado negativamente a numerosos profesionales de la salud y vigilantes de la propagación del virus, lo que ha agravado las variables ecológicas que afectan su desempeño y bienestar individual. Por tanto, es crucial enfocarse en los mecanismos adaptativos y las variables afectivas para contribuir al bienestar ocupacional en personal de seguridad y salud.

Este estudio intenta encontrar la relación entre dos variables para responder a diversas preguntas y contribuir a las intervenciones psicológicas en relación con las estrategias de afrontamiento y el resentimiento en jóvenes, tema que aún no ha sido estudiado en la población objetivo. Esta investigación tiene como objetivo brindar un nuevo aporte para mejorar el conocimiento y los diagnósticos oportunos del personal militar de tropa.

1.2. Formulación del Problema

1.2.1. Pregunta General.

¿Qué relación existe entre el afrontamiento al estrés y el resentimiento en personal militar de tropa de los cuarteles, Tacna 2021?

1.2.2. Interrogantes Específicas

¿Cuál es el tipo de afrontamiento al estrés predominante en personal militar de tropa de los cuarteles de Tacna, año 2021?

¿Cuál es el nivel de resentimiento en el personal militar de tropa de los cuarteles de Tacna, año 2021?

¿Qué relación existe entre el estilo de afrontamiento centrado en la emoción y los niveles de resentimiento en el personal militar de tropa de los cuarteles de Tacna, año 2021?

¿Qué relación existe entre el estilo de afrontamiento centrado en el problema y los niveles de resentimiento en el personal militar de tropa de los cuarteles de Tacna, año 2021?

1.3. Justificación de la Investigación

1.3.1 Justificación Teórica

La justificación teórica subyace en que esta investigación pretende contrastar la validez, conveniencia y relevancia del modelo de respuesta del estrés y el modelotransaccional del resentimiento. En general, las investigaciones sobre

psicología militar se han enfocado en exploraciones a nivel superficial y en muestras que no representan al personal militar de manera adecuada. Debido a esto, es crucial llevar a cabo la investigación actual para obtener información sobre la variable en cuestión y establecer políticas institucionales que mejoren el bienestar de los militares.

Además, no hay estudios que analicen las variables psicológicas específicas para crear perfiles dentro de la institución castrense. Por lo tanto, es fundamental obtener esta información para comprender los fenómenos psicológicos que afectan al soldado.

1.3.2. Justificación Práctica

La justificación práctica de este estudio radica en el hecho de que la información de este estudio será útil para brindar intervenciones de acuerdo con las necesidades de los sujetos sociales implicados en la situación de emergencia como cuerpos de seguridad interior y personal castrense. En otras palabras, para intervenir con prácticas efectivas es preciso comprender las características principales de los participantes para poder trabajar los cambios asociados a las prácticas disfuncionales.

La presente investigación brindará información fundamental para el desarrollo de políticas públicas encaminadas a mejorar la calidad de vida de los ciudadanos y a disminuir los efectos nocivos de los problemas de salud mental, así como también estructurar adecuadamente los procedimientos de reclutamiento y elección de personal militar.

1.3.3. Justificación Metodológica

La justificación de este estudio se basa en el hecho de que los datos utilizados han sido recolectados utilizando herramientas validadas con altos puntajes de confiabilidad, siendo una de las técnicas más comunes utilizados por los investigadores para estudiar las variables de la encuesta.

Por otra parte, los resultados del presente estudio servirán para que otros investigadores puedan realizar estudios con mayor profundidad, un muestreo más amplio o un diseño de corte cuasiexperimental u otro.

1.4. Objetivos

1.4.1. Objetivo General

Determinar si existe una relación significativa entre el afrontamiento al estrés y resentimiento en el personal militar de tropa de los cuarteles de Tacna, año 2021.

1.4.2. Objetivos Específicos

Determinar el estilo de afrontamiento al estrés predominante en personal militar de tropa de los cuarteles de Tacna, año 2021.

Determinar el nivel de resentimiento en el personal militar de tropa de los cuarteles de Tacna, año 2021.

Determinar la relación que existe el estilo de afrontamiento centrado en la emoción y la presencia de resentimiento en el personal militar de tropa de los cuarteles de Tacna, año 2021.

Determinar la relación que existe entre el estilo de afrontamiento centrado en el problema y la presencia de resentimiento en el personal militar de tropa de los cuarteles de Tacna, año 2021.

1.5. Antecedentes del Estudio

1.5.1. Antecedentes Internacionales:

Ospina (2016) desarrollo una investigación denominada *Síntomas, niveles de estrés y estrategias de afrontamiento en una muestra de alumnos y alumnas de un colegio militar: un análisis comparativo*, que tuvo como objetivo identificar y comparar los síntomas y niveles de estrés en una población de alumnos y alumnas de un colegio militar en Bogotá D.C., y formas de lidiar con lo que la gente ha dicho sobre su entrenamiento y educación militar. La investigación realizada es cuantitativa, descriptiva, correlacional y comparativa. Se tomó una muestra de 261 estudiantes inscritos en la institución, de los cuales 43 eran femeninas y 218 masculinos, con edades comprendidas entre 18 hasta los 24 años. Estos estudiantes fueron seleccionados para seguir con la educación superior en el colegio y se les brindó las condiciones necesarias para asegurar su bienestar físico, mental y su desempeño académico, sin ningún tipo de supervisión o juicio. Los resultados del estudio indican que no hay una diferencia significativa entre hombres y mujeres en cuanto a las diferencias en el aprendizaje, y que tanto los niveles de estrés como las estrategias de afrontamiento son similares para ambos sexos en todas las ocupaciones y semestres.

Gómez y Alfonso (2016) realizaron una investigación titulada *Estrés ocupacional y afrontamiento en oficiales de la policía militar portuguesa*, tuvo como objetivo las principales fuentes y efectos del estrés, así como las estrategias de afrontamiento. La muestra para este estudio fue de 95 policías militares entre los 22 y 54 años. El procedimiento de evaluación se compuso de una pregunta de selección múltiple y cuatro preguntas abiertas. Los datos fueron clasificados por medio de un análisis de contenido deductivo. Como resultado, se descubrieron 483 unidades de significado, las cuales se agruparon para identificar las principales quejas de los participantes en relación a factores internos del trabajo y relaciones interpersonales. Las consecuencias de estos problemas se observaron a nivel individual (tanto en aspectos psicológicos como físicos) y también afectaron a la familia. Las estrategias utilizadas para hacer frente a las fuentes principales de estrés se enfocaron en resolver problemas y manejar las emociones.

Rodríguez (2018) ejecutó un estudio titulado *Percepción del estrés, afrontamiento y ajuste psicológico en despliegues militares*, tuvo por objetivo analizar la evolución del estrés percibido y de sintomatología asociada a la salud mental a una muestra de militares españoles desplegados durante un periodo de seis meses en Afganistán. Realizaron un diseño prospectivo con una muestra de 935 militares, utilizando los Cuestionarios de Evaluación de Síntomas/Symptom Checklist/SCL-90-R y Estrés Percibido/CEP. Los hallazgos indican que los soldados experimentan un incremento en la percepción de estrés al llegar a la zona de operaciones, manteniéndose estable durante el despliegue. Con respecto a la relación entre el estrés percibido y el ajuste psicológico, se encontró que aquellos individuos que reportaron mayores niveles de estrés durante el despliegue también experimentaron malestar psicológico generalizado, manifestándose en todos los indicadores generales y específicos. En cuanto al manejo del estrés, los militares utilizaron principalmente estrategias de reencuadre positivo y resolución de problemas, rara vez utilizando estrategias desadaptativas. Este aspecto es relevante para la presente investigación, que se enfoca en el estudio de la variable de afrontamiento al estrés. A diferencia del presente estudio, el estudio anterior se centró en la variable de ajuste psicológico, utilizó diferentes instrumentos y empleó un tipo de diseño distinto.

Bautista (2019) efectuó una investigación titulada *Estrategias de afrontamiento y estrés laboral en el personal militar en la unidad operativa industria naval, La paz Bolivia*, tuvo como objetivo determinar la relación que existe entre las estrategias de afrontamiento y el estrés laboral en militares de la Unidad Operativa Industria Naval. Se llevó a cabo un estudio de tipo básico, con enfoque relacional, diseño de corte transversal y sin experimentación. La muestra consistió en 22 colaboradores de la unidad operativa de la industria naval de La Paz, Bolivia. Para la evaluación se utilizaron la Escala de Modos de Afrontamiento de Folkman y Lazarus (1984) y el Cuestionario de Afrontamiento del Estrés. Los resultados indican que hay una correlación significativa entre el nivel de estrés y la estrategia de afrontamiento más utilizada, que es la auto-focalización negativa. Este resultado es relevante para el estudio de la variable de afrontamiento al estrés, aunque difiere en cuanto a la variable de estrés laboral y el uso de herramientas de evaluación.

Gallego (2020) realizó una investigación titulada *Estrés, personalidad y afrontamiento en personal militar*, cuyo propósito de este estudio fue examinar el efecto del estrés laboral militares y explorar la posible relación entre su personalidad y las estrategias de afrontamiento. La metodología utilizada fue la investigación documental, en la que se emplearon múltiples pruebas psicométricas, como el Inventario de síntomas SCL-90-R, el Cuestionario de Estrés Percibido (CEP), el 16 Personality Factor Questionnaire (16PF), el Cuestionario de personalidad Eysenck Personality Inventory (EPI), Evaluación SUSES07ISTAS21, la Escala de Estrés Laboral de la OIT-OMS, el Coping Response Inventory (CRI), el Cuestionario de modos de afrontamiento al estrés (COPE) y la Escala de Estrategias de Coping-EEC-M. La población de estudio incluyó personal militar personal militar masculino y femenino entre los 16 hasta los 75 años. Los resultados sugieren que no existe una relación directa entre la personalidad y las estrategias de afrontamiento, pero sí se encontró una relación entre el estrés y las estrategias utilizadas. Además, se observó que los años de experiencia, el despliegue y el cargo están relacionados con el estrés. Este estudio es similar al presente trabajo en términos de la variable de afrontamiento al estrés, tipo de estudio e instrumentos, pero se diferencia en el enfoque en la variable personalidad y en la población estudiada.

Reyes y Tonato (2021) realizaron un estudio titulado *Relación entre estilos de afrontamiento al estrés y bienestar psicológico en cadetes de la Escuela Superior Militar Eloy Alfaro de Ecuador*. El objetivo fue analizar la posible correlación entre los estilos de afrontamiento al estrés y el nivel de bienestar psicológico en los cadetes. El diseño del estudio fue no experimental cuantitativo, correlacional y de corte transversal. Para la recolección de datos, se emplearon el Cuestionario de estilos de afrontamiento al estrés (COPE) y la Escala de bienestar psicológico de Ryff. La población de estudio incluyó a 348 individuos, tanto hombres como mujeres de 18 a 34 años, y se seleccionó mediante un muestreo no probabilístico-censal. Los resultados obtenidos indican una correlación significativa entre el bienestar psicológico y los estilos de afrontamiento centrados en la emoción y el problema. Además, se encontró que las dimensiones de relaciones positivas, crecimiento personal y propósito en la vida estaban directamente relacionadas con nueve de las trece estrategias de

afrontamiento analizadas. Esta investigación es relevante en el estudio de la variable afrontamiento al estrés, el tipo de estudio realizado y los instrumentos empleados, pero se diferencia en el estudio de la variable bienestar psicológico y la selección de la población.

1.5.2. Antecedentes Nacionales

Lévano (2018) ejecutó un estudio titulado *El patrón de conducta tipo a y tipo b y los estilos de afrontamiento al estrés en una muestra de personal Militar*, cuyo propósito de este estudio fue investigar la relación entre los patrones de comportamiento de tipo A y B y los estilos de afrontamiento al estrés. Se utilizó un método descriptivo, comparativo y correlacional en una muestra de 164 hombres militares, de edades entre 30 y 60 años. Se aplicaron el cuestionario de conducta tipo A-tipo B de Eysenck y Fulker, y el cuestionario de evaluación del afrontamiento (COPE) de Carver, Scheier y Weintraub en su forma disposicional. Los resultados del estudio indicaron que los estilos de afrontamiento son independientes de las conductas tipo A y B, es decir, una persona con conducta tipo A o B puede tener diferentes estilos de afrontamiento. En cuanto a los patrones de comportamiento y formas de manejar el estrés, se encontró que no existe una relación significativa entre la conducta tipo A o B y ninguno de los 13 métodos de afrontamiento del estrés. Esto confirma que los estilos de afrontamiento al estrés son diferentes a los patrones de comportamiento. Es importante destacar que el estilo de afrontamiento más utilizado en la conducta tipo A es centrarse en las emociones, y la principal estrategia utilizada es la buscar apoyo social por razones emocionales y de aceptación. Por otro lado, las personas con conducta tipo B suelen utilizar una estrategia de afrontamiento que se acompaña de una estrategia dominante para suprimir la actividad creativa y definir y crecer.

Lévano (2018) efectuó una investigación denominada *Afrontamiento al estrés en el personal militar de diferentes unidades hospitalarias del Hospital Militar Central del Perú "Crl. Luis Arias Schreiber"*, que tuvo como objetivo determinar el afrontamiento del estrés en soldados internados en diversas unidades del Hospital Militar Central, es un estudio no experimental, descriptivo,

con una muestra de 61 hombres de 18 a 25 años de edad. Se utilizó el COPE Breve de Carver (COPE- 28). con inventario de estrés. Los resultados describen el modelo, el estilo que más utilizan quienes trabajan con la obra, los métodos que más utilizan son: Lucha activa, Aceptación, Planificación y Buena interpretación; mientras está infrautilizado: Apoyo, Aislamiento conductual y consumo de drogas. De manera similar, otras estrategias de afrontamiento diferían significativamente según la edad, el nivel educativo, el lugar de nacimiento y el lugar de trabajo en función de la edad, nivel educativo, lugar de origen y lugar de trabajo.

Chaves y Orozco (2018) realizaron un estudio titulado *Estilos de personalidad y estrategias de afrontamiento al estrés en soldados: un estudio correlacional*, tuvo por objetivo analizar la relación entre estilos de personalidad y estrategias de afrontamiento en soldados. La investigación es de tipo correlacional, con una muestra de 68 soldados con las edades de 18 y 24 años, se utilizaron como instrumentos Millon Inventory of personality- MIPS y la escala de Estrategias de Copping EEC-M. Los resultados obtenidos fueron que el 77% utiliza el estilo cognitivo de la personalidad para cosas que son analíticas y relevantes para una persona, y el 33,5% utiliza la resolución de problemas como una forma de resolver el problema que hace que una persona actúe de manera inteligente y anticipada en las situaciones; Por lo tanto, se considera que existe una gran relación entre ambos tipos, por lo que los soldados que tengan sentido de la humanidad tendrán más facilidad para acostumbrarse a la vida militar y vivir plenamente las diferentes situaciones.

Huanay (2018) ejecutó una investigación denominada *Resiliencia y estilos de afrontamiento al estrés en soldados que presentan servicio militar voluntario en zona VRAEM del Ejército Peruano*, cuyo propósito de esta investigación fue examinar la posible asociación entre la resiliencia y los estilos de afrontamiento al estrés en soldados que realizan servicio militar voluntario en la zona VRAEM. Se empleó un enfoque correlacional no experimental transversal y se utilizó la Escala de Resiliencia de Wagnild y Young, así como el Cuestionario de modos de afrontamiento al estrés (COPE), para recolectar datos de una muestra de 137 soldados de las 13 unidades. Los resultados del estudio indican que existe una relación significativa entre los niveles de resiliencia y los estilos de

afrontamiento al estrés en los soldados que prestan servicio militar voluntario en la zona VRAEM, pertenecientes a la 31 Brigada de Infantería del Ejército Peruano. Esta investigación se relaciona con el estudio actual en cuanto al tipo de estudio, diseño y herramientas utilizadas para medir la variable de afrontamiento al estrés, pero difiere en cuanto a la variable de resiliencia que se analiza.

Gallardo (2018) realizó un estudio denominado *Estilos de afrontamiento del estrés y bienestar psicológico en el departamento de tránsito de la PNP Lima, 2018*. Con el objetivo de relacionar los estilos de afrontamiento del estrés y bienestar psicológico en el personal policial. El tipo de investigación fue no experimental, correlacional de corte transeccional, cuantitativa. El Cuestionario Modos de Afrontamiento al Estrés (CAE) y la Escala de Bienestar Psicológico de Ryff fueron los instrumentos utilizados. La muestra estuvo conformada por 276 policías de los municipios de Málaga, la capital de la región, y la Costa del Sol. Los resultados mostraron que la variable estilos de afrontamiento al estrés se relaciona significativamente con el bienestar psicológico. Este contexto se relaciona con la investigación actual sobre el estudio de la variable afrontamiento al estrés. Varía en los cuestionarios, muestra y la variable bienestar psicológico.

Dextre (2019) llevó a cabo un estudio llamado *Propiedades Psicométricas del Cuestionario Modos de Afrontamiento al Estrés (COPE) en Personal del Ejército Peruano Huaraz*, tuvo como objetivo analizar la relación entre el estrés psicológico y los cambios psicológicos en soldados participantes en misiones internacionales mediante un estudio prospectivo en el que fueron evaluados tres veces durante una misión de seis meses. Los resultados muestran un aumento del estrés observado a la llegada a la zona de conducta que se mantiene estable durante todo el despliegue y se asocia a un cambio de humor negativo. En cuanto a la salud mental, todos los síntomas aumentaron y desaparecieron al final del trabajo que se reducen, excepto la hostilidad y la somatización. Cuando se trata de lidiar con este problema, los métodos más comunes de los militares son mejorar y resolver problemas, a menudo con métodos ineficaces. Este estudio se relaciona con la investigación actual sobre el estudio de la variable afrontamiento al estrés.

Ipanaque y Morales (2020) realizaron una investigación titulada *Estilos de afrontamiento al estrés y Resiliencia en personal de tropa de un cuartel militar, Cajamarca – 2020*, tuvo por objetivo la determinación de la relación entre los estilos de afrontamiento al Estrés y la Resiliencia en el ejército, Cajamarca - 2020. Se utilizó un diseño no experimental de corte transversal en una muestra de 172 soldados del ejército entre 18 a 24 años de edad. Utilizaron el Cuestionario de Afrontamiento del Estrés (CAE) y la Escala de Resiliencia (RS) adaptada por Castilla. Según los resultados, se encontró una correlación directa y significativa de magnitud pequeña entre el estilo de afrontamiento emocional y la resiliencia ($Rho = 0,186$). Este estudio se relaciona con el estudio actual en términos de la variable afrontamiento al estrés, el tipo de diseño utilizado y la muestra del estudio. Sin embargo, difiere en el enfoque de la variable resiliencia.

1.5.3. Antecedentes Regionales

Mamani (2021) efectuó un estudio sobre *Estilos de afrontamiento y ansiedad manifiesta en estudiantes de la carrera de Psicología de la Universidad Privada de Tacna*, cuyo objetivo fue determinar la relación entre los estilos de afrontamiento y ansiedad manifiesta en los estudiantes de Psicología. Se empleó un enfoque cuantitativo de investigación básica y correlacional, y diseño no experimental, su muestra estuvo conformada por 258 participantes de ambos sexos con edades de 19 a 59 años que estén cursando el primer hasta el décimo ciclo del semestre 2021-II. Para ello usaron el Cuestionario de Afrontamiento al Estrés COPE de Carver et al. y la Escala de Ansiedad Manifiesta en Adultos (AMAS). Los resultados demostraron que, si existe relación entre los Estilos de afrontamiento y Ansiedad manifiesta en los estudiantes de Psicología de la Universidad Privada de Tacna, también encontraron que el estilo de afrontamiento más frecuente es el estilo enfocado en el problema, mientras que, en la ansiedad, el grado frecuente es la elevación leve, además se halló que existe relación entre las dimensiones de los estilos de afrontamiento y las dimensiones de ansiedad manifiesta. Esta investigación se relaciona con la investigación actual sobre el estudio de la variable afrontamiento al estrés. Varía en la muestra y en la variable ansiedad manifiesta.

Morales (2021) realizó una investigación denominada *Modos de Afrontamiento al estrés y Síndrome de Burnout en personal de seguridad ciudadana de la Municipalidad Provincial de Tacna*, tuvo como objetivo determinar la relación entre los modos de afrontamiento al estrés y síndrome de burnout en personal de seguridad. La investigación fue básica correlacional y de diseño no experimental transeccional, con una muestra de 71 personas. Se utilizó el Cuestionario de Modos de Afrontamiento al estrés COPE-28 de Carver y el Inventario Burnout de Maslach, ambos instrumentos fueron adaptados en Perú por Lévano y Parrera. Los resultados obtenidos indican que no existe relación entre los modos de afrontamiento al estrés y el síndrome de burnout, además, el modo de afrontamiento de mayor uso fue el afrontamiento activo, también se comprobó la presencia del síndrome de burnout. Este contexto se relaciona con la investigación actual sobre el estudio de la variable afrontamiento al estrés. Varía en la muestra y la variable síndrome de burnout.

Alvarado (2022) desarrolló un estudio titulado *Afrontamiento al estrés y Bienestar Psicológico en personal de salud del Sistema de Atención Móvil de Urgencia (SAMU) que asisten a pacientes COVID-19* en la ciudad de Tacna, es una investigación básica, relacional y cuantitativa, de diseño no experimental. Su población estuvo constituida por 85 profesionales de la salud del SAMU. Emplearon los siguientes instrumentos: el Inventario de Afrontamiento al estrés Brief (COPE-28) y la Escala BIEPS-A, obteniendo como resultado que el nivel de afrontamiento al estrés predominante es medio (57.65%), arrojando 44.71% en la dimensión de afrontamiento al estrés en el problema y 44.20% en la estrategia de afrontamiento activo. Con respecto al bienestar psicológico obtuvieron el nivel medio con 55.29%, el control de las situaciones es la dimensión de mayor predominancia. Por tanto, si existe relación positiva entre el afrontamiento al estrés y bienestar psicológico en el personal de SAMU que asisten a pacientes COVID-19. Este estudio se relaciona con el estudio actual en términos de la variable afrontamiento al estrés, el tipo de diseño utilizado. Sin embargo, difiere en el enfoque de la variable resiliencia y la muestra del estudio.

1.6. Definiciones Básicas

1.6.1. Afrontamiento Focalizado en el Problema.

Aparece cuando la persona intenta cambiar las circunstancias existentes, sea alejando o reduciendo el impacto de la amenaza (Lazarus & Folkman, 1986).

1.6.2. Afrontamiento Focalizado en la Emoción.

Está diseñado para reducir o eliminar las reacciones emocionales causadas por actores estresantes (Lazarus & Folkman, 1986).

1.6.3. Estrategias de Afrontamiento.

Se consideran esfuerzos conscientes dirigidos a estabilizar los sentimientos, pensamiento y el comportamiento a una situación dada como respuesta ante eventos estresantes (Compas et al., 2001).

1.6.4. Resentimiento.

Sentimiento persistente de ser haber sido maltratado o desatendido por alguien, un grupo, institución, vida o el destino, en el proceso de obtener posesiones materiales o espirituales a la que se siente con derecho; hay otros que tienen cosas a las que tiene derecho, pero fueron rechazos sin causa razonable (León & Romero, 1990).

1.6.5. Actitud Negativa Hacia la Vida (Presencia de Resentimiento).

Se caracteriza porque el problema no encuentra solución o se problematiza más en lugar de ser resuelto; no cree en sí mismo ni en el potencial que tiene; no es responsable; no tiene límites ni reglas claras (Rodríguez, 2012).

1.6.6. Actitud Positiva Hacia la Vida (Ausencia de Resentimiento).

Cuando las actitudes son mayoritariamente positivas, se destacan por tener una perspectiva optimista ante las cosas; adaptarse a las circunstancias del entorno; solucionar problemas; liderar, orientar, tomar decisiones (Rodríguez, 2012).

Capítulo II

Fundamento Teórico Científico de la Variable Afrontamiento al Estrés

2.1. Afrontamiento al Estrés

2.1.1. Definición

Según Lazarus y Folkman (1986), el afrontamiento al estrés se refiere a los esfuerzos cognitivos y conductuales que se utilizan para manejar demandas específicas que se perciben como excesivas o superiores a los recursos individuales. Es decir, se trata de procesos psicológicos que buscan regular el grado de tensión que se experimenta ante situaciones estresantes. La teoría inicial se centró en el estudio de las emociones y se orientó hacia modelos constructivistas y cualitativos (Castaño y León del Barco, 2010).

En la literatura actual sobre el estrés y el afrontamiento se describen dos enfoques básicos para enfrentar situaciones estresantes: el enfoque (lucha) y la evitación (escape). El enfoque implica todas las estrategias de confrontación y resolución de problemas que pueden generar distrés o emociones negativas, mientras que la evitación abarca las estrategias cognitivas o conductuales que permiten a una persona escapar o evitar el problema o las emociones negativas. Cabe destacar que ambas estrategias no son excluyentes y que las conductas pueden clasificarse como aproximativas o evitativas en diferentes grados (Rodríguez, 1995).

Es importante señalar que el estrés no es exclusivo de personas con determinados niveles socioeconómicos, trabajos o edades, sino que puede presentarse en cualquier grupo y es subjetivo. Además, los efectos del estrés pueden variar y dependen de las formas en que las personas afrontan las situaciones estresantes.

2.1.2. Fases del Estrés

Al observar la presencia de estrés y sus efectos, una persona pasa por tres etapas, lo que demuestra que no se trata de un hecho repentino (Melgosa, 2006) como:

En primer lugar, la etapa de alarma, que se manifiesta mediante respuestas fisiológicas y la conciencia de que las capacidades de afrontamiento no están teniendo el efecto deseado. La segunda etapa es la resistencia, donde aparece la frustración y el sufrimiento debido a la caída en el rendimiento y la imposibilidad de solucionar el problema, lo que puede conducir a un círculo vicioso con efectos más graves si hay ansiedad asociada.

Finalmente, la etapa de agotamiento se caracteriza por la fatiga persistente, la irritabilidad, la ansiedad, la depresión y la falta de disfrute en actividades placenteras. Cada etapa tiene sus propias características y el sujeto necesita esforzarse más para salir de ellas cuanto más haya avanzado en el proceso. Los factores externos, como la familia, el psicólogo, el médico o el psiquiatra, pueden ayudar en el proceso de recuperación.

2.1.3. Desarrollo Teórico del Afrontamiento al Estrés

La teoría del afrontamiento al estrés nos lleva a considerar dos procesos psicológicos: los estilos de afrontamiento y las estrategias de afrontamiento. De acuerdo con Fernández (1997), los estilos de afrontamiento se refieren a las tendencias personales para hacer frente a las situaciones y son los responsables de las preferencias individuales por el uso de diferentes tipos de estrategias de afrontamiento, así como de su estabilidad en el tiempo y situación.

Las estrategias de afrontamiento serán, por lo tanto, procedimientos específicos que se utilizan en cada contexto y pueden variar mucho según la situación que la haya provocado o desencadenado.

Entonces se puede decir que las estrategias de afrontamiento se pueden considerar como hábitos que llevan a una persona a pensar y actuar de manera consistente en diferentes situaciones, mientras que las estrategias de afrontamiento se pueden establecer de acuerdo a la situación.

Sin embargo, otros autores como Pelechano (2005) encontraron que ambos conceptos se complementan, ya que los estilos de afrontamiento son las formas estables o consistentes de lidiar con el estrés, mientras que las estrategias de afrontamiento serían acciones y comportamientos que son más específicos a una determinada situación.

2.1.3. Estilos de Afrontamiento al Estrés

Según la clasificación de los autores Lazarus y Folkman (1986) la dirección u orientación del afrontamiento pueden ser del siguiente tipo:

2.1.4.1. Estrategias Centradas en el Problema. Aparece cuando el individuo intenta cambiar las circunstancias existentes, sea alejando o reduciendo el impacto de la amenaza. Refieren que este estilo incluye cinco modos de afrontamiento:

2.1.4.1.1. Afrontamiento Directo. Es la capacidad de hacer frente a las situaciones estresantes mediante el aumento de los propios esfuerzos para eliminar o reducir el estrés.

2.1.4.1.2. Planificación de Actividades. Analizar y organizar los pasos para hacer frente la situación estresante mediante planificación de estrategias a seguir.

2.1.4.1.3. Supresión de Otras Actividades. Concentrarse en el esfuerzo necesario para afrontar la situación estresante.

2.1.4.1.4. La Postergación del Afrontamiento. Actuar en el momento inexacto e inapropiado ante situaciones estresantes.

2.1.4.1.5. Búsqueda de Apoyo Social. Necesidad de fortalecer sus relaciones interpersonales durante los momentos difíciles, promoverá el control emocional.

2.1.4.2. Estrategias Centradas en la Emoción. Se dirigen reducir o eliminar las reacciones emocionales causadas por factores estresantes. Este estilo incluye cinco estrategias de afrontamiento:

2.1.4.2.1. Análisis de las Emociones. Ser consciente de la incomodidad emocional expresando y liberando sentimientos.

2.1.4.2.2. Búsqueda de Soporte Emocional. Para aliviarse del estrés busca el apoyo de otros para mejorar la moral, la empatía y la comprensión.

2.1.4.2.3. Reinterpretación Positiva de la Experiencia. Buscar el lado positivo del problema, asumiendo que la experiencia es un aprendizaje útil para el futuro.

2.1.4.2.4. Aceptación. Aceptar los eventos estresantes como un hecho real y constantes con el que tendrá que vivir.

2.1.4.2.5. Retorno a la Religión. Utilizar las creencias religiosas para reducir o aliviar la tensión de las situaciones estresantes.

2.1.4.3. Otros Estilos Adicionales de Afrontamiento. Se tiene:

2.1.4.3.1. Conductas Inadecuadas. Son las consecuencias negativas de hacer algo mal para sentirse mejor o para ayudar a sobrellevar un factor estresante.

2.1.4.3.2. Negación. Negar la realidad del evento estresante fingiendo que no es real.

2.1.4.3.3. Distracción. Reducir los esfuerzos para afrontar la situación estresante dándose por vencido al intentar lograr sus metas.

2.1.5. Etapas del Afrontamiento al Estrés

Castaño y León del Barco (2010) identificaron tres etapas del afrontamiento del estrés, las cuales son: La primera etapa es la anticipación, aquí aún no ha sucedido el evento, lo que se está evaluando es la posibilidad de que suceda o no, el momento es lo que está sucediendo. También implica la evaluación de una persona de sí, en qué medida y de qué manera puede hacer frente a la amenaza. Los riesgos anticipados afectan los niveles de estrés y el afrontamiento;

La toma conciencia es la segunda etapa, la interpretación y conducta relacionada con el estrés pierde su valor cuando este ya ha comenzado o ha terminado, porque la persona trata de esperar y ver si fue igual o peor de lo que pensaba y el motivo. A veces el sujeto tarda en darse cuenta de lo que está pasando ya que su energía mental está enfocada en lo que está pasando y lo difícil que es.

A corto plazo, es la etapa final, donde la persona experimenta dificultades incluyendo la parte emocional como cosas.

2.1.6. Modelos del Afrontamiento al Estrés

Se han desarrollado diversos enfoques teóricos sobre el afrontamiento. A continuación, se mencionan algunos de los más conocidos:

2.1.6.1. El Modelo Biológico. El estrés se refiere a la activación biológica excesiva causada por la influencia funcional del sistema reticular. Este sistema tiene múltiples relaciones funcionales con los lóbulos cerebrales, especialmente con el lóbulo frontal, que se encarga de evaluar, planificar y regular las estrategias

de comportamiento del ser humano. Por lo tanto, los procesos cognitivos, la evaluación de los recursos propios y la elaboración de planes de acción son los factores que influyen en la actividad del sistema reticular. Cuando el estrés se manifiesta biológicamente, el dilema es considerarlo un factor de riesgo para las enfermedades. Es difícil distinguir si la activación biológica es tónica (estado de alerta y afrontamiento) o fásica (sobrestimulación del estado tónico) debido a la falta de una definición clara de los indicadores biológicos del estrés. Además, la secuencia temporal del estrés y sus interacciones funcionales pueden dar lugar a fenómenos indetectables desde una perspectiva fragmentaria. La respuesta del cuerpo al estrés implica la activación del sistema nervioso autónomo, la liberación de catecolaminas y la estimulación del sistema neuroendocrino, lo que resulta en la liberación de dos hormonas del estrés prominentes, la ACTH y el cortisol. (Ursin, 1979).

2.1.6.2. El Modelo Psicoanalítico. Los primeros en introducir el concepto de afrontamiento al estrés fueron Pearlin y Schooler en 1978. Ellos lo definieron como la capacidad del individuo para manejar su relación con el entorno, reducir el estrés y resolver problemas. Se considera que este proceso es el más maduro y organizado del "yo", y se lleva a cabo a través de mecanismos primitivos de defensa. De esta forma, el individuo puede hacer frente a las condiciones ambientales adversas, y este proceso es considerado el más estable, organizado y maduro del "yo".

En continuación con lo anterior, los autores Castaño y León del Barco (2010) consideran este modelo del manejo del estrés como un conjunto de pensamientos y comportamientos diseñados para resolver problemas con el fin de reducir el estrés, que es el comportamiento humano. Es así que este modelo se enfoca en temas con exclusión de áreas de conocimiento y contexto.

Desde un punto de vista psicoanalítico, se argumenta que el afrontamiento es una defensa basada en el ego, es decir, el carácter, la actitud y cualidades personales son importantes para la capacidad de afrontar situaciones o eventos adversos que pueden causar estrés y, por lo tanto, para el desarrollo estable de la personalidad y la maduración del yo son pilares para el desarrollo de la capacidad para hacer frente las situaciones y circunstancias negativas (Tello, 2010).

2.1.6.3. El Modelo Transaccional del Estrés. Esta teoría es de enfoque cognitivo y fue desarrollado por los autores Lazarus y Folkamn (1986), mencionan que cualquier individuo pueden estar expuesto a estímulos estresantes, la diferencia está en la capacidad cognitiva de cada persona para poder afrontar adecuadamente el estímulo; cuantas más estrategias de afrontamiento estén disponibles, más probabilidades en que las respuestas a los estímulos estresantes no sean dañinas para el organismo. Este modelo es el que se ha tomado en cuenta en el caso de investigación en el ámbito castrense, así como incluir diferentes programas para la mejora de estas estrategias (Reynol et al., 2001). Además, este autor ha establecido la existencia de distintos estilos de afrontamiento con respecto al sexo y rendimiento funcional.

2.1.7. Estilos de Afrontamiento al Estrés y Adolescencia

La adolescencia es una etapa del desarrollo humano en la que se viven situaciones de vital importancia que, al igual que otras etapas del ciclo de vida, involucran funciones especiales. Cuando se realizan estas funciones conducen a la alegría del adolescente y al éxito o, por el contrario, a la frustración, fracaso, rechazo social y limitaciones en labores consecuentes (Gaete, 2015). Algunos estudios han demostrado que los adolescentes tienen una mayor respuesta emocional al estrés, lo que se manifiesta en determinadas conductas, que pueden favorecer o no a su desarrollo (Bermúdez, 2018).

Por otro lado, el autor Pelechano dice que los adolescentes necesitan desarrollar estrategias conductuales y cognitivas que les permitan adaptarse y superar sin dificultad las fases por las que atraviesan, las cuales acentúan las preocupaciones de los adolescentes y puede tener un impacto significativo en sus vidas, “lo cual es corroborado por investigaciones que demuestran que existe relación entre eventos estresantes y los conflictos familiares, el crimen, comportamientos autodestructivos y aislamiento social” (Pelechano, 2005, p.8).

Finalmente, Gomes y Afonso (2016) mencionaron que siempre existe un debate entre quienes creen que la adolescencia es un periodo estresante y quienes argumentan que es la etapa entre la niñez y vejez, sin duda, es parte de un gran progreso y saben que los jóvenes juegan un papel importante en la sociedad, y que

su desarrollo emocional y social se ve afectado por esto. En este sentido, la forma en que los jóvenes enfrentan sus problemas es adecuada, porque si no desarrollan sus habilidades de afrontamiento, su comportamiento no es bueno ni en sus experiencias ni en sus familias y comunidades.

Según Echeburúa (2013) la gente está interesada en que los jóvenes obtengan herramientas saludables para enfrentar sus problemas; esto les permitirá convertirse en adultos que puedan hacer frente por completo a sus problemas, de igual manera afectará su conciencia sobre sus habilidades de afrontamiento y de esta manera se evaluarán a sí mismos si son suficientes y aprovecharán esto para buscar otras formas de cambio a ellos.

2.1.8. Modelos Teóricos Sobre el Estrés

De la revisión bibliográfica efectuada por los investigadores Rodríguez et al (2009) se han definido tres modelos para poder conceptualizar el estrés: (a) el modelo de estímulo, (b) el modelo de respuesta y (c) el modelo transaccional.

2.1.8.1. Modelo Centrado en el Estímulo. Hace referencia a cualquier evento estresante o estímulo ambiental. En este caso, el estrés es algo externo, más correctamente llamado estresor.

2.1.8.2. Modelo Centrado en la Respuesta. En segundo lugar, con respecto al modelo de respuesta, se pueden analizar y resumir las características de las respuestas fisiológicas relacionadas con cualquier estímulo o situación estresante. De la misma manera, las consecuencias pueden manifestarse en una persona durante mucho tiempo y luego afectar negativamente al cuerpo (Portero de la Cruz, 2019).

2.1.8.3. Modelo Transaccional. Como sus principales representantes Lazarus y Folkman (1986) afirmaron que el estrés no es un estímulo, una respuesta personal o una experiencia de vida, sino un proceso. Su acercamiento a este fenómeno fue una parte importante de su estudio. Muchas investigaciones toman su definición como base y mantienen la misma opinión.

2.1.8.4. Modelo Neuropsicológico. Tal como señala Calderón y Barrera (2016) este modelo se basa en el énfasis en las condiciones cerebrales para el procesamiento y el impacto que estímulos estresantes pueden dejar en la plasticidad cerebral. En ese sentido, los factores que producen estrés desencadenan todo tipo de mecanismos alostáticos para que el organismo se adapte a las nuevas situaciones y esté mejor equipado para afrontarlas. El eje hipotálamo-amígdala es responsable de estos rápidos cambios. La mayoría de los aferentes sinápticos que representan la función del eje hipotálamo-amígdala provienen de la amígdala y el hipocampo, los cuales están asociados a la discriminación de la aversión a los estímulos que rodean al animal, tal vez a partir del conocimiento genético del organismo que está en o de la memoria adquirida y almacenada por el animal a lo largo de su vida.

2.1.9. Liderazgo y Estrés en Contextos Militares

El liderazgo surge como una variable importante en el manejo del estrés, ya sea como amortiguador o como causa precipitante, ya que representa el potencial más poderoso en todos los aspectos del trabajo. Según la definición de Loaiza y Posada (2016), el liderazgo es el proceso por el cual una persona influye en un grupo de estudiantes para lograr un objetivo común.

Estos autores encontraron que los líderes eran más asertivos y más predictivos del estrés organizacional. La razón está en la relación entre líderes y seguidores, donde una de las principales causas de estrés en las organizaciones es el dueño. Reynaga (2022) señala que las relaciones entre líderes y seguidores pueden tener una influencia directa o indirecta en el desempeño y la calidad del trabajo de todos los miembros de la organización.

El comportamiento inadecuado de los jefes puede generar experiencias negativas entre los empleados que destruyen sus vidas, lo que resulta en bajos niveles de satisfacción de los empleados y en el trabajo, así como muchos conflictos entre los empleados y las familias. En la literatura se puede encontrar evidencia de una relación entre el liderazgo negativo o tóxico y el agotamiento.

Por otro lado, este autor considera que el cambio en el comportamiento del líder sobre el estrés, el conflicto o el bienestar de los trabajadores, también podemos decir que el buen comportamiento de los líderes puede cambiar el lugar

de trabajo y tener un efecto directo. y positivo para la satisfacción y participación de los subordinados, lo que incide directamente en el desempeño y compromiso de la organización de los empleados.

Santana (2018) indica que los líderes militares no solo piensan en la seguridad y la salud de sus soldados. También sobre su educación física, destrezas y habilidades, las cuales deberán ser adecuadas a las características de cada uno de los puestos a su cargo. Además, deben preocuparse por su formación militar, cómo deben integrar su rol de combatientes, en la gestión de su personal, y todos los cambios que puedan ocurrir, como problemas familiares, económicos o profesionales.

2.1.10. El Estrés en los Soldados Profesionales

Chaves y Orozco (2015) señalan que, en el campo castrense, la disciplina determina la eficacia de la acción. Puede lograrse de diversas formas, ya sea por el método de la obediencia basada en la autoridad del comandante o por la disciplina consciente, y se somete voluntariamente a ella, internacionalizando los principios de toda la formación. Independientemente de cómo se forme la disciplina, dos elementos cruciales son siempre claves para fortalecerla: el castigo y la recompensa.

Al mismo tiempo, tal como señalan Loaiza y Posada (2016) la disciplina militar, combinada con muchos otros factores, como la sobrecarga psicológica, la exposición a estresores traumáticos, etc., puede ser una fuente de estrés laboral. La disciplina en esta profesión se reduce a una restricción significativa de la libertad de acción. La coerción provoca estrés psicológico según el modelo de requisitos-control-apoyo. Debido a los requisitos de la disciplina, el control sobre los propios planes de acción e intenciones está limitado al grado especificado por los reglamentos, estatutos y órdenes. Otra especificidad del servicio militar profesional es una amplia jerarquía.

Reynaga (2022) indica que el ejército es un grupo formal con un orden jerárquico, con un extenso sistema de posiciones, poderes y grados. La relación funcional entre el supervisor y el subordinado puede forzar un estilo de actuación que no sea del todo cómodo para el individuo y que como consecuencia de la actuación resulte en estrés laboral. La jerarquía también determina la estructura

de la organización como un sistema. Es característico de los sistemas militares que el valor, por ejemplo, el honor, la valentía y el coraje permitan a algunos soldados afrontar mejor el estrés militar. Por otro lado, las experiencias positivas en relación con el afrontamiento de dificultades anteriores y su narrativa adecuada, que conducen a mantener una autoestima relativamente alta, no carecen de importancia. Para la teoría transaccional del estrés, es especialmente importante tener experiencias positivas para afrontar el estrés y las situaciones difíciles de la vida.

2.1.11. Riesgos Psicosociales en Contextos Militares

El Ministerio de empleo y seguridad social (2011) desarrolló la VII Encuesta Nacional de Condiciones de Trabajo, en donde muestra que los profesionales que se desempeñan en el ámbito de la Defensa y la Seguridad (donde se incluye a los militares) son uno de los colectivos que enfrentan riesgos laborales, especialmente psicológicos.

Por ello, de la revisión de este importante documento, se puede señalar que los riesgos psicosociales más relevantes para la salud individual del personal castrense son:

2.1.11.1. Aspectos Internos de la Obra. Están relacionados con el contenido; tales como: mayor carga de trabajo o más horas de trabajo. En un estudio con militares españoles, realizado por Reynaga (2022), se encontró que las demandas laborales en habilidades especiales estaban relacionadas con el ausentismo, la satisfacción laboral, la percepción del riesgo y el número de accidentes.

2.1.11.2. Roles Estresantes. Relacionados con la ambigüedad y el conflicto, es decir, cuando las tareas a realizar por el empleado no son claras o conflictivas. Bardera et al. (2016), encontraron que los soldados que conocen bien su trabajo experimentan menos agotamiento e incomodidad, pero una mayor autoconciencia personal y profesional, resultados que Santana (2018) encontró previamente en las unidades militares de la Organización del Tratado del Atlántico Norte (OTAN).

2.1.11.3. Relaciones Laborales. Son muy difíciles en el ejército, aunque pueden ser protectoras. Por este lado, Loaiza y Posada (2016) estudiaron los efectos del apoyo social de compañeros y superiores sobre la satisfacción laboral y el bienestar en “policías militares”, encontrando que, aunque el apoyo social es una buena ayuda contra el estrés, no funciona, por lo que en todos los casos o todos los sujetos.

2.1.11.4. Desarrollo Profesional. Puede ser una fuente de estrés por diversos motivos, como la precariedad en el trabajo o el conflicto de roles. Hay una escasez de estudios sobre cómo estos factores estresantes afectan a los soldados. En un estudio realizado hace unos años por militares españoles, los cambios asociados al desarrollo del trabajo, no al estrés, eran el origen de la motivación laboral, si bien es cierto que el estudio se realizó con las normas de personal y ascensos. que están actualmente en su lugar. Las presiones que provienen del "entorno organizacional": Incluyen cosas como la comunicación o las relaciones. Cedeño y Ordóñez (2021) confirmaron el impacto de estas condiciones climáticas en el desempeño de los militares españoles.

2.1.11.5. Carga de Tipo Familiar. Estudios recientes han demostrado que este tipo de cambio está estrechamente relacionado con las condiciones sociales. Si bien estas reglas pueden reducir este tipo de estrés, en situaciones militares siempre es difícil, porque como dicen algunos autores, la familia y el ejército son "instituciones disruptivas", que requieren la entrega total del individuo en términos de pensamiento, tiempo y existencia, todo lo que la vida puede requerir.

2.1.12. Estrategias de Afrontamiento en el Contexto Militar

El reclutamiento castrense moderno se basa en la necesidad de excelencia. El primer paso en la gestión de las fuerzas armadas es conocer el estado físico y psíquico de cada persona, y poder adaptarse fácilmente a un entorno militar que no implique situaciones de peligro. Santana (2018) señala que en un primer análisis no es posible identificar todas las áreas de riesgo, el método elegido se

centra en el reconocimiento de la personalidad estable, ya sea con sus medidas o a partir de otros factores que puedan aportar información sobre la estabilidad del carácter, siendo un sujeto en situación desesperada y en riesgo.

Al hacerlo, la evaluación psicológica requiere la ausencia de trastornos mentales, la presencia de inteligencia intelectual o común (CI), pero también se enfatiza la personalidad, evitando la aceptación de personas que tienen la esperanza de tener un problema cerebral en tiempos normales o bajo la presión de un conflicto militar. Además, Loaiza y Posada (2016) señalan que se muestra la necesidad de impedir la entrada de personas que tienen dificultades para adaptarse a la vida militar, como aquellos que actúan de manera imprudente y ponen en riesgo su trabajo.

Las evaluaciones selectivas y las evaluaciones que continúan durante el seguimiento por parte de los militares continúan enfocándose en ganar fuerza en situaciones críticas, según sea necesario. Chaves y Orozco (2015) señalan que deben reflexionar sobre el concepto de demandas excesivas asociadas al estrés, lo que suele denominarse sobrecarga cognitiva, ya que muchas tareas requieren más y más tiempo de atención, control emocional, resolución de problemas y estrategias de afrontamiento.

Incluso en situaciones que no implican peleas, el cambio asociado laboral y educativo también se considera difícil, ya que puede ser visto como un obstáculo para continuar con la vida de una persona; el descanso y el ambiente, los cambios de amistades y nuevos conocimientos sobre el comportamiento de las fuerzas militares son comunes.

Según Cedeño y Ordóñez (2021), los militares se caracterizan por ser un grupo que exige estricta obediencia, su estructura es muy jerarquizada y los errores son castigados tanto dentro como fuera del servicio. En este sentido, es necesario para un soldado un comportamiento autocontrolado, controlado y cuidadoso, cosas que cuando se permiten pueden ser muy diferentes a la vida anterior. Para estos autores, la primera etapa está representada por la falta de conocimiento, no tienen principios que los orienten sobre quién debe o no hacer, pueden estar inseguros y perder su independencia, ya que no se responde a los derechos de cada persona, se encuentra en la prioridad de los intereses del grupo.

En esta visión de las necesidades militares de los soldados, el estrés asociado con los grandes cambios en la vida requiere estrategias de afrontamiento

humano que apoyen la adaptación continua a una variedad de situaciones. Por ello, Cedeño y Ordóñez (2021) desarrollaron un cuestionario relacionado con los militares (CAM) en España, con el fin de medir cambios en el trabajo y el trabajo, cambios en las relaciones con iguales o superiores, expectativas profesionales y cambios en el trabajo.

Tal como sugiere Reynaga (2022) los pensamientos hipotéticos sobre esta cuestión provienen de la perseverancia, pues consideran estar de acuerdo con las buenas ideas sobre disciplina y autoridad que piensa el ejército, para informarse sobre los cambios positivos que se han producido en la personalidad del soldado desde que ingresó a las fuerzas armadas, y la disponibilidad de motivación para el soldado en las motivaciones que le da la vida militar y que no tuvo en la vida civil.

Por otro lado, los síntomas de depresión se han asociado con el trabajo prolongado sin descanso, lo que incluye pérdida de sueño y fatiga, carga de responsabilidades y trabajo. Para contrarrestar los efectos de estas operaciones, las Fuerzas Armadas realizan un programa de descanso y fomentan el descanso antes de la primera noche de combate continuo. Otra gran preocupación es el conflicto militar relacionado con el combate.

Capítulo III

Fundamento Teórico Científico de la Variable Resentimiento

3.1. Resentimiento

3.1.1. Definiciones

El resentimiento se refiere a un sentimiento crónico de haber sido agraviado o perjudicado por alguien o algo, en términos de adquirir riqueza material o espiritual a la que uno cree tener derecho, y se cree que se han violado los principios fundamentales de la justicia y la equidad. Según León y sus colegas (1988), el resentimiento surge cuando algo que uno cree que le pertenece ha sido negado sin una razón justificada a otras personas. El resentimiento también puede impedir la capacidad de una persona para mirar hacia el futuro y vivir con tranquilidad emocional, ya que genera un conflicto interno perturbador.

La conciencia resentida no puede sentir verdadera paz ni buscar la reconciliación, lo que lleva a un deseo imposible de "deshacer lo ya vivido y borrar lo sucedido". Este deseo puede causar nostalgia y dolor, lo que puede ser aún más perjudicial que la situación que se quería subsanar. El resentimiento es una forma de ira dirigida a una situación específica. (MacLachlan, 2010).

Por su parte, Castro et al. (2012) señalan que para que el resentimiento sea vista como tal, debe tener una cualidad permanente, de modo que la ira temporal, a corto plazo o los pequeños hechos que se resuelven o pueden resolverse, no se consideran ira o pueden causar; Sin embargo, deja claro que no siempre está garantizado un evento terrible, sino que un ambiente donde la injusticia es visible todos los días también puede ser un detonante, por lo que la acumulación de un poco de ira puede alimentar la ira.

Para autores como Rosales-Sarabia et al. (2018) señalan que el resentimiento es el malestar que se manifiesta en la búsqueda de justicia para cualquier persona, por lo que se considera un elemento importante en nuestra sociedad. Parafraseando las palabras del autor mencionado, se puede afirmar que la ira y la justicia comparten un fundamento moral común que confronta dos emociones: el impacto de un daño y la esperanza de compensación por ese daño. También nos explican que es la ira causada por una agresión real o fingida, expresada como ira, arrepentimiento, tristeza y deseo. Aquí se pueden ver dos miradas, la violencia y los sentimientos emocionales, y esto explican que el sujeto pueda tener odio en base a su punto de vista, sin considerar si la situación real explica la agresión o no.

Por último, el resentimiento se define como un proceso interno, de larga duración y arraigado, es decir, caracterizado por la acumulación de frustración, rabia, dolor, victimización y sentirse culpables por otra persona o personas, a quienes se considera responsables de haber causado daño. Debido a su intensidad y naturaleza a largo plazo, a menudo se convierte en un rasgo permanente y patológico de personalidad (Murillo & Salazar, 2019).

3.1.2. Desarrollo del Resentimiento

Los autores León y Romero (1990) consideran que el resentimiento se origina por las siguientes causas:

Se presentan varios factores que pueden contribuir a la aparición del resentimiento en un individuo. Uno de ellos es la humillación, que puede ser particularmente desencadenante para las personas hipersensibles. Cuando se les señala una falta, esto puede resultar en una sensación de impotencia y humillación, generando resentimiento.

Otro factor que puede propiciar el resentimiento son los fracasos en distintas áreas de la vida, tales como la sentimental, familiar, social y económica. El grado de resentimiento puede variar según el género y edad de la persona, así como el momento y la calidad moral de quien lo experimenta.

El sentimiento de inferioridad es otro factor que puede contribuir a la aparición del resentimiento. La persona puede sentirse y percibirse como física o mentalmente inferior a los demás, lo que le genera angustia al no poder ser como ellos y al sentirse objeto de burla, desprecio y lástima. Estos sentimientos de angustia y pena suelen guardarse en el interior, transformándose en amargura que puede dar lugar al resentimiento. Este sentimiento es común en individuos que se sienten minimizadas en el plano moral, social y económico.

Por último, las experiencias humillantes y negativas en diferentes situaciones pueden predisponer a la persona a sentir resentimiento. Estas experiencias repetidas pueden generar un estado de ánimo negativo y desagradable en el individuo, favoreciendo la aparición del resentimiento.

Es así, que Muñoz (2002) agrega estas descripciones afirmando que el resentimiento ocurre cuando una persona trata de complacer a otra lo mejor posible, pero a pesar del esfuerzo y el compromiso, tal comportamiento nunca se considera "lo suficientemente bueno" como para ser descalificado por la persona que intenta complacer sin importar si los deseos de la persona se han cumplido; aceptar pasivamente las actitudes negativas de los demás, al tener que acceder a hacer algo a pesar de tener la sensación de que se están aprovechando de uno o trabajar duro mientras otros impiden el éxito deseado, ser constantemente humillado, no aceptado o ignorado. Por último, al no conseguir una reparación por el daño sufrido, el resentimiento se acrecienta aún más.

3.1.3. Consecuencias del Resentimiento

Según Echeburúa (2013) algunas consecuencias del resentimiento son los siguientes:

- Hipersensibilidad o nerviosismo al recordar al individuo involucrado.
- Tiende a negar cualquier sentimiento de ira u odio hacia esa persona.
- Se siente con colera o provocado cuando ve que las personas con las que está enfadado son conocidas por su éxito.
- Se queda estancado en su desarrollo personal.
- Rechaza todos los intentos de los demás de hacerte perdonar y olvidar los errores del pasado.

- Tiene dificultad de abrirse y confiar en los demás, especialmente en las nuevas relaciones.
- Es difícil creer que será reconocido por sus habilidades, coraje y sus logros.

Las consecuencias mencionadas por el autor precitado se elaboraron en base a sus estudios con víctimas y victimarios de violencia, resaltando el papel del perdón como componente principal para aminorar las consecuencias nocivas del resentimiento. En ese sentido expresa que el perdón involucra la esfera personal y no es, por tanto, una fuerza externa, y no se puede pedir la reconciliación a la persona agraviada que no conoce al malhechor porque piensa que hay maldad en dos grupos opuestos.

3.1.4. Modelos de Resentimiento

Camacho (2017) menciona que se pueden distinguir tres modelos de resentimiento:

3.1.4.1. Modelo del Rasgo. Ocurre en personas que reviven fácilmente los hechos que los enojaron, lo que resulta en una sed de venganza. Esta situación existe en la mente, y para mantenerla y fortalecerla, la venganza se desea solo después de recibir una disculpa o un pago adecuado de la persona que causó el mal. Hay personas que tienden a enojarse todo el tiempo por lo que interpretan como actos sucios hechos por otros; Por ello, se entiende que la ira es manifestación de una condición inherente a la humanidad, ya que no es vista como una condición separada.

3.1.4.2. Modelo de las Relaciones Interpersonales. Esta ira se ve en personas que se relacionan por amor, ya sea familia, amigos o seres queridos. Ocurre por falta de interés o falta de especial respeto, así como por deshonestidad o falta de lealtad; a menudo esto cambia como sentimientos positivos y negativos hacia otra persona. En estas situaciones, la ira se manifiesta como frustración y quejas amargas, queriendo ser resarcido por el mal que se le ha hecho, quedando

la presencia de la envidia y el deseo de incomodidad.

3.1.4.3. Modelo Social. Lo que parece ser verdadera envidia de las personas que tienen un alto cargo en la sociedad, esto se debe a que sienten que no han recibido los beneficios que merecen por no gozar de las mismas comodidades, se enojan por su incapacidad física o baja estatus moral, pasan más tiempo quejándose que tratando de lograr lo que quieren y algunos tienen. Por eso, mantiene la idea de llevárselo a quienes se creen amados, para que ellos también se sientan heridos y necesitados.

3.1.4.4. Modelo Neuropsicológico. Tal como señalado González (2017) este modelo hace referencia al esquema recuerdo del dolor, en el que tanto la amígdala como el hipocampo son zonas importantes para la fijación del recuerdo. Sin embargo, no solo interviene el eje hipocampo e hipotálamo en la consolidación de los recuerdos con tono emocional, sino que, a nivel subcortical, a través del sistema límbico y sus interconexiones con la zona cortical ventromedial se bloquea la afectividad de los recuerdos. González (2017) sostiene que el mecanismo neuropsicológico del miedo es similar al del odio, con la que guarda la semejanza de fijar un recuerdo con alto tono emocional para evocar y guiar la conducta, lo que se obtiene con la intervención de zonas corticales y subcorticales.

3.1.5. *Estímulos del Resentimiento*

Cedeño y Ordóñez (2021) indican que el resentimiento depende de cómo se perciba la propia realidad o, más concretamente, de cómo se considere la ofensa o estímulo displacentero, de forma honesta, exagerada o imaginaria, las motivaciones que contribuyen a la instauración del enfado son las siguientes:

- Acciones, autolesiones, cuando una persona es golpeada, burlada o insultada.
- Se omite, cuando no recibió lo esperado, como una invitación, agradecimiento por el servicio prestado o reconocimiento por los esfuerzos.

- A veces, puedes estar molesto por tu vida económica, por algún problema físico o por una enfermedad que padeces y que no es aceptada.

Los pensamientos que cada uno da, determinan su vida, si tienes pensamientos negativos a menudo, tu vida puede estar llena de conflictos y si piensas en positivo, puedes ser feliz.

3.1.6. Medición de la Variable Resentimiento.

León y Romero (1990) fueron quienes desarrollaron una escala de Resentimiento que ha sido utilizada a lo largo del tiempo. Si bien es cierto, la ira es un término que se ha estudiado durante mucho tiempo desde la filosofía y el aporte desde la psicología se ha ido dando poco a poco. A continuación, se presentan las definiciones de la medición de la ira según sus categorías:

- Tendencia alta. Muestra tendencia a la ira, frustración, odio y sentimientos de venganza contra sus padres.
- Tendencia agresiva. Muestra una tendencia a desarrollar resentimiento, tiene depresión, odio y pensamientos de vengarse de sus padres.
- Nivel medio. Tienen cierto nivel de frustración, odio y sentimientos de venganza hacia sus padres.
- Bajo. Muestra un poco de frustración y sentimientos de venganza por sus padres.
- No evidencia indicadores. No dan resentimiento, odio o sentimientos de venganza a los padres.

3.1.7. Dimensiones del Resentimiento

Según los autores León y Romero (1990), estas dimensiones son una actitud negativa ante la vida que indicaría resentimiento y una actitud positiva ante la vida vendría a ser la ausencia de resentimiento.

3.1.7.1. Actitud Negativa Hacia la Vida. El individuo que muestra esta actitud se caracteriza por estar en un estado de ánimo negativo, irritable y tenso, lo que le impide tener control sobre sus emociones (García, 2016). Además, tiene dificultades para encontrar soluciones a los problemas y puede incluso agravarlos aún más; tiene poca confianza en sí mismo y en sus habilidades, evita asumir responsabilidades y no establece límites ni reglas claras (Rodríguez, 2012). Este estado mental se manifiesta como una visión insatisfecha y crítica de los eventos cotidianos, en la que la persona se enfoca únicamente en lo negativo y desarrolla resentimiento al interactuar con los demás.

3.1.7.2. Actitud Positiva Hacia la Vida. Cuando las actitudes son mayoritariamente positivas, se destacan por tener una perspectiva optimista ante las cosas; adaptarse a las circunstancias del entorno; solucionar problemas; liderar, orientar, tomar decisiones (Rodríguez, 2012). Esta actitud se caracteriza por ser capaz de reconocer los aspectos positivos de lo que sucede alrededor del individuo, lo que genera un estado de tranquilidad interna en la persona. Esto está relacionado con la resiliencia.

3.1.8. Resentimiento Familiar

Chaves y Orozco (2015) señalan que la familia es el cimiento más significativo para el normal desarrollo de cada uno de los miembros y de grupos que integran la comunidad. La familia es el alimento y sostén de cada uno de sus miembros, especialmente de los más jóvenes, por lo que las relaciones familiares son muy importantes para el correcto desarrollo de la personalidad y el comportamiento de las personas, siendo además un importante punto de apoyo para la cultura social. vida.

Cedeño y Ordóñez (2021) indican que el resentimiento familiar puede definirse como la expresión de sentimientos de ira, odio y dolor a nivel moral que suelen ser mantenidos durante mucho tiempo por uno o varios miembros de la familia hacia uno o varios de los mismos miembros, de manera que las relaciones entre ellos se han roto, por lo que si las personas que están enojadas no pueden

perdonar lo sucedido y cerrar las heridas, es posible que no tengan una buena relación con sus familiares que les guardan rencor.

3.2. Servicio Militar en el Perú

El Servicio Militar voluntario es un aspecto importante para la seguridad, el desarrollo y la defensa nacional, ya que el elemento humano es fundamental para la estructura, capacidad y la eficacia de las Fuerzas Armadas en su funcionamiento y misión.

3.2.1. *Reseña Histórica*

El servicio militar tiene su origen en siglos de historia, y observamos que es un concepto antiguo que se originó de Europa; el mismo que fue adoptado en diferentes momentos de nuestra historia y adaptado continuamente en diferentes países de todo el mundo. Esta actividad militar es obligatoria desde el 2013 y la realizan jóvenes civiles, en su mayoría quienes recién cumplían la mayoría de edad.

La ley de servicio militar fue promulgada el 27 de diciembre de 1898, determinó detalladamente la realización del servicio militar en beneficio del país, tras lo cual se pasó del servicio militar obligatorio al servicio militar moderno. La edad mínima era los 19 años hasta los 50, aunque en tiempos de paz era de 19 a 23 años de edad, elegidos según sorteo o voluntarios (Zenón, 1949).

El 21 de junio de 1912 se aprobó la Ley del Servicio Militar Obligatorio. Esta operación tiene una duración de dos años en tiempo de paz e indefinidamente en caso de conflicto o guerra, a discreción del Poder Ejecutivo. Esta ley impone sanciones a las agencias de contratación que contraten ilegalmente a personas preseleccionadas. Casi 37 años después, el 02 de marzo de 1949, el gobierno de Manuel Odría promulgó el Decreto Ley N° 10967, Ley del Servicio Militar Obligatorio, que en esta ocasión incluyó a las mujeres de manera restringida como indicaba la norma. El 12 de noviembre de 1974, se determinó mediante Decreto Ley N° 20788, convirtió el Servicio Militar obligatorio en un "deber inevitable" y, si se seleccionaban más de los necesarios para el servicio, se sorteaba (Hernández, 2015).

La Ley del Servicio Militar Voluntario se promulgó el 29 de setiembre de 1999, excluyendo por completo el servicio militar obligatorio, entrando en vigencia el 18 de marzo de 2000. En 2013 entró en vigencia el Decreto Ley N° 29248 que hace volver el Servicio Militar Obligatorio para los jóvenes cuya edad comprendan entre los 18 y los 25 años, 11 meses y 29 días de edad (El Peruano, 2008).

3.2.2. Definición del Reglamento de la Ley No. 29248

Conforme al Diario oficial El Peruano (2008) la Ley del Servicio Militar en su artículo dos establece: El servicio militar es un asunto personal, mediante el cual, todo peruano puede ejercer su derecho y obligación de participar en la defensa de la patria. Son prestados por hombres y mayores de dieciocho (18) años de edad.

El reclutamiento se con una variedad de beneficios y libertades que buscan satisfacer las necesidades de sus empleados y brindar oportunidades para avanzar en su propio futuro. Al mismo tiempo, contribuye a fortalecer el compromiso del pueblo peruano con el país y se considera un deber de su país enfrentar sus amenazas y desafíos, así como brindar asistencia y cooperación en áreas del país que requieran de un Estado, Presencia social, servicios caritativos y sociales.

3.2.3 Aspecto Normativo

Acorde al Diario oficial El Peruano (2008) en su artículo siete del Reglamento de la Ley No. 29248, el objeto de las Fuerzas Armadas es el siguiente: “La Fuerza Armada tiene por objeto equipar y adiestrar a los militares peruanos en el servicio militar, para las funciones que le asignan la Constitución Política del Perú y las leyes de la República, a su vez, fortalecer los valores de la función pública, participación, responsabilidad, solidaridad, valentía, apego y respeto al estado de derecho y la protección de los intereses nacionales”.

El 29 de septiembre de 1999 se publicó en el diario El Peruano la Ley del Servicio Voluntario, excluyendo la política de reclutamiento oficial de marzo de 2000. La Ley de Declaración de Servicio Militar 27178 establece el propósito de formar a los peruanos para el servicio militar, en la modalidad de formación militar, técnico-laboral, para que puedan participar efectivamente en la seguridad y el desarrollo nacional. El 28 de junio de 2008 se dio a conocer oficialmente la eliminación de la boleta y libreta militar (El Peruano, 2008).

3.2.4. Beneficios del Servicio Militar Voluntario

De acuerdo al Diario oficial El Peruano (1999), el Artículo 46° de los derechos y beneficios en el servicio activo, el personal acuartelado, tendrá derecho a:

- Alimentación diaria.
- Ropa adecuada a la ciudad y clima.
- Prestaciones de salud en hospitales o instituciones de salud de la Institución.
- Interés mensual, según la ley de este artículo.
- Gastos de viaje y pasajes del servicio.
- Seguros de vida y servicios funerarios.
- Recibir instrucción militar básica y recibir formación técnica superior o formación técnica superior en diversos campos.
- Las disposiciones de esta Ley establecerán las especificidades a que se refiere este número y las instituciones educativas que brindarán el registro de acuerdo con las normas y procedimientos señalados, previo acuerdo con el Ministerio de Educación.
- Financiamiento para el inicio, continuación y culminación de estudios universitarios en instituciones educativas estatales, teniendo en cuenta el nivel mínimo del salario equivalente en instituciones educativas privadas.
- Descuento del cincuenta por ciento (50%) en las entradas a museos, sitios históricos, centros culturales y cualquier exhibición pública

organizada por el Ministerio de Cultura u otras dependencias gubernamentales.

- Rebaja del cincuenta por ciento (50%) en entradas a eventos deportivos organizados por el Instituto Peruano del Deporte, y otras organizaciones deportivas, para lo cual el Ministerio de Defensa celebrará convenios similares con dichas organizaciones.
- Un descuento del cincuenta por ciento (50%) en el costo de la matrícula y derechos de ingreso a las Escuelas de Formación Militar y Policial del Perú.
- Reducción del cincuenta por ciento (50%) en el monto de los derechos de matrícula, cuotas y pensión mensual por cursar estudios en escuelas públicas y privadas, universidades y no universitarias.
- Ahorro anual del veinte por ciento (20%) de los puestos de trabajo anunciados en las Escuelas de Formación de Oficiales Militares y Policiales del Perú, que serán aportados por el personal del Servicio Militar que participó en operaciones militares para proteger el sistema interno y la Defensa y Defensa Nacional, y los que trabajan para administrar las regiones fronterizas.
- El ingreso directo a las Escuelas Técnicas de las Fuerzas Armadas, después del primer período de renovación en su institución, de acuerdo con el procedimiento previsto en esta ley.
- Acceso a una línea de crédito especial para personal militar desarrollada por el Banco de la Nación.
- Asistencia médica en hospitales de la Secretaría de Salud, Seguridad Social en Salud (ESSALUD) y en organismos militares.

Capítulo IV

Metodología

4.1. Enunciado de las Hipótesis

4.1.1. Hipótesis General

Existe relación entre el afrontamiento al estrés y el resentimiento en el personal militar de tropa de los cuarteles de Tacna, año 2021.

4.1.2. Hipótesis Específicas

El estilo de afrontamiento al estrés enfocado en el problema es el predominante en personal militar de tropa de los cuarteles de Tacna, año 2021.

Existe una tendencia acentuada de resentimiento en el personal militar de tropa de los cuarteles de Tacna, año 2021.

Existe relación entre el estilo de afrontamiento centrado en la emoción y el nivel de resentimiento en el personal militar de tropa de los cuarteles de Tacna, año 2021.

Existe relación entre el estilo de afrontamiento centrado en el problema y el nivel de resentimiento en el personal militar de tropa de los cuarteles de Tacna, año 2021.

4.2. Operacionalización de Variables

4.2.1. *Identificación.* Afrontamiento al Estrés.

4.2.2. *Definición operacional.*

Conjunto de esfuerzos conductuales y cognitivos que se desarrollan para manejar situaciones específicamente estresantes para el individuo. Medido por el instrumento de modo de Afrontamiento al estrés forma disposicional, Carver, Scheier y Weintrau (1989).

Tabla 1.

Operacionalización de la Variable Afrontamiento al Estrés.

<i>Dimensiones</i>	<i>Categorías</i>	<i>Escala</i>
Afrontamiento enfocado en el problema <ul style="list-style-type: none"> • Afrontamiento activo. • Planificación • La supresión de otras actividades. • La postergación del afrontamiento. • La búsqueda de apoyo social 	Nivel alto. 100	
Afrontamiento enfocado en la emoción <ul style="list-style-type: none"> • La búsqueda de soporte emocional. • Reinterpretación positiva y desarrollo personal. • La aceptación. • Acudir a la religion 	Nivel medio 50-75	Ordinal
Otros estilos adicionales de afrontamiento <ul style="list-style-type: none"> • Negación • Conductas inadecuadas. • Distracción 	Nivel bajo 25	

4.2.3. *Identificación.* Resentimiento

4.2.4. *Definición Operacional.*

Sentimiento caracterizado por la permanencia y que hace referencia a acontecimientos pasados, generalmente una situación displacentera y traumática. Está conformado por dos dimensiones: actitud positiva a la vida (ausencia de resentimiento) y actitud negativa a la vida (presencia de resentimiento); y el instrumento utilizado es el Inventario de Actitudes hacia la vida- Escala de Resentimiento, validado por León y Romero 1990.

Tabla 2.

Operacionalización de la Variable Resentimiento

<i>Dimensiones</i>	<i>Categorías</i>	<i>Escala</i>
Actitud positiva hacia la vida.	<ul style="list-style-type: none"> • Tendencia Muy Acentuada • Tendencia Acentuada 	Ordinal
Actitud negativa hacia la vida.	<ul style="list-style-type: none"> • Nivel medio • Nivel bajo • No Presenta 	

4.3. Tipo y Diseño de la Investigación

La investigación fue de enfoque cuantitativo, de nivel relacional, tipo básica y de diseño no experimental. Hernández et al. (2010) indica que el enfoque cuantitativo “usa la recolección de datos para probar hipótesis con base a medición numérica y el análisis estadístico, para establecer patrones de comportamiento y probar teorías” (p.4).

Por otra parte, Cheser et al (2014) señalan que este es un estudio descriptivo que mide el grado de asociación entre variables y nos permite examinar en qué medida los cambios en una variable dependen de los cambios en otra variable. Asimismo, la investigación de tipo básica, parafraseando a Rodríguez (2011) tiene como objetivo encontrar nuevos conocimientos sin un objetivo práctico específico, de modo que los investigadores se centren en las relaciones entre los fenómenos sin preocuparse por la aplicación práctica de sus hallazgos. Finalmente, según Kerlinger (1979), un diseño no experimental es cualquier estudio en el que no es posible manipular variables o asignar aleatoriamente sujetos o condiciones.

4.4. Ámbito de Estudio y Tiempo Social de la Investigación

Se llevo a cabo con jóvenes que realizan servicio militar en el Ejército peruano de la ciudad de Tacna y la evaluación se realizó de manera presencial en el primer trimestre del año 2021, mes de marzo.

4.5. Unidades de Estudio, Población y Muestra

4.5.1. Unidad de Estudio

La unidad de estudio sobre la cual recayó la medición de las variables fue el personal de tropa que realiza servicio militar voluntario en los Cuarteles Gregorio Albarracín y Cuartel Tarapacá.

4.5.2. Población

Estuvo conformada por jóvenes militares de tropa de los Cuarteles Tarapacá y Gregorio Albarracín, los cuales se distribuyen de la siguiente manera:

Tabla 3.

Marco muestral

Cuartel	N°
Cuartel Tarapacá	44
Cuartel Gregorio Albarracín	40
Total	84

Criterios de Inclusión

Jóvenes de 18 hasta los 24 años.

Personas de sexo masculino.

Cuarteles: Tarapacá y Albarracín.

Soldados que estén realizando el servicio militar.

Criterios de Exclusión

Otros cuarteles de la ciudad.

Jóvenes que no estén presentes en las fechas de evaluación.

Mayores de 25 años.

4.5.3. Muestra

Para el tipo de muestra utilizado fue no probabilístico por conveniencia, formado por jóvenes militares según los criterios de elegibilidad. No se contó con más personal debido a que algunos jóvenes soldados estaban de permiso, con descanso, realizando comisiones propias de la institución, etc.; por lo que se procedió evaluar solo a los presentes.

Para la presentación se empleó un muestreo estratificado, aplicando la fórmula para determinación del tamaño muestral a cada estrato de la población. La muestra quedó conformada de la siguiente manera:

Tabla 4.

Distribución de la muestra

Cuartel	N°
Cuartel Tarapacá	39
Cuartel Gregorio Albarracín	35
Total	74

4.6. Procedimientos, Técnicas e Instrumentos de Recolección de Datos

4.6.1. Procedimientos y Análisis de Información

Para el cumplimiento de la presente investigación se realizó lo siguiente, primeramente, seleccionar y analizar las unidades de estudio, seguidamente seleccionar los instrumentos dirigidos a cada variable para recolectar los datos, en modalidad tipo presencial.

Luego se solicitó la autorización y coordinaciones necesarias, a fin de que el personal militar que integra la tropa puedan ser participantes del estudio y ampliar información sobre la población.

Posterior a la aprobación, se procedió a coordinar las fechas disponibles con el jefe de la instalación del Cuartel Tarapacá y Cuartel Albarracín. Es así que la aplicación se llevó a cabo la primera y última semana del mes de marzo del 2022.

Se aplicaron las encuestas y estas fueron calificados de acuerdo a los baremos y corrección correspondientes.

El procesamiento de la información se realizó a través del software estadístico *Satistical Package for the Social Sciences* (SPSS) versión 26 y el Microsoft Excel, con la finalidad de aplicar las métricas de medición y los procedimientos estadísticos descriptivos e inferenciales.

Por otro lado, el análisis de información se llevó a través de los recursos de la estadística descriptiva como la tabla de distribución de frecuencias, gráficos apilados y tablas cruzadas. En el caso de la estadística inferencial, esta se realizó a través del estadístico de contraste Rho de Spearman a fin de poder determinar la relación entre las variables de escala de medición ordinal.

4.6.2. Técnicas

Con relación a las herramientas de recolección de datos, se utilizó la técnica de encuesta tipo test. Cuyo objeto de estudio permitió obtener información sobre la situación que atraviesan actualmente el personal castrense en conexión a sus mecanismos de afrontamiento al estrés y las actitudes a la vida. La utilización de esta técnica se materializará a través de un cuestionario validado a fin de recoger información para la presentación de la investigación.

4.6.3. Instrumentos de recolección de datos

Se emplearon los siguientes instrumentos

- El Cuestionario de modos de Afrontamiento al Estrés forma disposicional (COPE).
- El Inventario de Actitudes hacia la Vida - Escala de Resentimiento (IAHV-ER)

4.6.3.1. Variable 1. Afrontamiento al Estrés. Se tiene en cuenta lo siguiente:

Para medir la variable afrontamiento al estrés, se utilizó el instrumento denominado Cuestionario de Modos de Afrontamiento al Estrés (COPE) realizado por Carver, Scheier y Weintrau en 1989 en su versión disposicional, su lugar de procedencia es de los Estados Unidos y fue adaptado para el Perú en 1996 por Casuso. El cuestionario mide las estrategias que tiene la persona para hacer frente al estrés, la aplicación se realiza de manera individual o colectiva y se aplica de los

18 años en adelante. Comprenden trece modos de responder al estrés y tiene un total de 52 ítems; son medidas por una escala de tipo Likert compuesta por cuatro categorías de respuesta: nunca (1), a veces (2), generalmente (3) y siempre (4).

Se describen tres dimensiones del afrontamiento, siendo la primera el estilo centrado en los problemas, el cual incluye el afrontamiento activo, la planificación, la eliminación de otras actividades, la postergación del afrontamiento y la búsqueda de apoyo social. La segunda dimensión es el estilo enfocado en la emoción, que incluye la búsqueda de apoyo emocional, la reinterpretación positiva y el desarrollo personal, la aceptación, la religión y el análisis de emociones. Finalmente, la última dimensión incluye otros estilos de afrontamiento adicionales, como la negación, las conductas inadecuadas y la distracción, y estos estilos pueden estar en un nivel bajo, moderado o alto.

Según estudios preliminares citados por Carver, Scheier y Weintraub (1989), las 14 escalas del COPE disposicional presentan niveles adecuados de consistencia interna, con alfas de Cronbach entre 0.63 y 0.92, excepto la escala de desentendimiento mental que presenta un alfa de Cronbach de 0.45. En una investigación realizada en Perú por Cassaretto y Chau (2013) con estudiantes universitarios, se obtuvieron coeficientes de confiabilidad para cada escala mediante el coeficiente alfa de Cronbach, los cuales oscilaron entre 0.53 y 0.91.

La administración del COPE no tiene un tiempo establecido y puede realizarse de manera individual o colectiva. Para calificar, se suman los puntajes obtenidos en cada una de las 13 áreas y luego se multiplica la puntuación obtenida por 0.25. Posteriormente, se ubica el puntaje en el perfil presentado en %, multiplicando el puntaje obtenido por 10.

4.6.3.2. Variable 2. Resentimiento. Se tiene en cuenta lo siguiente:

León y Romero en 1990 en Lima, Perú crearon el Inventario de Actitudes hacia la Vida (IAHV-ER), que consta de una sola escala compuesta por 28 ítems. Puede aplicarse a partir de los 12 años, tanto de manera individual como grupal, y tiene como objetivo medir el grado de resentimiento en las personas a través de la obtención de puntajes y categorías. Estas categorías incluyen Tendencia muy acentuada, Tendencia acentuada, Nivel medio, Nivel bajo y No presenta.

La escala utiliza respuestas de "Sí" y "No" para cada ítem, asignando un puntaje de 1 o 2 dependiendo de si la respuesta indica la presencia o ausencia de resentimiento, respectivamente. El puntaje genérico de evaluación de resentimiento se obtiene sumando los puntajes de los ítems, donde un puntaje más alto indica un menor grado de resentimiento teóricamente.

Los autores afirman que la escala presenta una consistencia interna adecuada con un alfa de Cronbach de 0.75 y la validez se evaluó utilizando el criterio de jueces.

Capítulo V

Resultados

5.1. Trabajo de Campo

A fin de poder cumplir con el trabajo de campo para llevar a cabo el levantamiento de resultados se realizaron las siguientes actividades:

Primero, se realizaron y trabajaron actividades de coordinación con las autoridades del Cuartel Gregorio Albarracín y Cuartel Tarapacá con la finalidad de que suscribieran una autorización a fin de poder ingresar a las instalaciones de los respectivos cuarteles y recolectar datos por medio de los instrumentos seleccionados. Para ello, se cursó una solicitud y carta de presentación a las instituciones mediante la Universidad.

Segundo, se procedió a realizar el vaciado de los datos previa codificación de los instrumentos aplicados, de esta manera, se diseñó la matriz de datos y se alimentó con la información de cada uno de los participantes. El programa empleado para tal efecto fue el *Statistical Package for the Social Sciences* (SPSS) versión 26 y el Microsoft Excel para la mejora del aspecto gráfico de las figuras.

5.2. Diseño de Presentación de los Resultados

Para facilitar el análisis e interpretación de los resultados se utilizaron recursos como tablas y figuras, las cuales se encuentran acompañadas de la parte interpretativa.

El orden de presentación de los resultados es el siguiente:

En primer lugar, los resultados sobre los estilos de afrontamiento de los participantes del estudio.

En segundo lugar, los resultados sobre el nivel de resentimiento de los participantes del estudio.

En tercer lugar, la relación entre las variables y aspectos estructurales.

5.3. Los Resultados

5.3.1. Resultados Descriptivos de los Estilos de Afrontamiento en los Miembros de Personal de tropa de los Cuarteles Gregorio Albarracín y Tarapacá.

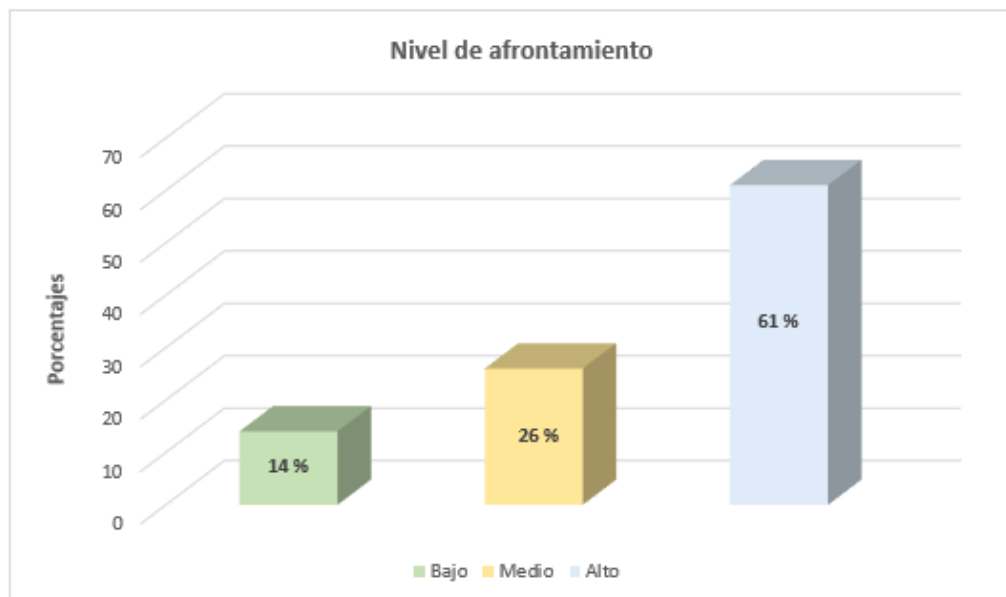
Tabla 5.

Distribución según los Estilos de Afrontamiento Enfocado en la Emoción en los participantes.

Niveles	N°	%
Bajo	10	14 %
Medio	19	26 %
Alto	45	61%
Total	74	100%

Figura 1.

Distribución según el Estilo de Afrontamiento Enfocado en la Emoción en los participantes.



Tal como se puede ver de la Tabla N° 9 y la Figura N° 5, en cuanto al estilo de afrontamiento enfocado en la emoción, el nivel predominante fue el nivel alto con 61 %. Por otro lado, en segundo lugar, tenemos el nivel medio representando el 26% de la distribución. Finalmente, en tercer lugar, se tiene el 14% de la distribución presentan un nivel bajo del estilo de afrontamiento centrado en el problema.

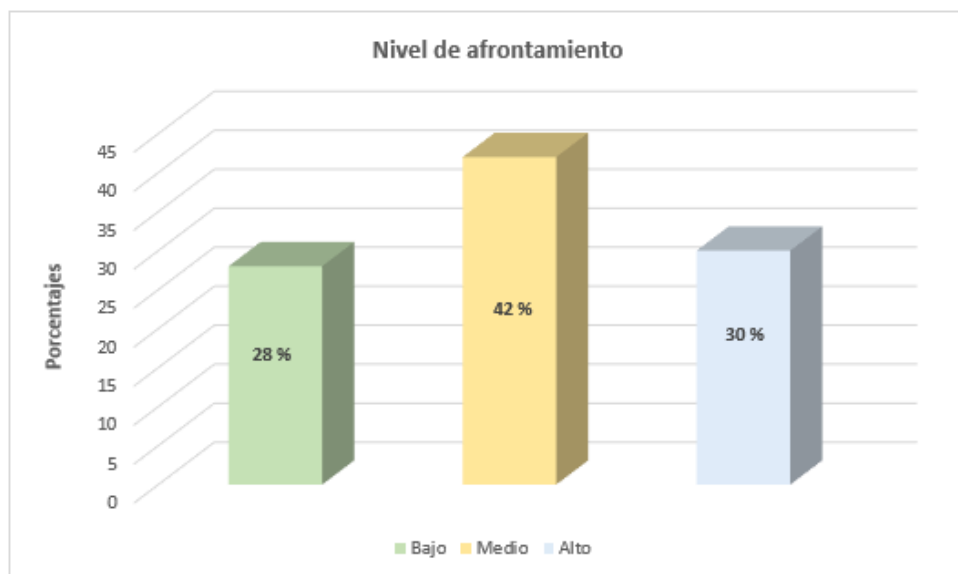
Tabla 6.

Distribución según el Estilo de Afrontamiento Enfocado en el Problema en los participantes.

Niveles	N°	%
Bajo	21	28%
Medio	31	42%
Alto	22	30%
Total	74	100%

Figura 2.

Distribución según el Estilo de Afrontamiento Enfocado en el Problema en los participantes.



Tal como se puede ver de la Tabla N° 10 y la Figura N° 6, en cuanto al estilo de afrontamiento enfocado en el problema, el nivel predominante fue el medio con 42% de la distribución. En segundo lugar, se tiene a la categoría alto con el 30% de la muestra, y, por último, se tiene la categoría bajo con el 28% de la muestra.

5.3.2. Resultados Descriptivos de Resentimiento en los Miembros de Personal de Tropa de los Cuarteles Gregorio Albarracín y Tarapacá.

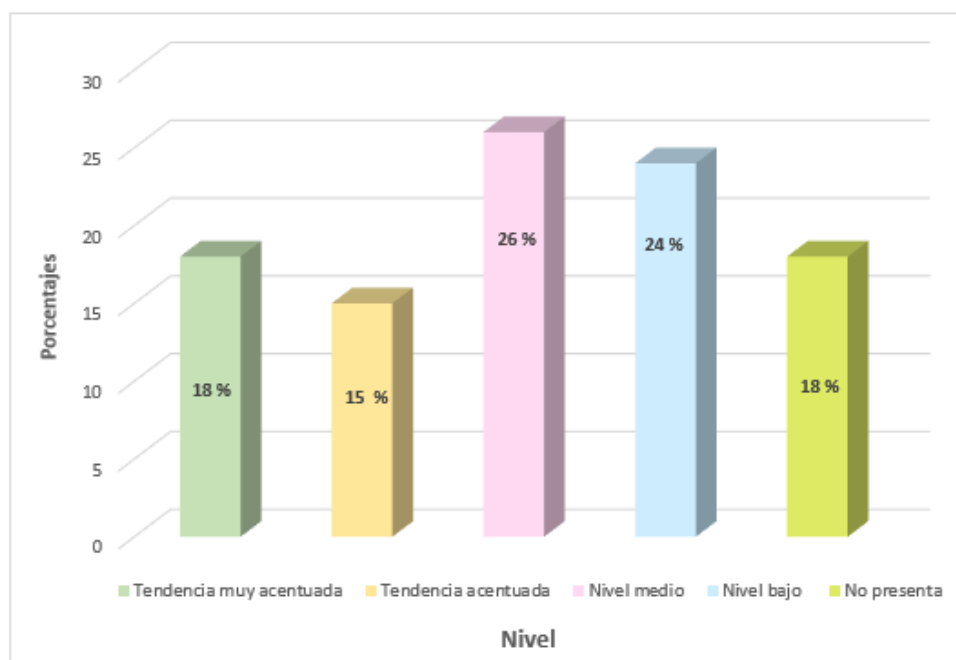
Tabla 7.

Distribución del Resentimiento en su Componente Actitudinal.

Nivel	N°	%
Tendencia muy acentuada	13	18 %
Tendencia acentuada	11	15 %
Nivel medio	19	26 %
Nivel bajo	18	24%
No Presenta	13	18%
Total	74	100%

Figura 3.

Distribución del Resentimiento en su Componente Actitudinal.

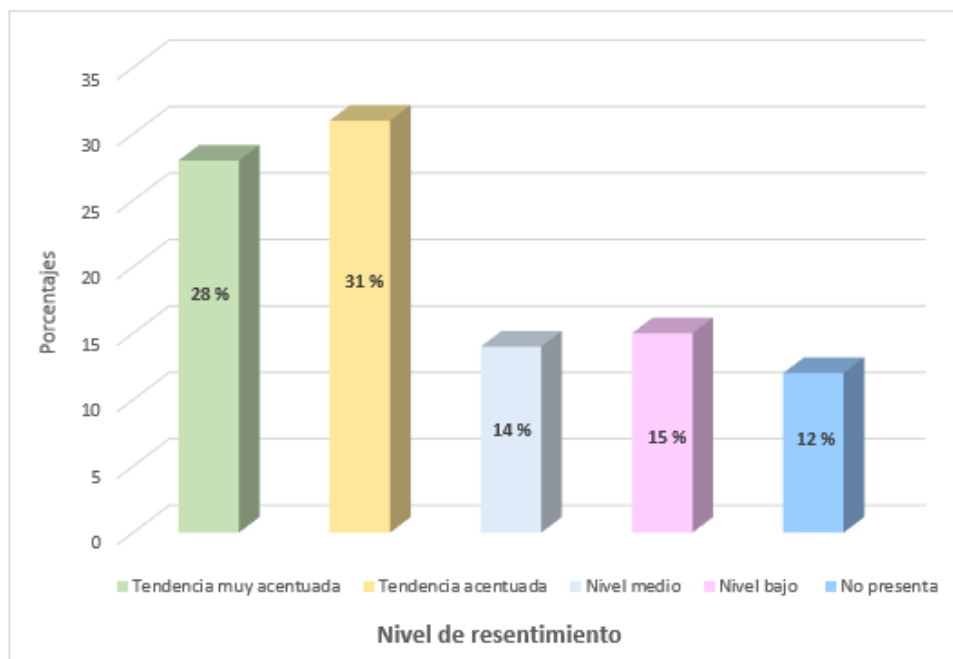


Tal como se puede ver de la Tabla N° 11 y la Figura N° 7, en cuanto al componente actitudinal del resentimiento, el 26 % de la distribución se ubica en el nivel medio, por otro lado, el 24 % de la muestra presenta un nivel bajo.

Asimismo, el 18 % de la distribución no presenta resentimiento. Por otro lado, el 18 % de la distribución se ubica en un nivel de tendencia muy acentuada y, finalmente, el 15 % de la distribución se ubica en el nivel de tendencia acentuada.

Tabla 8.*Distribución del Resentimiento en su Componente Socioemocional*

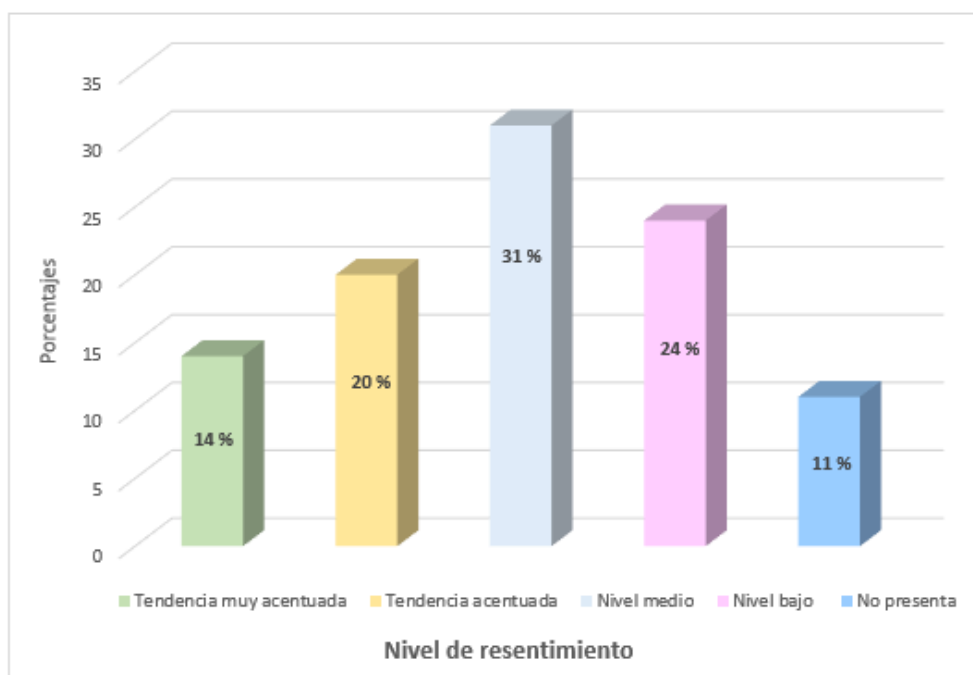
Nivel	N°	%
Tendencia muy acentuada	21	28 %
Tendencia acentuada	23	31 %
Nivel medio	10	14 %
Nivel bajo	11	15 %
No Presenta	9	12 %
Total	74	100%

Figura 4.*Distribución del Resentimiento en su Componente Socioemocional*

Tal como se puede ver de la Tabla N° 12 y la Figura N° 8, en cuanto al componente socioemocional del resentimiento, el 31% de la distribución se ubica dentro de la categoría con tendencia acentuada, el 28% de la distribución se ubica dentro de la categoría con tendencia muy acentuada. Asimismo, el 14% de los participantes presentan un nivel medio, el 15% de la distribución se ubica con un nivel bajo, mientras que un último sector conformado por el 12% de la distribución no presenta resentimiento.

Tabla 9.*Distribución del Resentimiento a Nivel Global en los Participantes.*

Nivel	N°	%
Tendencia muy acentuada	10	14 %
Tendencia acentuada	15	20 %
Nivel medio	23	31 %
Nivel bajo	18	24 %
No Presenta	8	11 %
Total	74	100%

Figura 5.*Distribución del Resentimiento a Nivel Global en los Participantes*

Tal como se puede ver de la Tabla N° 13 y la Figura N° 9, de manera agregada, podemos dar cuenta que el nivel general de resentimiento aglutina los puntajes del dominio socioemocional y actitudinal.

De esta manera, el 31% de la muestra se ubica en un nivel medio, por otro lado, el 24% de la muestra se ubica en un nivel bajo, asimismo, el 20% de la muestra se ubica en la tendencia acentuada, el 14% de la muestra se ubica en la tendencia muy acentuada, un sector final conformado por 8 jóvenes no ha arrojado niveles de resentimiento en este componente.

5.4. Comprobación de las Hipótesis

Para la comprobación de las hipótesis se utilizó la Prueba de normalidad Kolmogorov-Smirnov.

Prueba de Normalidad

Previo a la contrastación de hipótesis se realizó la prueba de normalidad, la cual demuestra si el conjunto de datos proviene de una distribución normal y poder realizar los test de hipótesis exactas.

Tabla 10.

Prueba de Normalidad Kolmogorov-Smirnov

	Kolmogorov-Smirnov			Shapiro-Wilk		
	Estadístico	Gl.	Sig.	Estadístico	Gl.	Sig.
Estilo de afrontamiento enfocado en el problema	,137	74	,000	,976	74	,000
Estilo de afrontamiento enfocado en la emoción	,095	74	,000	,973	74	,000
Mecanismos de afrontamiento	,117	74	,000	,976	74	,000
Componente actitudinal	,061	74	,000	,973	74	,000
Componente socioemocional	,110	74	,000	,976	74	,000
Resentimiento a nivel global	,121	74	,000	,953	74	,000

Para la prueba de normalidad, se tuvo en cuenta la prueba de Kolmogorov-Smirnov, pues el tamaño de la muestra resulto ser mayor a 50 participantes ($n=74$), de acuerdo a los valores obtenidos estos resultan ser menores a 0.05, lo cual evidencia que se está frente a una distribución no paramétrica, de manera que se aplicó la prueba de correlación de Rho de Spearman.

5.4.1. Contraste de la Primera Hipótesis Específica

Para la comprobación de la primera hipótesis específica se utilizó la prueba estadística no paramétrica Rho de Spearman desarrollada por el Psicólogo Británico Charles Edward Spearman, apropiada para correlacionar dos variables por rangos en lugar de medir el rendimiento separado en cada una de ellas.

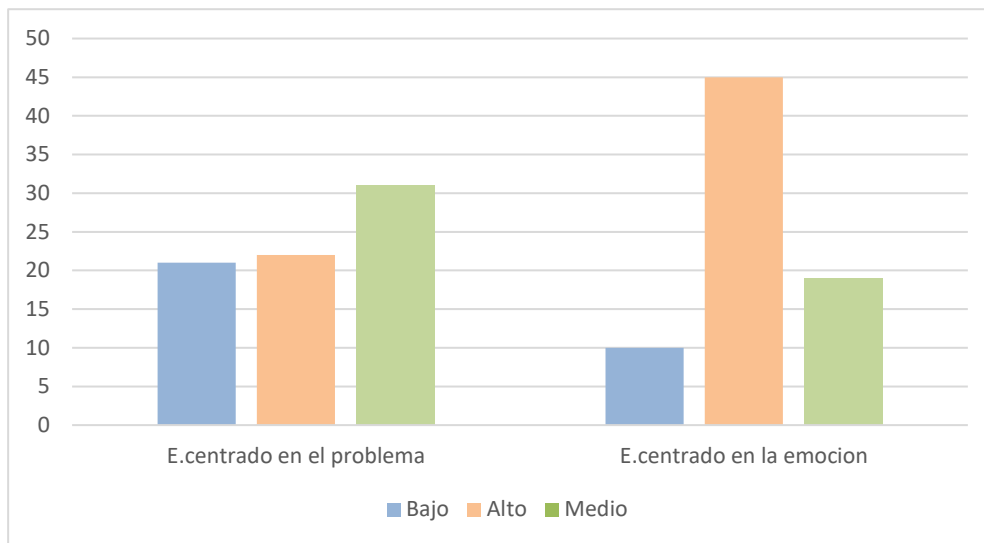
Planteamiento de Hipótesis

H1. El estilo de afrontamiento al Estrés enfocado en el problema es el predominante en el personal militar de tropa de los cuarteles de Tacna, año 2021.

H0. El estilo de afrontamiento al Estrés enfocado en el problema no es el predominante en el personal militar de tropa de los cuarteles de Tacna, año 2021.

Contraste descriptivo

Tal como se puede observar de la presentación de los resultados de la Figura N° 10 el nivel de representatividad de los niveles de estrategias centradas en la emoción se superpone ligeramente a los valores de la estrategia centrado en el problema, superando el 50% de la muestra de estudio con 19 y 45 participantes en el nivel medio y alto, respectivamente.

Figura 6.*Magnitudes de las Estrategias de Afrontamiento.***Decisión**

Por tanto, se observa que el sector mayoritario es el conformado por 45 participantes en cuanto a las estrategias centradas en la emoción. Así, se rechaza la hipótesis alternativa y se acepta la hipótesis nula, se concluye que el estilo de afrontamiento al estrés enfocado en el problema no es el predominante en personal militar de tropa de los cuarteles de la ciudad de Tacna, año 2021.

5.4.2. *Contraste de la Segunda Hipótesis Específica*

Para la comprobación de la segunda hipótesis específica se utilizó la prueba estadística no paramétrica Rho de Spearman desarrollada por el Psicólogo Británico Charles Edward Spearman.

Planteamiento de Hipótesis

H1. Existe una tendencia acentuada de resentimiento en el personal militar de tropa de los cuarteles de Tacna, año 2021.

H0. No existe una tendencia acentuada de resentimiento en el personal militar de tropa de los cuarteles de Tacna, año 2021.

Contraste Descriptivo

Tal como se puede observar de la presentación de los resultados de la Tabla N°15, el nivel de representatividad del sector que ha arrojado tendencia acentuada de resentimiento es de 20% el cual, no es el mayoritario.

Tabla 11.

Distribución del Resentimiento a Nivel Global en los Participantes

Nivel	N°	%
Tendencia muy acentuada	10	14 %
Tendencia acentuada	15	20 %
Nivel medio	23	31 %
Nivel bajo	18	24 %
No Presenta	8	11 %
Total	74	100%

Decisión

Por tanto, se puede señalar que el sector mayoritario es el sector de nivel medio de resentimiento con 23 participantes ubicados en ese nivel lo que representa el 31% de la distribución. Así, se rechaza la hipótesis alternativa y aceptamos la hipótesis nula y se concluye que no existe una tendencia acentuada de resentimiento en los jóvenes militares de tropa de los cuarteles de la ciudad de Tacna, año 2021.

5.4.3. Contraste de la Tercera Hipótesis Específica

Para la comprobación de la tercera hipótesis específica se utilizó la prueba estadística no paramétrica Rho de Spearman.

Planteamiento de Hipótesis

H0. No existe relación entre el estilo de afrontamiento centrado en la emoción y el nivel de resentimiento en el personal militar de tropa de los cuarteles de Tacna, año 2021.

H1. Existe relación entre el estilo de afrontamiento centrado en la emoción y el nivel de resentimiento en el personal militar de tropa de los cuarteles de Tacna, año 2021.

Nivel de Significación

$\alpha = 0.05$ (prueba bilateral)

Estadígrafo de Prueba

Coefficiente de Correlación de Rho de Spearman

Tabla 12.

Contrastación de Hipótesis Específica 3

		Resentimiento	Estrategia de afrontamiento centrado en la emoción
Resentimiento	Coefficiente de correlación	1,000	,747**
	Sig. (bilateral)	.	,001
	N	74	74
Estrategia de afrontamiento centrado en la emoción	Coefficiente de correlación	,747**	1,000
	Sig. (bilateral)	,001	.
	N	74	74

Interpretación

Como se puede observar de la Tabla 16, el p-valor arrojó un valor de 0.001, el cual es inferior al nivel de significancia de 0.05, por lo que no se acepta la hipótesis nula o de trabajo y se acepta la hipótesis alterna. Asimismo, por la naturaleza positiva del valor p obtenido, se verifica que existe una relación de tipopositivo y directo, siendo que a mayor resentimiento existirá una mayor probabilidad de afrontamiento centrado en la emoción.

Decisión

En cuanto a la toma de decisión, se verifica, a un nivel de confianza del 95%, la existencia de una relación significativa y directa entre el nivel de resentimiento y el estilo de afrontamiento centrado en la emoción en el personal militar de tropa de los cuarteles de la ciudad de Tacna, año 2021.

5.4.4. Contraste de la Cuarta Hipótesis Específica

Para la comprobación de la cuarta hipótesis específica se utilizó la prueba estadística no paramétrica Rho de Spearman, que tiene como finalidad buscar la relación entre dos variables categóricas que no siguen un comportamiento normal.

Planteamiento de Hipótesis:

H0. No existe relación entre el nivel de resentimiento y el estilo de afrontamiento centrado en el problema en el personal militar de tropa de los cuarteles de la ciudad de Tacna, año 2021.

H1. Existe relación entre el nivel de resentimiento y el estilo de afrontamiento centrado en el problema en el personal militar de tropa de los cuarteles de la ciudad de Tacna, año 2021.

Nivel de Significación

$\alpha = 0.05$ (prueba bilateral).

Estadígrafo de Prueba

Coefficiente de Correlación de Rho de Spearman.

Tabla 13.*Contrastación de Hipótesis Específica 4*

		Resentimiento	Estrategia de afrontamiento centrado en el problema
Resentimiento	Coefficiente de correlación	1,000	-,508**
	Sig. (bilateral)	.	,032
	N	74	74
Estrategia de afrontamiento centrado en el problema	Coefficiente de correlación	-,508**	1,000
	Sig. (bilateral)	,032	.
	N	74	74

Interpretación

Tal como se puede observar de la Tabla 17, el p-valor arrojó un valor de 0.032, el cual es inferior al nivel de significancia de 0.05, por lo que no se acepta la hipótesis nula o de trabajo y se verifica que existe una relación de tipo positivo (hipótesis alternativa). Por otro lado, se advierte que, por la naturaleza negativa del valor obtenido, la relación es de tipo indirecto, siendo que a un mayor resentimiento existirá una menor probabilidad de afrontamiento centrado en el problema.

Decisión

En cuanto a la toma de decisión, se puede señalar que se verifica, a un nivel de confianza del 95%, la existencia de una relación significativa indirecta entre el nivel de resentimiento y el estilo de afrontamiento centrado en el problema en el personal militar de tropa de los cuarteles de la ciudad de Tacna, año 2021.

5.4.5. *Contraste de la Hipótesis General*

Para la contrastación de la hipótesis general se utilizó la prueba estadística no paramétrica Rho de Spearman, el cual permite determinar la relación entre el resentimiento y afrontamiento al estrés en el personal militar de tropa de los cuarteles de Tacna, año 2021.

Planteamiento de Hipótesis

H0. No existe relación entre el resentimiento y afrontamiento al estrés en el personal militar de tropa de los cuarteles de Tacna, año 2021.

H1. Existe relación entre el resentimiento y afrontamiento al estrés en el personal militar de tropa de los cuarteles de Tacna, año 2021.

Nivel de Significación

$\alpha = 0.05$ (prueba bilateral).

Estadígrafo de Prueba

Coefficiente de Correlación de Rho de Spearman.

Tabla 14.

Contrastación de Hipótesis General

		Resentimiento	Afrontamiento al estrés
Resentimiento	Coefficiente de correlación	1,000	,807**
	Sig. (bilateral)	.	,000
	N	74	74
Afrontamiento al estrés	Coefficiente de correlación	,807***	1,000
	Sig. (bilateral)	,000	.
	N	74	74

Interpretación

Tal como se puede observar de la Tabla 18, el p-valor arrojó un valor de 0.001, el cual es inferior al nivel de significancia de 0.05, por lo que no se acepta la hipótesis nula y se verifica que existe una relación de tipo positivo y directo, por lo que existe una relación significativa entre el nivel de resentimiento y el tipo de afrontamiento al estrés. De esta manera, a mayor resentimiento existirá una mayor probabilidad de una activación más alta de los mecanismos de afrontamiento al estrés.

Decisión

En cuanto a la toma de decisión, se puede señalar que se verifica la existencia, a un nivel de confianza del 95%, de una relación significativa entre el resentimiento y afrontamiento al estrés en el personal militar de tropa de los cuarteles de la ciudad de Tacna, año 2021.

5.5. Discusión de Resultados

El propósito principal de la presente investigación fue determinar la relación entre el afrontamiento al estrés y el resentimiento en personal militar de tropa de los cuarteles de Tacna, siendo 100% hombres y sus edades oscilan entre los 18 a 24 años de edad. Ante ello, en este apartado se discutirán dichos resultados en el orden de los objetivos específicos y finalmente el general.

En cuanto al primer objetivo específico se puede señalar que el sector mayoritario es el conformado por 45 participantes en cuanto a las estrategias centradas en la emoción. Así, se rechaza la hipótesis alternativa y se acepta la hipótesis nula, verificando que el estilo de afrontamiento enfocado en el problema no es el predominante en personal militar de tropa de los cuarteles de Tacna, año 2021. Así, se puede señalar que las estrategias centradas a la emoción, son aquellas que se focalizan sobre la persona y sus estrategias de autodiálogo y pautas motivacionales y actitudinales, ya que busca que el individuo sea quien se adapte al medio, eludiendo la posibilidad de modificar las condiciones ambientales asociados al problema, lo que ocurre usualmente dentro de contextos rígidos, institucionalizados o con normativas externas que trascienden el poder de intervención del sujeto. Así, este mecanismo o estrategia de afrontamiento es el resultado de un análisis costos beneficio donde la persona valora que es más factible o viable modificar sus condiciones personales para lograr un mayor éxito adaptativo. Los resultados son parcialmente coincidentes con Rodríguez (2018), demostró la vinculación entre la percepción del estrés, afrontamiento y ajuste psicológico en despliegues militares, estableciendo que la percepción del estímulo estresor condiciona o determina el nivel de ajuste hacia el ambiente.

Así mismo, Huanay (2018) en Huancayo, al evaluar a soldados que prestan servicio militar voluntario, obtuvo niveles altos de resiliencia relacionados significativamente con los estilos de afrontamiento enfocados en la emoción y evitación (58,09%) y afrontamiento enfocado en el problema (41,91%). Por último, en la investigación de Morales (2020) mostraron que existe una pequeña relación directa y significativa entre el estilo de afrontamiento emocional y la resiliencia.

En cuanto al segundo objetivo específico, la variable resentimiento hace referencia a la implicación actitudinal del sujeto en relación a la situación adaptativamente desafiante. Así, un sujeto con un elevado componente actitudinal, adoptará un rol activo sobre la situación que enfrenta, asumiendo una actitud pesimista u optimista hacia el futuro, adoptando una posición derrotista o realizando un encuadre sobre la situación estresante con la finalidad de poder extraer los aspectos favorables o positivos de dicha situación. Se puede señalar que el sector mayoritario es el sector de nivel medio de resentimiento con 23 participantes lo que representa el 31% de la distribución, Así, se rechaza la hipótesis alternativa y se acepta la hipótesis nula, verificándose que no existe una tendencia acentuada de resentimiento en el personal militar de tropa de los cuarteles de Tacna, año 2021. Estos resultados son coincidentes con los presentados por Gallego (2020) quien, demostró la relación entre el estrés, los rasgos de personalidad y el afrontamiento en un grupo de militares.

Tal como se pudo observar de los resultados descriptivos, los sujetos adaptaban mecanismos de adaptación en función a sus principales rasgos de personalidad con la finalidad de obtener el mayor beneficio y flexibilidad para enfrentar los cambios, de esta manera, aquellos que detectaban una personalidad más estable preferían estilos de acomodación tendientes al manejo o manipulación de sus condiciones ambientales, mientras que aquellos que tendían a la inestabilidad preferían estrategias centradas en la emoción y el bienestar emocional. La personalidad es un mecanismo adaptativo frente al ambiente desafiante, por lo que la relación entre los rasgos y los mecanismos de adaptación fueron consistentes con las hipótesis de los investigadores. Tal como se ha podido advertir, dentro de nuestra investigación, los datos apuntan a que no existe una tendencia acentuada de resentimiento en el personal militar, por lo que los mecanismos de personalidad apuntarían a mecanismos centrados en el problema, ya que se buscaría la modificación de las condiciones ambientales para el afrontamiento del problema, de esta manera, la personalidad abarca un espectro más amplio que el concepto de resentimiento o componente afectivo de la actividad, dando cuenta que los resultados se verán condicionados por esta disgregación de los mecanismos de afrontamiento, pudiendo conjeturar la intervención de otras variables externas o intervinientes.

En cuanto al tercer objetivo específico se verifica, a un nivel de confianza del 95%, la existencia de una relación significativa y directa entre el nivel de resentimiento y el tipo de afrontamiento centrado en la emoción en el personal militar de tropa de los cuarteles de Tacna, año 2021.

El estilo de afrontamiento centrado en la emoción se caracteriza por basar su actividad, no sobre el problema y sus contingencias, sino en las emociones suscitadas por el problema. De esta manera, implica una actividad centrada en el aspecto motivacional, actitudinal y subjetivo de la persona a fin de poder enfrentar adecuadamente los desafíos adaptativos. Sin embargo, este mecanismo, en niveles elevados, pueden provocar aislamiento, sentimientos de culpa, angustia, ansiedad y temor hacia el futuro.

Dentro de la actividad castrense, determinados sujetos centran sus estrategias sobre su estado de ánimo a fin de poder responder adecuadamente a las demandas exteriores, empleando el auto diálogo, auto refuerzos y esquemas actitudinales que les permitan percibir la realidad de manera optimista y ajustada al medio.

Estos resultados permiten valorar el nivel de resentimiento y la adaptación de un mecanismo centrado en el problema, siendo que un sujeto en determinada situación de exigencia ambiental manifestará un estilo de adaptación centrado en la persona en lugar del ambiente con respecto a sus características personales. Así, estos resultados son coincidentes con los presentados por Gómez y Alfonso (2016) en su investigación demostró la relación entre el estrés ocupacional y el afrontamiento en una muestra de oficiales, siendo que una persona con un mayor nivel de deterioro a nivel personal, físico y mental, producto de su actividad laboral es más susceptible de experimentar un nivel de satisfacción con la vida menor, aunque este variará en función a las estrategias de adaptación adoptadas por el sujeto. Por ello, una persona que tienda a intervenir sobre su ambiente tiene mayores probabilidades de sufrir de síndrome de burnout que aquellos que tiendan a intervenir sobre sus condiciones personales de afrontamiento, por ello, las ocupaciones con un nivel de estructuración, riesgo psicosocial o estresores sociales, pueden generar mayores dificultades de adaptación para los trabajadores. Entre otro aporte Lévano (2018) encontró diferencias significativas en otras estrategias de afrontamiento en función de la edad, nivel educativo, lugar de origen y lugar de trabajo.

En cuanto al cuarto objetivo específico, se verifica, a un nivel de confianza del 95%, la existencia de una relación significativa indirecta entre el nivel de resentimiento y el estilo de afrontamiento centrado en el problema en el personal militar de tropa de los cuarteles de Tacna, año 2021. El estilo de afrontamiento centrado en el problema consiste en una serie de actividades destinadas a modificar las condiciones o factores que desencadenan la situación problemática, priorizando las demandas ambientales con la finalidad de resolver directamente el problema. Es un mecanismo de afrontamiento centrado en la economía de recursos emocionales y centrada en la solución pragmática de las dificultades.

En ese sentido, la alta exigencia devenida de la actividad militar, a saber, el entrenamiento físico, puede desencadenar en determinados sujetos el afrontamiento a través del incremento de la autoexigencia y la disciplina física con la finalidad de poder afrontar los desafíos, asimismo, se puede optar por un régimen dietario distinto o la asunción de reglas y pautas de relacionamiento distinto con sus congéneres con la finalidad de disminuir el grado de demanda exterior.

Los resultados permiten ver que la mayoría de los participantes optan por este estilo de afrontamiento en atención a sus condiciones ambientales, idiosincráticas y personales. Por otra parte, el sistema de valoración y representaciones sociales sobre la figura castrense contiene por contenido que el carácter militar posee una alta tolerancia ante las demandas externas, requiriendo de entrenamiento físico y emocional en el transcurso de su desempeño profesional. Por ello, se comprende y se interpreta que el estilo centrado en el problema será el predominante dentro de este sector, actitud que será generalizada al grueso de sus problemas vitales y cotidianos.

Estos resultados son coincidentes y consistentes con los datos presentados por Ipanaque y Morales(2020) quienes demostraron la relación entre los estilos de afrontamiento y la resiliencia en integrantes de tropa. En ese sentido, la percepción sobre las condiciones de la actividad son un importante predictor sobre la actitud y la satisfacción para el trabajo, siendo que una percepción negativa sobre las condiciones supondrá una actitud pesimista o derrotista sobre el futuro a nivel personal y laboral. Asimismo, la presencia de pocos estímulos o incentivos puede afectar la motivación para el trabajo y el desempeño. Por otro lado, se ha

podido ver que un factor importante para el afrontamiento centrado en el problema es el relacionado con la evaluación o ponderación de costes y beneficios que traerá a nivel personal, la resolución del problema en un plazo relativamente corto, por otra parte, la presencia de reforzadores sociales que inhiban el conflicto es pieza importante para la resolución eficaz y oportuna de los mismos a través de la comunicación y la cooperación. Gómez y Afonso (2016) encontraron que las habilidades utilizadas para hacer frente a las principales fuentes de estrés estaban centradas en la resolución de problemas y el control emocional.

En cuanto al objetivo general, se verifica la existencia, a un nivel de confianza del 95%, de una relación significativa entre el afrontamiento al estrés y el resentimiento en el personal militar de tropa de los cuarteles de Tacna, año 2021. Estos resultados son coincidentes y consistentes con las investigaciones presentados por Chaves y Orozco (2018) quienes demostraron la incidencia de los factores de personalidad en la asunción de un determinado estilo de afrontamiento. Los resultados obtenidos fueron que el 77% utiliza el estilo cognitivo de la personalidad para cosas que son analíticas y relevantes, mientras que el 33,5% utiliza la resolución de problemas como una forma de resolver el problema que hace que una persona actúe de manera inteligente y anticipada en las situaciones. Por lo tanto, se considera que existe una gran relación entre ambos tipos, por lo que los soldados que tengan sentido de la humanidad tendrán más facilidad para acostumbrarse a la vida militar y vivir plenamente las diferentes situaciones.

Asimismo, son parcialmente coincidentes con los resultados presentados por Ospina (2016) demostró la incidencia de factores sociodemográficos como el sexo, edad, ocupación para la explicación de las estrategias de afrontamiento, desde esta perspectiva podemos discutir la pertinencia de estos factores para poder estudiar los mecanismos de estrategias de afrontamiento en el personal castrense. Así, la investigación señala que las personas con un mayor grado de instrucción tienen a adoptar una estrategia más centrada en el problema, por otro lado, las personas que se desempeñan en áreas ocupacionales con mayor estrés o riesgo psicosocial, suelen adoptar un estilo más centrado en la emoción en determinados casos de toma de decisiones de alta exigencia. Finalmente, las personas con características de personalidad más neuróticas o inestables tienden a adoptar un estilo de afrontamiento centrado en la emoción.

Capítulo VI

Conclusiones y Sugerencias

6.1. Conclusiones

6.1.1. Primera.

Se concluye, a nivel general, que existe una relación de tipo positiva, directa y significativa entre las formas de afrontamiento al estrés y el nivel de resentimiento, lo que permite observar, interpretar y comprender los mecanismos de adaptación desplegados por los participantes para hacer frente a las condiciones ocupacionales de la actividad castrense. Así, el componente afectivo-actitudinal presente en el entrenamiento físico y preparación técnica son componentes fundamentales para la adaptación e internalización de las pautas de conducta adecuadas al perfil del egresado recluta. De esta manera, los sujetos adoptan formas de afrontamiento diferenciadas en función a contingencias ambientales, pautas sociales y mociones afectivas.

6.1.2. Segunda.

Se concluye que el sector mayoritario es de nivel medio de resentimiento con 23 participantes lo que representa el 31% de la distribución, por tanto, no existe una tendencia acentuada de resentimiento en el personal militar de tropa de los cuarteles de Tacna, año 2021.

6.1.3. Tercera.

Se concluye que, el estilo de afrontamiento enfocado en la emoción es el predominante en el personal militar de tropa de los cuarteles de Tacna, año 2021.

6.1.4. Cuarta.

Se concluye, a un nivel de confianza del 95%, que existe una relación significativa y directa entre el tipo de afrontamiento centrado en la emoción y el nivel de resentimiento en el personal militar de tropa de los cuarteles de Tacna, año 2021.

6.1.5. Quinta.

Se concluye, a un nivel de confianza del 95%, que existe una relación significativa indirecta entre el tipo de afrontamiento centrado en el problema y el nivel de resentimiento en el personal militar de tropa de los cuarteles de Tacna, año 2021.

6.2. Sugerencias

6.2.1. Primera.

Debido a la falta de investigaciones a nivel nacional referente a las variables afrontamiento al estrés y resentimiento, se sugiere a los investigadores interesados a realizar estudios de estas variables asociadas o fenómenos psicológicos adaptativos, teniendo como población a más participantes que presten servicio militar, con la finalidad de obtener datos actualizados y realizar a futuro planes de intervención de manera oportuna, ya que los aspectos relacionados con la salud mental del personal castrense son un problema de primer orden que debe ser tomado en cuenta por las políticas públicas del sector a fin de mejorar la calidad de vida y la eficacia de su servicio prestado en la sociedad.

6.2.2. Segunda.

Se sugiere a las autoridades de los cuarteles Tarapacá y Gregorio Albarracín la implementación de un plan de tutoría integral con la finalidad de realizar un acompañamiento de los ingresantes o iniciados a fin de monitorear sus niveles de satisfacción con la vida. Así mismo, promover la realización de talleres sobre Actitudes hacia la vida, educación emocional, entre otros; sin dejar de lado la medición de la resiliencia, ya que conocer el nivel de resiliencia del recluta permitirá saber si la persona está abierta al cambio y tiene tolerancia al fracaso; esta información facilita saber si se adapta a la vida militar o le demandará mayor sacrificio, por lo que se reduciría la tasa de deserción durante el servicio militar.

6.2.3. Tercera.

Se sugiere a las autoridades de los cuarteles Tarapacá y Gregorio Albarracín, a través del área de Psicología y Bienestar, caracterizar adecuadamente el perfil psicológico de los ingresantes y elaborar un perfil de

egreso atendiendo a los aspectos adaptativos e incorporar un plan de trabajo para la evaluación periódica de los indicadores de adaptabilidad y flexibilidad comportamental.

6.2.4. Cuarta.

Se sugiere a las autoridades de los cuarteles Tarapacá y Gregorio Albarracín, a través del área de psicología y bienestar, la intervención terapéutica de los miembros con altos indicadores de insatisfacción con la vida a fin de poder intervenir terapéuticamente en el aspecto actitudinal o emocional de su desempeño o rendimiento.

6.2.5. Quinta.

Se sugiere a las autoridades de los cuarteles Tarapacá y Gregorio Albarracín, profundizar en los estudios entre el nivel de resentimiento y el tipo de afrontamiento al estrés predominante a fin de contribuir a la salud mental de los ingresantes. Además, evaluar otros cuarteles de la región de Tacna y así lograr enriquecer la investigación.

Referencias

- Aguayo, A. (2017). *Adaptación de conducta y problemas de convivencia escolar en cadetes de la institución educativa pública militar Pachacutec Inca Yupanki de Cusco 2016*. [Tesis de grado, Universidad Andina del Cusco]. Repertorio institucional: <https://repositorio.uandina.edu.pe/handle/20.500.12557/1152>
- Andrade, R. (2017). *El mejor clima laboral para la Policía Militar: reflexiones a la luz de los derechos de la personalidad*. [Tesis de grado, Universidad de Costa Rica]. Repertorio institucional: https://repositorio.up.edu.pe/bitstream/handle/11354/2912/RuizNils_Tesis_maestria_2021.pdf?sequence=1
- Alvarado (2022) *Afrontamiento al estrés y Bienestar Psicológico en personal de salud del Sistema de Atención Móvil de Urgencia (SAMU) que asisten a pacientes COVID-19, Tacna*. [Tesis de Licenciatura, Universidad Privada de Tacna]. Repositorio institucional: <https://repositorio.upt.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12969/2401/Alvarado-Cutipa-Julissa.df?sequence=1&isAllowed=y>
- Brannon, L., & Feist, J. (2001). *Psicología de la salud*. ARANINFO.
- Barrio, J., & Arce, A., & Ruiz, I., & García, M. (2006). El estrés como respuesta. *International Journal of Developmental and Educational Psychology*, 1(1), 37-48.
- Bardera, M., García, M., & Pastor, A. (2016). Gestión De Estrés en Las Fuerzas Armadas. *Revista Del Instituto Español De Estudios Estratégicos*, 4, 11-14.
<https://www.ucm.es/data/cont/docs/1091-2015-05-20-Gesti%C3%B3n%20de%20estr%C3%A9s%20en%20las%20fuerzas%20armadas.pdf>
- Bermúdez, V. (2018). Ansiedad, depresión, estrés y autoestima en la adolescencia. Relación, implicaciones y consecuencias en la educación privada. *Cuestiones Pedagógicas*, 26, 37-52.

<http://dx.doi.org/10.12795/CP.2017.i26.03>

- Bautista, A. (2019) *Estrategias de afrontamiento y estrés laboral en el personal militar en la Unidad Operativa Industria Naval*. [Tesis de grado, Universidad Mayor de San Andrés]. Repertorio institucional: <https://repositorio.umsa.bo/bitstream/handle/123456789/23408/T-1229.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Bartkowiak G, Krugielka A, Kostrzewa-Demczuk P, Dachowski R, & Gałek K. (2021) Estilos de afrontamiento del estrés como factor que influye en el agotamiento profesional entre los oficiales profesionales del ejército polaco en el contexto de su edad. *Sostenibilidad*, 13 (7), 39-53.
https://www.researchgate.net/publication/357655119_Experiencing_Stress_among_Different_Professional_Groups_in_the_Context_of_Their_Age
- Compas, B., Connor-Smith, J., Saltzman, H., Thomsen, A & Wadsworth, M (2001). Coping with stress during childhood and adolescence: problems, progress and potential in theory and research. *Psychological Bulletin*, 127(1), 87-127.
<https://psycnet.apa.org/doiLanding?doi=10.1037%2F0033-2909.127.1.87>
- Calderón, L., & Barrera-Valencia, M. (2016). Perfil neuropsicológico del trastorno por estrés postraumático agudo en una muestra de personas, víctimas de un atentado con carro-bomba en Colombia: Estudio descriptivo. *Archivos de Medicina*, 16(2),436-444.
https://www.researchgate.net/publication/333071561_Perfil_neuropsicologico_del_trastorno_por_estres_postraumatico_agudo_en_una_muestra_de_personas_victimas_de_un_atentado_con_carro-bomba_en_Colombia_estudio_descriptivo
- Camara, F. (2018). *Rasgos Clínicos de Personalidad y Adaptación al Servicio Militar en el Personal de Tropa del Ejército en la Ciudad de Arequipa*. [Tesis de grado, Universidad Católica de Santa María]. Repertorio institucional: <https://bibliotecadigital.oducal.com/Record/ir-UCSM-8120>

- Casado, F (2017). Modelo de afrontamiento de Lazarus como heurístico de las intervenciones psicoterapéuticas. *Revista de Psicología Clínica*,20(3),1-10.
<https://inmunojmvucv.files.wordpress.com/2022/03/modelo-de-afrontamiento-y-psicoterapia.pdf>
- Castaño, E. & León del Barco, B. (2010). Estrategias de afrontamiento del estrés y estilos de conducta interpersonal. *International Journal of Psychology and Psychological Therapy*, 10(2), 245-257.
<https://www.ijpsy.com/volumen10/num2/260/estrategias-de-afrontamiento-del-estr-es.pdf>
- Castro, A., García, G., & Eljagh, S. (2012). Proceso experiencial: comprendiendo al ser humano en primera persona. *Psicología desde el Caribe*, 29 (2), 385 – 420.
<http://www.scielo.org.co/pdf/psdc/v29n2/v29n2a07.pdf>
- Cassaretto, M. & Chau, C. (2013). Afrontamiento al estrés: adaptación del cuestionario COPE en universitarios de Lima. *Revista Iberoamericana de Diagnóstico y Evaluación* vol. 2, núm. 42, 95-109.
<https://www.redalyc.org/journal/4596/459653216010/html/>
- Camacho, L (2017). *Habilidades sociales y resentimiento en estudiantes de secundaria de dos instituciones públicas que participan en actos violentos del distrito de Comas, 2017*. [Tesis de licenciatura, Universidad Cesar Vallejo]. Repertorio institucional:
https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/3190/Camacho_CLM.pdf?sequence=1&isAllowed=y
- Castro, J. (2018). *Percepción de las condiciones, beneficios e incentivos del servicio militar voluntario y las actitudes hacia el servicio militar voluntario en estudiantes de 5° año nivel secundario de Tacna, 2018* [Tesis de grado, Universidad Privada de Tacna]. Repertorio institucional:
<https://repositorio.upt.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12969/875/Castro-Soto-Juan.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

- Cedeño-Cedeño, H., & Ordóñez-Tixe, L. (2021). Niveles de estrés en militares en servicio pasivo de la asociación de militares en servicio pasivo de las FF.AA. “Veteranos de guerra y anexos” de Santo Domingo de los Tsáchilas, durante el periodo del 2020-2021. *Revista Científica Arbitrada en investigaciones de la Salud Gestar*. 4(7), 61-73. <https://journalgestar.org/index.php/gestar/article/view/24>
- Centro de Capacitaciones de Emergencia Nacional (2020). *Reporte Complementario N° 1847 - 19/5/2020*. MINSA. <https://www.indeci.gob.pe/wp-content/uploads/2020/05/REPORTE-COMPLEMENTARIO-N%C2%BA-1847-19MAY2020-EPIDEMIA-DEL-CORONAVIRUS-EN-EL-PER%C3%9A-96.pdf>
- Chaves, L. & Orozco, A. (2015) Estilos de personalidad y estrategias de afrontamiento al estrés en soldados: un estudio correlacional. *Revista de Psicología: (Universidad de Antioquía)*, 7(1), 35-56. <https://revistas.udea.edu.co/index.php/psicologia/article/view/25262>
- Cheser, L., Donald, A., & Razavieh, A. (2014). *Introducción a la investigación pedagógica*. McGrawHill, 2da edición.
- Contini, N., Coronel, P., Levin, M., & Estevez, A. (2003). Estrategias de afrontamiento y bienestar psicológico en adolescentes escolarizados de Tucumán. *Revista De Psicología*, 21(1), 179-200. https://www.researchgate.net/publication/345181583_Estrategias_de_afrontamiento_y_bienestar_psicologico_en_adolescentes_escolarizados_de_Tucuman
- Diario Oficial El Peruano (1999). *Normas Legales. Título III: Del servicio en el Activo*. Artículo 46 Pag 178797. <https://www.leyes.congreso.gob.pe/documentos/Leyes/27178.pdf>
- Diario Oficial El Peruano (2008). *Normas Legales. Título I: Disposiciones Generales*. Artículo 2 Pag 374974. <https://leyes.congreso.gob.pe/Documentos/Leyes/29248.pdf>
- Diario Oficial El Peruano (2008). *Normas Legales. Título II: De la finalidad del Servicio Militar*. Artículo 10 Pag 374975.

<https://leyes.congreso.gob.pe/Documentos/Leyes/29248.pdf>

Dextre, L. (2019) *Propiedades psicométricas del cuestionario modos de afrontamiento al estrés (COPE) en personal del ejército peruano, Huaraz-2019*. [Tesis de licenciatura, Universidad César Vallejo].

Repositorio institucional:
https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/41004/Dextre_VLI.pdf?sequence=1&isAllowed=y

Di-Colloredo, C., Aparicio, D., & Moreno, J. (2017). Descripción de los estilos de afrontamiento en hombres y mujeres ante la situación de desplazamiento. *Psychologia*, 1(2), 125-156.
<https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=297224996002>

Echeburúa, E. (2013). *El valor psicológico del perdón en las víctimas y en los ofensores*. *EGUZKILORE* 2(27), 65-72.
<https://www.ehu.es/documents/1736829/3202683/05-Echeburua.pdf>

Fernández, A. (1997). Estilos y estrategias de afrontamiento. *Cuaderno de Prácticas de Motivación y Emoción, Pirámide (1ra Edición)* Pág. 189-206. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=2080246>

Fernández, J. (2006). Violencia y resentimiento. Jean Améry o el humanismo inflexible. *Revista de Filosofía*, 37, 23-36
<https://revistas.um.es/daimon/article/view/15551>

Fúñez, M. (2018). *Calidad de vida relacionada con la salud y resiliencia en militares españoles*. [Tesis doctoral, Universitat de Lleida, España].
 Repositorio institucional:
<https://www.tesisenred.net/bitstream/handle/10803/587191/Tmf%C3%B1de1.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

Gaete, V. (2015). Desarrollo psicosocial del adolescente. *Revista chilena de pediatría*, 86 (6), 436– 443.
<http://dx.doi.org/10.1016/j.rchipe.2015.07.005>

Gomes, R., & Afonso, J. (2016). Estrés ocupacional y afrontamiento en oficiales de la policía militar portuguesa Stress Ocupacional e Afrontamiento em Oficiais da Polícia Militar Portuguesa. *Avances en Psicología Latinoamericana*, 34(1), 34-50.

<https://repositorium.sdum.uminho.pt/handle/1822/40095>

- García, M. (2016). Emociones positivas, pensamiento positivo y satisfacción con la vida. *International Journal of Developmental and Educational Psychology*, 2(1),17-22. Recuperado de <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=3498/349851777002>
- Gallardo, L. (2018). *Estilos de afrontamiento del estrés y bienestar psicológico en el departamento de tránsito de la PNP Lima, 2018*. [Tesis de licenciatura, Universidad Señor de Sipán]. Repositorio institucional: <https://hdl.handle.net/20.500.12802/6763>
- Gallego, N. (2020) *Estrés, personalidad y afrontamiento en personal militar*. [Tesis de grado, Universidad de León]. Repositorio institucional:<https://buleria.unileon.es/bitstream/handle/10612/14031/SANTIAGO%20GALLEGO%2C%20NURIA.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Hernández, R., Fernández, C., & Baptista, P. (2010). *Metodología de la investigación (6ta edición)*. Mac Graw Hill.
- Hernández, G. (2019). *Deserción escolar y los beneficios del servicio militar voluntario en el Ejército del Perú de Loreto en el año 2015*. [Tesis de grado académico, Universidad Nacional Enrique Guzmán y Valle]. Repositorio institucional: <https://1library.co/document/y813975z-desercion-escolar-beneficios-servicio-militar-voluntario-ejercito-loreto.html>
- Herrera, K. (2020) *Variabilidad de frecuencia cardíaca, estrés y resiliencia en personal militar en función a su nivel de experiencia*. [Tesis de maestría, Universidad de la Costa]. Repositorio institucional: <https://repositorio.cuc.edu.co/handle/11323/8162>
- Huanay, M. (2018). *Resiliencia y estilos de afrontamiento al estrés en soldados que prestan servicio militar voluntario en zona VRAEM del Ejército Peruano*. [Tesis de maestría, Universidad Continental]. Repositorio institucional:<https://repositorio.continental.edu.pe/handle/20.500.12394/6052>

- Instituto Nacional de Salud y Seguridad en el Trabajo (2011). *VII Encuesta Nacional de Condiciones de Trabajo, 2011*. INSST. <https://www.insst.es/documentacion/catalogo-de-publicaciones/vii-encuesta-nacional-de-condiciones-de-trabajo-2011>
- Infosalud. (2020). Director de Psicología militar avisa de futuros trastornos en los movilizados contra el Covid-19. *Europa Press*. <https://www.europapress.es/nacional/noticia-director-psicologia-militar-avisa-futuros-trastornos-movilizados-contra-covid-19-20200930130910.html>
- Ipanaque, K., & Morales, I. (2020). *Estilos de afrontamiento al estrés y resiliencia en personal de tropa de un cuartel militar, Cajamarca - 2020*. [Tesis de licenciatura, Universidad César Vallejo]. <https://hdl.handle.net/20.500.12692/56848>
- Jullcapoma, C. (2017). *Síndrome Burnout y bienestar Psicológico en el personal militar del destacamento aéreo de Tacna en el año 2017*. [Tesis de grado, Universidad Privada Telesup]. Repositorio institucional: <https://repositorio.utesup.edu.pe/handle/UTELESUP/592>
- Kerlinger, F. (1979). *Fundamentos de la investigación del comportamiento. Cuarta edición*. McGraw-hill. https://www.academia.edu/6753714/Investigacion_Del_Comportamiento_Kerlinger_Fred_N_PDF
- Lazarus, R., & Folkman, R. (1986). Stress, appraisal, coping, health status, and psychological symptoms. *En Journal of Personality and Social Psychology* (571–579.). Washington, DC: Asociación Americana de Psicología. <https://es.scribd.com/doc/265221612/Lazarus-y-Folkman-1986>
- León, R., & Gómez, R. (1988). Resentimiento en adolescentes escolares de condición socio-económica alta y baja. *Revista de Psicología*, 6(1-2), 35-49. <https://revistas.pucp.edu.pe/index.php/psicologia/article/view/4550/4529>

- León, R., & Romero, C. (1990). *Inventario de actitudes hacia la vida: Escala de resentimiento*. (1.a ed). Lima. <https://vsip.info/inventario-de-actitudes-hacia-la-vidadoc-pdf-free.html>.
- Leon, R., Romero, C., Novara, J., & Quesada, E. (1988). Una escala para medir el resentimiento. *Revista Latinoamericana de Psicología*, 20 (3), 331-354. <https://www.redalyc.org/pdf/805/80520302.pdf>
- Levano, J. (2018) *Afrontamiento al estrés en el personal militar de diferentes unidades hospitalarias del Hospital Militar Central del Perú "Crl. LuisArias Schreiber"*. [Tesis de licenciatura, Universidad Nacional Federico Villareal]. Repositorio institucional: <https://repositorio.unfv.edu.pe/handle/20.500.13084/2059>
- Levano, J. (2018) *El Patrón de conducta Tipo A y Tipo B y Los Estilos de Afrontamiento al Estrés en una muestra de personal militar*. [Tesis de grado, Universidad Nacional Mayor de San Marcos]. Repositorio institucional: <https://cybertesis.unmsm.edu.pe/handle/20.500.12672/2729>
- Loaiza, O., & Jose, P. (2016). Psicología militar: Conceptualización e investigaciones contemporáneas. *Revista Latinoamericana de Ciencia Psicológica*, 8, 1-20. https://www.researchgate.net/publication/342846337_Psicologia_militar_Conceptualizacion_e_investigaciones_contemporaneas
- Loaiza, O., & Posada, J. (2016). Psicología militar: Conceptualización e investigaciones contemporáneas. *PSIENCIA. Revista Latinoamericana de Ciencia Psicológica*, 8(2), 4-11. https://www.researchgate.net/publication/342846337_Psicologia_militar_Conceptualizacion_e_investigaciones_contemporaneas
- Lunahuana, M. (2018). *Inteligencia emocional y estilos de afrontamiento al estrés en estudiantes de una Universidad Privada*. [Tesis de grado, Universidad San Martín de Porres]. Repositorio institucional https://repositorio.usmp.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12727/4254/lunahuana_rcr.pdf?sequence=3&isAllowed=y

- Muñoz, A. (2002). Cómo manejar el resentimiento. *Cepvi - Psicología y Medicina. Sección de Psicología, Cursos de técnicas de autoayuda* (Versión Electrónica).
<http://www.cepvi.com/index.php/psicologia/articulos/como-manejarelresentimiento>
- Martínez, V., Arenas, M., Páez, A., Casado, E., Ahumada, C., & Silva, I. (2005). La influencia de los estilos de personalidad en la elección de estrategias de afrontamiento ante las situaciones de examen en estudiantes de 4to año de psicología de la UNSL. *Revista de Humanidades de la UNSL*, II (2), 173-194.
https://www.researchgate.net/publication/28130302_La_influencia_de_los_estilos_de_personalidad_en_la_eleccion_de_estrategias_de_afrontamiento_ante_las_situaciones_de_examen_en_estudiantes_de_4_ano_de_psicologia_de_la_UNSL.
- Melgosa, L. (2006) *Nuevo estilo de vida ¡Sin estrés!* Safeliz (1), 22- 23
https://books.google.com.ec/books?id=eFQraki_7boC&printsec=frontcover&#v=onepage&q&f=false
- MacLachlan, A. (2010). *Unreasonable Resentments*. *Journal of sociales filosofía*, 41 (4) [422-441].
- Mejía, R. (2017). *Tipo de personalidad y actitud hacia la vida militar en cadetes de la Institución Educativa Pública Militar Pachacúteq Inca Yupanki de Cusco, 2016*. [Tesis de grado, Universidad Andina del Cusco]. Repositorio institucional:
<https://repositorio.uandina.edu.pe/handle/20.500.12557/1196>
- Murillo, J., & Salazar, M. (2019). La autoestima, la extraversión y el resentimiento como variables predictoras del bienestar subjetivo. *Universitas Psychologica*, 18 (1), 1 - 18.
<https://doi.org/10.11144/Javeriana.upsy18-1.aerv>
- Mamani, C. (2021). *Estilos de Afrontamiento y Ansiedad manifiesta en estudiantes de la Carrera Profesional de Psicología de la Universidad Privada de Tacna*. [Tesis de Licenciatura, Universidad Privada de Tacna]. Repositorio institucional:

- <https://repositorio.upt.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12969/2201/Mamani-Mamani-Christian.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Morales, C. (2021) *Modos de Afrontamiento al estrés y Síndrome de Burnout en personal de seguridad ciudadana de la Municipalidad Provincial de Tacna*. [Tesis de Licenciatura, Universidad Privada de Tacna] Repositorio institucional: <https://repositorio.upt.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12969/2214/Morales-Maldonado-Cristian.pdf?sequence=1>
- Organización Mundial de la Salud. (2020). *Importancia de los militares de los países en desarrollo en la vigilancia mundial de las enfermedades infecciosas*. OMS. <https://www.who.int/bulletin/volumes/85/3/06-037101-ab/es/>
- Ospina, A. (2016). *Síntomas, niveles de estrés y estrategias de afrontamiento en una muestra de estudiantes masculinos y femeninos de una institución de educación superior militar: análisis comparativo*. [Tesis de grado, Universidad Católica de Colombia]. Repositorio institucional <https://repositorioslatinoamericanos.uchile.cl/handle/2250/88555>
- Pearlin, L. & Schooler, C. (1978). *The structure of coping*. *Journal of health and social behavior* 19, 2-21. <https://www.jstor.org/stable/2136319>
- Pelechano, V. (2005). Acerca de «aprontamiento» y «enfermedad crónica»: una reflexión ¿fundada? con alguna sugerencia. *Revista de Psicopatología y Psicología Clínica*, 10(1), 3-14. <https://revistas.uned.es/index.php/RPPC/article/view/3986>
- Portero de la Cruz, S. (2019). *Estrés laboral, burnout, satisfacción, afrontamiento y salud general del personal sanitario de urgencias*. [Tesis de doctorado, Universidad de Córdoba]. Repositorio institucional: <https://helvia.uco.es/xmlui/handle/10396/18579>
- Reyes, V. (2002). El resentimiento, sus causas y consecuencias. *Revista de Psicología social de la Universidad Católica el Perú*, 2(8), 15-34. <https://repositorio.pucp.edu.pe/index/handle/123456789/53506>
- Rodríguez, C. (2012). *Psicología Social*. México: Red Tercer Milenio

- Reynaga, S. (2022). *Satisfacción familiar y resentimiento en adolescentes de 3º, 4º Y 5º de secundaria de una Institución Pública, Lima, Perú, 2020*. [Tesis de licenciatura, Universidad Autónoma del Perú]. Repositorio institucional: <https://renati.sunedu.gob.pe/handle/sunedu/3177401?locale=en>
- Reynol, M., Marmol, C., & Menéndez, J. (2001). Factores psicosociales y estrés en el medio militar. *Revista Cubana Medica Militar*, 30(3), 183-189. <https://pesquisa.bvsalud.org/portal/resource/pt/lil-327126>.
- Rodríguez, F. (2018). *Percepción del estrés, afrontamiento y ajuste psicológico en despliegues militares*. [Tesis de doctorado, Universidad de Santiago de Compostela]. Repositorio institucional: <https://www.usc.es/export9/sites/webinstitucional/gl/servizos/uforense/descargas/2018-Tesis-Fernando-Rodriguez.pdf>
- Rodríguez, L., Ocampo, I., & Nava, C. (2009). Relación entre valoración de una situación y capacidad para enfrentarla. *Summa Psicológica UST*, 6(1), 25-41. <https://pdfs.semanticscholar.org/50c3/14da482f26e1e5c4aaead926209432c522ea.pdf>
- Rojas, D. (2018). *Relación entre los factores de la personalidad e intereses profesionales en cadetes de la Escuela Militar de Chorrillos “coronel Francisco Bolognesi” en Lima, 2018*. [Tesis de grado, Escuela Militar de Chorrillos]. Repositorio institucional: <http://repositorio.udh.edu.pe/handle/123456789/1448>
- Rosales-Sarabia, R., Rivera, S., Reidl, L., & García, M. (2018). Perdón y Resentimiento hacia la Pareja: Desarrollo y Validación de Dos Escalas. *Revista Iberoamericana de Diagnóstico y Evaluación – e Avaliação Psicológica*, 2(47), 141-156. <https://www.redalyc.org/journal/4596/459655209011/html/>
- Reyes, G., & Tonato, C. (2021). *Afrontamiento al estrés y bienestar psicológico en una escuela superior militar*. [Tesis de Licenciatura, Universidad Central del Ecuador]. <http://www.dspace.uce.edu.ec/handle/25000/24208>

- Sandín, B. (2013). El estrés: un análisis basado en el papel de los factores sociales. *International Journal of Clinical and Health Psychology*, 3(1), 141-157. http://aepc.es/ijchp/articulos_pdf/ijchp-65.pdf.
- Santana, F. (2018). *Clima familiar y resentimiento en jóvenes de un Instituto de Educación Superior de Lima Metropolitana*. [Tesis de licenciatura, Universidad Nacional Federico Villareal]. Repositorio institucional: <https://repositorio.unfv.edu.pe/handle/20.500.13084/2461>
- Sauna, D. (2017). *Ansiedad, estrategias de afrontamiento y agresividad en adolescentes de Alto Trujillo - Trujillo, 2016*. [Tesis de grado, Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote]. Repositorio institucional: <http://repositorio.uladech.edu.pe/handle/20.500.13032/1932?show=full>
- Tello, J. (2010). *Nivel de síndrome de Burnout y estrategias de afrontamiento en enfermeros de los Servicios Críticos del Hospital Nacional Daniel Alcides Carrión*. [Tesis de Licenciatura, Universidad Nacional Mayor de San Marcos, Perú]. http://cybertesis.unmsm.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12672/547/Tello_bj.pdf?sequence=1&isAllowed=y
- Ursin, H. (1979). *Personality, activation and somatic health, en coping and health*. In S. Levine & H. Ursin (Eds.), *Coping and health* (pp. 259-289). New York: Plenum. https://link.springer.com/chapter/10.1007/978-1-4684-1042-6_13
- Zenón, N. (1949): *Decreto-Ley N° 10967*. <https://www.deperu.com/legislacion/ley-10967-pdf.html>

Anexos

Anexo A. Matriz de Consistencia.

Anexo B. Base de Datos.

Anexo C. Constancia de Aplicación de Encuestas.

Anexo D. Fotos de Aplicación de las Encuestas.

Anexo E. Información sobre Datos Sociodemográficos.

Anexo A

Matriz de consistencia

Afrontamiento al Estrés y Resentimiento en el Personal Militar de Tropa de los Cuarteles de Tacna, 2021.

FORMULACIÓN DEL PROBLEMA	OBJETIVOS	HIPÓTESIS	VARIABLES	DIMENSIONES / CATEGORIAS	METODOLOGIA
¿Qué relación existe entre el afrontamiento al estrés y el resentimiento en personal militar de tropa de los cuarteles, Tacna 2021?	Determinar si existe una relación significativa entre el resentimiento y afrontamiento al estrés en el personal militar de tropa de los cuarteles de Tacna, año 2021.	Existe relación entre el resentimiento y afrontamiento al estrés en el personal militar de tropa de los cuarteles de Tacna, año 2021.	<p>VI.</p> <p>Afrontamiento al Estrés</p> <p>Conjunto de esfuerzos conductuales y cognitivos que se desarrollan para manejar situaciones específicamente estresantes para el individuo.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Afrontamiento enfocado en el problema • Afrontamiento enfocado en la emoción • Otros estilos adicionales de afrontamiento. <p>Indicadores</p> <ul style="list-style-type: none"> • Afrontamiento activo • Planificación • La supresión de otras actividades • La postergación del afrontamiento. • La búsqueda de apoyo social • La búsqueda de soporte emocional • Reinterpretación positiva y desarrollo personal • La aceptación • Acudir a la religión • Negación • Conductas inadecuadas • Distracción <p>Categorías</p> <ul style="list-style-type: none"> • Bajo • Medio • Alto 	<p><i>Tipo y diseño:</i></p> <p>Enfoque cuantitativo, de nivel relacional, tipo básica.</p> <p>El diseño es no experimental.</p> <p>Por su nivel de conocimiento: descriptivo correlacional.</p> <p><i>Unidad de estudio:</i></p> <p>Personal de tropa que realiza servicio militar voluntario en los Cuarteles Gregorio Albarracín y Cuartel Tarapacá, con edades entre los 18 y 24 años.</p> <p><i>Muestra:</i></p> <p>No probabilístico por conveniencia, conformado por soldados según los criterios de inclusión y exclusión</p>

PROBLEMAS ESPECIFICOS	OBJETIVOS ESPECIFICOS	HIPÓTESIS ESPECIFICAS	VARIABLES	DIMENSIONES/ CATEGORIAS	METODOLOGIA
<p>¿Cuál es el estilo de afrontamiento al Estrés predominante en personal militar de tropa de los cuarteles de Tacna, año 2021?</p> <p>¿Cuál es el nivel de resentimiento en el personal militar de tropa de los cuarteles de Tacna, año 2021?</p> <p>¿Qué relación existe entre el nivel de resentimiento y el tipo de afrontamiento centrado en la emoción en el personal militar de tropa de los cuarteles de Tacna, año 2021?</p> <p>¿Qué relación existe entre el nivel de resentimiento y el estilo de afrontamiento centrado en el problema en el personal militar de tropa de los cuarteles de Tacna, año 2021??</p>	<p>Distinguir el estilo de afrontamiento al Estrés predominante en personal militar de tropa de los cuarteles de Tacna, año 2021.</p> <p>Determinar el nivel de resentimiento en el personal militar de tropa de los cuarteles de Tacna, año 2021.</p> <p>Determinar la relación existente entre la presencia de resentimiento y el estilo de afrontamiento centrado en la emoción en el personal militar de tropa de los cuarteles de Tacna, año 2021.</p> <p>Determinar la relación existente entre la presencia de resentimiento y el estilo de afrontamiento centrado en el problema en el personal militar de tropa de los cuarteles de Tacna, año 2021.</p>	<p>El estilo de afrontamiento al estrés enfocado en el problema es el predominante en personal militar de tropa de los cuarteles de Tacna, año 2021.</p> <p>Existe una tendencia acentuada de resentimiento en el personal militar de tropa de los cuarteles de Tacna, año 2021.</p> <p>Existe relación entre el nivel de resentimiento y el estilo de afrontamiento centrado en la emoción en el personal militar de tropa de los cuarteles de Tacna, año 2021.</p> <p>Existe relación entre el nivel de resentimiento y el estilo de afrontamiento centrado en el problema en el personal militar de tropa de los cuarteles de Tacna, año 2021.</p>	<p>V2.</p> <p>Resentimiento</p> <p>Sentimiento caracterizado por la permanencia y que hace referencia a acontecimientos pasados, generalmente una situación displacentera y traumática. Se caracteriza por su componente agresivo.</p>	<p><i>Dimensiones:</i></p> <p>Actitud positiva hacia la vida, ausencia de resentimiento.</p> <p>Actitud negativa hacia la vida, presencia de resentimiento.</p> <p><i>Categorías:</i></p> <p>Tendencia muy acentuada</p> <p>Tendencia acentuada</p> <p>Nivel medio</p> <p>Nivel bajo</p> <p>No Presenta</p>	<p><i>Técnicas:</i></p> <p>Se utilizaron encuestas validadas.</p> <p><i>Instrumentos:</i></p> <p>Variable 1:</p> <p>Cuestionario de modos de Afrontamiento al Estrés forma disposicional (COPE).</p> <p>Variable2:</p> <p>Inventario de Actitudes hacia la Vida - Escala de Resentimiento (IAHV-ER)</p>

19	0	1	0	0	0	0	1	0	1	0	1	1	1	0	1	1	0	1	0	0	1	0	0	1	1	0	0	1	1	1	1	1	1	0	1	0	0	0	0	1	1	0	0	1	0	0	0	1	0	0	1	0	0	1	0	0	1	5	9	
20	1	0	1	0	0	0	1	1	0	0	1	1	1	1	0	1	1	0	1	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	1	1	1	1			
21	0	0	0	1	1	1	1	0	0	1	1	0	1	1	0	1	1	0	1	1	0	1	1	1	1	1	0	1	0	1	0	1	0	0	1	0	0	1	1	0	1	0	0	0	0	0	1	1	0	1	0	0	1	4	3					
22	0	0	0	1	1	1	1	1	1	1	0	0	0	1	1	0	1	0	0	1	0	0	0	0	0	0	1	1	1	0	0	1	0	1	0	0	0	0	0	1	1	0	0	1	0	0	1	1	0	0	1	2	0							
23	0	0	1	0	0	0	1	1	0	1	1	0	1	0	0	1	0	1	0	1	1	0	0	1	1	0	1	1	1	1	1	0	1	1	0	0	1	1	0	1	0	1	1	1	1	0	0	0	0	1	1	5	3							
24	1	1	0	1	1	0	1	1	0	0	0	1	1	0	0	1	0	1	0	0	0	1	1	1	1	0	1	0	0	0	0	1	0	0	1	0	1	1	0	0	0	0	0	0	1	1	1	1	1	0	1	0	1	1	4	3				
25	0	0	0	0	0	1	0	1	0	1	0	0	1	0	0	1	1	0	1	0	0	1	0	1	0	1	0	1	1	1	1	0	0	0	1	1	1	1	0	0	0	1	1	0	0	0	0	0	0	1	0	1	1	3	0					
26	0	0	1	1	1	0	1	0	0	1	1	0	1	0	0	1	1	0	0	0	1	1	1	1	1	0	0	1	1	0	0	0	1	1	1	0	1	1	0	1	0	0	1	0	0	1	0	0	1	0	0	1	1	0	1	5	2			
27	0	0	1	0	0	1	0	0	0	1	0	0	1	0	0	1	0	0	1	1	0	1	0	1	0	1	1	0	1	0	1	1	0	1	1	1	1	0	1	0	1	1	1	1	0	0	0	1	0	0	1	0	1	3	3					
28	1	0	0	1	1	0	0	1	1	1	0	1	1	1	0	0	0	1	0	0	1	1	1	1	1	0	0	1	1	1	0	0	1	0	1	1	0	0	1	0	1	1	0	1	1	0	0	1	1	0	1	1	0	7	3					
29	1	0	1	0	0	1	1	0	0	0	0	1	1	0	1	1	0	1	0	0	1	0	1	1	0	1	0	1	0	0	0	0	1	0	1	1	0	0	1	1	0	0	0	1	0	0	0	0	0	1	0	1	0	2	0					
30	0	0	0	1	1	0	0	1	0	0	0	0	0	0	0	1	0	0	0	1	0	0	0	0	0	1	1	0	1	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	1	2	7						
31	0	1	0	0	1	0	0	1	0	1	0	0	1	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	1	1	0	0	0	1	1	1	0	0	1	1	1	0	0	0	0	1	0	1	0	0	1	0	0	1	0	9					
32	0	0	0	1	0	1	0	0	1	1	1	1	0	0	1	1	1	0	0	1	1	1	0	1	1	0	0	0	0	1	0	1	1	0	0	0	1	1	0	0	1	0	1	1	1	0	1	0	0	1	0	1	1	4						
33	0	0	1	0	0	0	1	0	1	0	1	0	0	0	0	0	0	1	1	0	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	0	1	0	1	1	0	1	0	1	1	0	0	0	0	1	1	0	0	1	1	0	9	0					
34	0	0	1	0	1	1	0	1	0	0	1	0	1	1	1	0	0	1	1	1	0	1	1	1	0	0	0	0	0	0	1	1	0	0	1	1	0	0	1	1	1	0	1	0	0	0	0	0	0	0	0	1	0	0	0	1	1	1	3	
35	1	0	1	0	1	0	0	0	0	0	0	1	1	1	1	1	1	1	1	0	0	1	1	0	0	0	0	0	1	0	0	1	0	1	1	1	0	1	1	0	1	1	0	0	1	1	1	0	1	0	1	0	0	1	6	1				
36	0	1	1	1	0	0	1	1	1	0	0	1	0	0	1	0	1	0	0	0	0	1	1	1	0	1	1	0	0	1	1	1	1	1	1	1	0	1	0	0	1	1	1	0	1	0	0	1	1	0	0	1	1	4	5					
37	1	0	0	0	1	1	1	0	0	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	1	0	0	1	0	1	1	1	1	0	1	0	1	0	1	0	1	1	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	0	1	0	1	5	1			
38	1	0	1	1	0	1	1	1	0	0	0	1	1	0	1	0	1	0	1	0	0	1	1	1	1	0	0	0	1	0	0	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	1	3	0				
39	1	1	1	0	0	1	1	0	1	1	0	1	1	0	1	0	0	0	1	1	1	0	1	0	0	1	1	1	0	1	1	1	0	0	1	1	1	1	0	1	0	0	0	0	1	1	1	0	0	1	0	0	1	3	6					
40	1	1	0	1	1	0	1	1	0	1	1	1	0	0	1	0	0	0	1	0	0	0	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	0	1	1	0	0	0	1	0	0	0	1	1	0	0	0	0	0	0	1	1	4	3					
41	0	1	1	1	0	1	0	0	0	0	1	1	1	1	1	1	1	0	1	0	0	0	0	1	0	1	1	1	0	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	0	1	0	0	1	0	1	2	3				
42	0	1	0	1	1	0	1	0	1	1	0	0	1	1	0	0	0	1	1	0	1	1	0	0	1	0	1	0	1	1	1	1	1	1	1	0	0	1	1	0	0	0	0	1	1	0	1	1	0	1	1	1	0	1	6	3				
43	0	0	0	0	1	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	0	0	0	1	1	1	1	1	1	0	0	1	0	0	0	1	1	1	0	1	0	0	0	1	1	1	0	1	0	0	1	0	1	1	1	1	0	1	0	1	1	0	1	6	6

44	0	1	0	0	1	0	0	0	1	1	1	0	1	0	1	1	1	1	0	1	0	0	0	0	0	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	1	0	0	1	1	0	0	0	0	0	0	0	0	1	0	0	1	1	3	5
45	1	0	0	1	0	0	0	1	0	1	1	0	1	0	1	1	0	1	1	1	0	1	1	0	1	0	1	0	1	1	0	0	0	1	1	1	1	1	1	0	1	0	1	0	1	1	0	1	0	0	0	1	0	1	3	3		
46	0	0	1	0	1	1	0	0	1	0	0	1	1	0	1	0	1	1	1	0	0	0	1	0	0	1	0	0	1	1	1	0	1	0	1	0	0	1	1	1	0	1	0	1	1	0	1	0	1	1	6	1						
47	1	1	0	1	1	1	0	1	0	0	0	1	0	1	1	1	0	0	0	1	1	1	0	1	0	0	1	1	1	1	0	1	0	1	0	1	1	0	0	0	1	0	1	1	1	1	1	1	0	1	0	1	6	5				
48	1	0	1	0	0	0	1	0	1	1	1	1	0	0	0	0	0	0	1	1	0	0	0	0	1	0	1	1	1	0	1	0	0	0	0	1	1	1	0	0	0	1	1	1	0	1	1	0	1	1	0	1	5	0				
49	1	0	1	0	1	1	1	1	1	1	1	0	1	0	0	0	1	1	0	0	1	0	0	1	0	0	1	0	0	0	0	0	0	1	0	0	0	1	0	1	0	0	1	1	0	0	1	0	0	0	0	1	2	0				
50	0	1	1	1	1	0	0	0	1	0	0	1	0	0	0	1	0	0	0	1	1	1	0	0	1	1	1	0	0	1	0	1	1	1	0	1	1	0	1	1	0	1	0	1	0	0	1	0	1	0	0	1	2	3				
51	0	0	1	1	0	1	0	0	0	0	0	1	1	1	1	0	0	0	1	0	1	0	1	1	1	1	0	1	1	0	0	0	1	1	1	1	1	0	0	0	1	0	1	0	0	0	1	0	1	1	1	1	4	3				
52	0	0	1	1	0	0	0	1	1	0	0	0	0	0	1	1	1	0	0	0	1	1	0	0	1	1	1	1	1	0	1	0	0	1	0	0	1	1	1	1	1	0	1	0	0	1	1	1	1	0	1	1	5	3				
53	1	1	1	0	0	0	1	1	0	0	1	0	1	0	1	0	1	0	0	0	1	0	0	0	1	0	0	1	0	1	1	0	0	1	1	0	1	1	0	1	1	1	1	0	1	1	0	1	1	7	1							
54	1	1	1	1	0	0	1	0	0	0	1	0	0	0	1	0	0	0	1	1	0	0	0	1	0	1	1	0	1	0	0	1	0	0	1	0	0	0	0	0	1	1	0	1	1	0	0	1	1	1	3	0						
55	0	0	1	1	1	1	0	1	0	0	0	0	0	0	1	0	0	1	1	0	0	0	0	0	1	1	1	1	1	0	1	0	1	1	0	0	0	0	1	1	1	1	0	0	0	1	0	0	0	0	1	1	5	9				
56	0	1	1	0	0	0	1	1	0	1	1	0	1	0	1	0	1	0	0	0	1	1	0	0	0	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	0	0	1	0	0	1	1	1	0	1	0	1	0	0	1	5	1				
57	0	0	0	1	1	0	0	1	1	0	0	1	0	0	1	1	1	0	0	1	0	1	1	0	1	1	0	0	0	1	1	0	1	0	1	0	0	0	1	0	0	1	0	1	1	1	1	0	1	0	0	1	1	3				
58	0	1	0	0	1	1	1	0	1	0	0	1	1	1	1	1	0	0	0	0	1	0	0	0	1	1	0	1	1	1	1	1	0	1	1	1	0	0	0	0	1	1	0	1	0	1	1	0	1	1	0	0	1	6	2			
59	0	1	1	0	1	1	1	1	0	0	1	1	0	0	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	0	0	0	0	1	0	0	1	0	0	1	1	0	1	0	0	0	1	0	1	1	1	0	0	1	0	0	1	2	6				
60	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0	1	0	1	1	1	0	0	1	1	0	0	1	0	1	1	1	1	1	0	0	1	1	1	0	0	1	1	1	1	0	0	1	1	1	1	0	1	0	1	1	1	5	4					
61	1	1	1	1	1	0	0	0	0	0	1	0	1	1	1	1	0	0	1	1	1	0	0	0	1	0	0	1	1	0	0	0	1	0	0	0	1	0	1	1	1	0	0	0	1	0	1	1	1	0	1	0	1	9	2			
62	1	0	0	0	1	1	0	0	0	0	0	0	0	1	0	1	1	1	0	0	1	1	1	0	0	1	0	0	1	1	0	1	0	0	1	1	0	1	0	0	1	0	0	1	1	1	1	0	0	1	3	2						
63	1	0	1	1	1	1	0	0	1	0	1	0	1	1	0	1	1	1	0	1	1	0	1	1	1	1	0	1	0	1	1	0	0	1	1	1	0	0	0	0	0	0	0	1	1	1	0	1	0	1	0	1	5	6				
64	0	0	1	1	0	1	0	1	0	1	1	0	1	1	0	1	1	1	1	0	0	0	1	0	1	0	1	0	0	0	1	0	1	0	1	1	0	0	1	0	1	1	1	0	0	1	1	1	0	1	0	1	6	1				
65	0	1	0	1	1	0	1	0	1	1	1	1	0	0	1	1	0	1	1	0	0	1	0	1	1	0	0	0	0	1	0	1	0	1	1	0	0	0	1	0	0	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	6	3				
66	1	0	0	1	0	0	0	1	1	0	1	1	1	0	0	0	0	1	0	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	0	1	1	0	1	0	0	1	0	1	0	0	0	1	0	1	1	1	1	0	1	6	3			
67	0	0	1	0	1	1	0	1	1	1	0	0	0	1	0	1	0	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	0	0	1	1	1	1	1	1	0	0	0	0	0	0	0	0	1	1	1	0	1	0	1	3	7			
68	1	1	1	0	0	0	1	0	1	0	1	1	0	0	0	1	1	1	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	0	0	1	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	0	1	0	1	0	0	1	0	1	3	

69	0	1	0	1	1	1	0	0	0	1	1	1	0	1	1	0	0	0	0	0	0	1	0	0	0	0	0	0	1	0	0	1	1	1	1	1	0	0	1	1	0	1	0	0	1	1	0	1	0	1	0	1	0	1	4	1	0
70	1	1	1	1	0	1	0	0	0	0	1	0	1	0	0	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	1	0	1	0	1	1	0	0	0	1	0	0	0	1	1	1	1	0	0	1	1	1	1	0	1	7	6	
71	1	0	1	0	0	1	1	1	1	1	0	1	0	0	0	0	0	0	1	0	0	0	0	0	0	1	0	1	0	0	1	0	0	0	1	1	0	1	0	0	0	0	0	0	1	1	0	0	0	0	0	0	8	1	0		
72	1	1	1	1	1	1	1	0	1	0	1	1	1	1	0	0	1	0	0	1	0	0	1	0	0	1	1	0	1	0	0	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	0	0	1	0	1	1	1	6	1	0					
73	1	1	1	0	0	0	1	1	1	0	0	1	1	1	0	0	1	1	0	0	1	1	1	0	0	1	0	0	0	0	0	0	0	0	1	0	1	1	1	0	1	0	0	1	1	0	0	1	0	1	1	4	1	2			
74	0	1	1	1	0	0	1	1	0	0	1	0	0	1	1	0	0	0	1	0	0	1	0	0	1	0	0	1	0	0	0	1	0	1	0	0	1	0	0	1	1	0	1	0	0	0	0	1	1	0	0	1	2	1	0		

N°	Variable 2: Resentimiento																											d1	d2		
	p1	p2	p3	p4	p5	p6	p7	p8	p9	p10	p11	p12	p13	p14	p15	p16	p17	p18	p19	p20	p21	p22	p23	p24	p25	p26	p27			p28	
1	0	0	0	0	0	1	1	0	0	0	1	0	1	0	0	1	0	0	1	0	0	1	0	1	0	1	0	1	4	6	
2	0	1	0	0	1	0	0	1	1	0	0	1	0	0	0	0	1	1	0	1	1	1	0	1	0	1	0	0	5	7	
3	1	0	1	1	1	1	0	0	1	1	1	1	1	0	1	0	1	0	1	0	1	1	0	0	1	0	0	0	10	6	
4	1	0	1	0	1	1	1	1	1	0	1	0	0	1	1	0	0	0	0	1	0	1	0	1	0	0	0	0	9	4	
5	1	0	0	0	0	1	0	0	1	0	0	0	0	0	1	0	0	0	1	1	0	1	1	0	1	1	1	0	3	8	
6	0	1	0	0	1	0	0	1	1	0	0	1	0	0	1	0	1	1	1	0	0	1	1	1	1	0	1	0	5	8	
7	1	0	1	1	0	1	1	1	1	0	0	0	1	1	0	1	1	0	0	1	0	1	1	0	1	0	0	1	9	7	
8	1	1	0	1	0	0	1	0	0	1	1	0	0	0	0	1	1	0	1	0	0	0	0	0	0	1	0	1	6	5	
9	0	0	1	0	1	1	0	1	1	0	1	0	1	1	0	0	0	0	0	0	0	1	1	0	1	0	1	1	8	5	
10	1	0	1	0	1	0	0	0	0	0	1	0	1	0	0	1	1	1	1	0	1	1	1	0	0	1	1	1	5	10	
11	0	1	0	0	1	0	0	0	0	0	0	0	1	1	1	1	0	0	0	0	1	1	0	0	0	1	1	1	4	7	
12	1	1	1	0	1	0	1	1	1	1	0	0	0	0	0	1	1	0	0	1	0	0	0	1	0	0	0	1	8	5	
13	1	0	0	1	0	0	1	0	0	1	0	1	1	1	1	1	1	0	0	1	0	1	0	0	1	1	0	0	7	7	
14	1	0	1	1	0	1	1	0	1	1	0	0	1	1	1	1	0	0	0	0	1	1	1	0	1	0	0	0	9	6	
15	1	0	1	1	1	0	0	0	1	0	1	1	1	0	1	1	1	0	1	1	0	0	1	1	0	1	1	1	8	10	
16	0	0	0	1	0	1	0	1	1	0	0	0	0	0	1	1	1	0	1	1	1	0	0	1	0	0	0	1	4	8	
17	1	0	1	1	0	1	0	1	0	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	1	1	1	1	1	1	1	0	6	8	
18	1	1	0	0	1	1	1	1	0	1	1	0	0	0	0	0	1	1	1	0	1	0	1	1	1	1	1	1	8	10	
19	0	1	1	1	1	1	1	0	1	0	1	1	0	0	0	1	0	0	1	0	0	1	1	0	0	1	1	0	9	6	
20	0	0	0	0	1	1	1	0	0	1	1	1	1	0	1	0	1	1	1	1	0	0	0	1	1	1	0	1	7	9	
21	0	0	1	1	1	0	1	1	0	1	1	1	1	1	0	1	0	1	1	0	1	0	1	0	0	1	1	0	10	7	
22	0	1	0	1	0	0	0	0	0	1	1	1	0	0	0	0	0	0	0	1	1	0	1	0	0	0	0	0	5	3	
23	1	0	0	1	1	0	0	1	1	1	1	1	0	1	1	0	1	0	1	0	1	1	1	0	1	1	1	0	9	9	
24	0	1	1	0	1	1	0	1	0	0	1	0	1	0	0	1	0	0	0	1	1	1	1	1	1	0	1	1	7	9	
25	1	0	0	0	0	1	0	1	1	1	0	1	0	0	0	0	1	1	0	1	0	0	0	0	0	0	1	1	0	6	5
26	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	0	0	0	0	0	0	0	0	1	0	0	1	0	1	1	1	11	6	

27	0	0	0	0	0	1	0	1	1	1	1	1	1	0	1	1	0	0	0	0	0	0	1	0	1	0	1	7	5		
28	0	0	0	0	0	0	0	1	1	1	0	0	1	1	0	1	1	1	0	0	1	0	0	0	1	1	0	5	6		
29	1	0	0	0	0	1	0	0	1	1	0	1	1	0	0	1	0	1	1	0	0	1	0	1	1	0	0	1	6	7	
30	1	1	0	1	1	1	1	0	0	0	0	0	1	0	0	1	1	0	1	1	1	0	0	0	1	1	0	0	7	7	
31	1	0	0	1	0	1	0	1	0	1	1	1	0	1	1	1	1	0	0	1	0	0	0	0	1	0	1	8	7		
32	1	0	0	0	0	0	0	0	1	0	0	1	1	0	1	0	1	1	0	0	0	0	0	1	0	1	0	4	6		
33	0	0	1	0	1	0	0	0	1	0	0	0	1	1	0	0	1	0	0	1	0	0	1	1	0	1	1	0	5	6	
34	1	1	1	0	0	1	0	1	0	0	1	0	0	0	0	1	0	1	1	0	1	0	0	0	1	0	0	0	6	5	
35	1	1	1	1	0	0	0	0	1	1	0	1	1	0	1	0	1	1	1	0	1	1	1	1	1	0	0	0	8	9	
36	0	0	1	1	0	0	1	0	1	0	1	0	0	1	1	0	0	0	0	1	1	1	1	0	1	0	0	0	6	6	
37	1	0	0	0	0	1	1	0	1	0	1	1	0	0	1	1	1	1	1	0	1	0	1	0	1	0	1	1	6	10	
38	1	0	1	0	1	0	1	1	1	1	1	1	1	0	0	1	1	0	0	1	0	1	1	1	1	0	1	1	10	9	
39	0	0	0	1	0	1	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	1	1	1	0	1	0	0	0	0	1	0	6	7	
40	1	1	1	1	1	0	0	0	1	1	1	1	0	0	0	0	0	0	0	1	1	1	1	0	1	0	1	0	9	6	
41	1	1	1	1	1	0	1	1	0	1	1	1	1	0	1	0	0	0	1	1	0	0	0	1	1	0	0	0	11	5	
42	1	0	0	0	1	1	1	1	0	0	0	0	1	1	0	1	0	1	0	0	0	1	1	1	1	0	0	1	7	7	
43	1	0	1	0	0	0	1	0	0	1	0	1	1	1	0	1	0	1	0	0	1	1	1	0	1	1	0	1	7	8	
44	0	1	1	1	1	0	1	0	1	0	1	1	1	0	1	0	1	0	1	1	1	0	1	1	0	1	1	0	9	9	
45	1	1	1	0	1	1	1	0	0	0	1	0	1	1	0	1	0	0	1	0	0	0	0	1	0	1	0	1	9	5	
46	0	0	1	0	1	1	1	1	0	1	0	1	1	1	1	1	0	0	0	0	1	0	1	0	0	1	1	0	9	6	
47	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	0	0	0	0	0	0	0	1	0	0	0	0	0	1	0	0	0	10	2	
48	1	1	1	1	0	0	1	0	0	0	1	0	0	1	1	1	1	1	1	1	1	0	0	1	0	0	0	0	7	8	
49	1	1	0	0	1	1	1	0	0	1	0	1	0	0	1	0	0	0	1	0	1	1	0	1	0	1	1	1	7	8	
50	0	1	1	1	1	0	0	1	0	1	0	1	1	1	0	0	0	1	0	1	0	1	1	1	0	1	1	0	9	7	
51	1	0	0	0	0	0	1	1	0	0	1	1	1	1	1	0	1	0	1	0	0	0	0	0	1	0	0	1	7	6	
52	0	1	0	0	1	1	1	0	0	1	0	0	0	0	0	0	1	0	0	1	0	1	1	0	0	0	1	0	5	5	
53	0	1	1	0	0	0	1	0	1	0	1	0	1	0	0	1	0	1	1	0	0	0	0	1	0	0	1	1	0	6	6
54	0	0	0	1	0	0	1	1	0	1	1	0	1	0	0	0	1	1	0	0	1	0	0	1	0	1	1	0	6	6	

55	1	1	0	0	1	1	1	0	1	1	0	1	1	1	1	0	1	0	0	0	1	1	1	0	1	1	1	0	10	8
56	1	1	1	0	0	0	0	1	1	1	1	1	0	0	1	1	0	0	1	1	0	1	0	0	1	1	1	1	8	9
57	0	0	1	0	0	1	0	1	1	1	0	0	0	1	1	1	0	0	0	1	1	1	0	0	1	1	1	1	6	9
58	0	0	0	1	0	0	0	0	1	1	0	1	1	0	0	1	0	1	1	0	0	1	0	1	1	0	0	5	6	
59	0	1	1	1	1	1	0	1	0	1	0	1	1	0	1	0	1	1	1	0	1	1	0	0	0	0	0	1	9	7
60	1	1	0	1	0	0	0	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	0	0	0	0	0	0	0	1	1	1	9	8
61	1	1	0	0	1	0	1	1	1	0	1	0	1	0	0	0	0	0	0	0	1	1	1	1	1	1	1	0	8	7
62	1	0	0	0	1	1	0	1	0	1	0	0	0	0	1	0	1	0	0	1	0	1	0	0	0	0	1	1	5	6
63	1	1	0	1	0	1	0	0	1	0	0	0	0	1	1	1	1	1	1	1	0	0	1	1	1	1	1	1	6	12
64	0	0	1	0	0	0	0	0	1	1	1	0	0	1	1	0	0	1	0	0	1	0	0	1	0	0	0	1	5	5
65	0	0	0	0	0	0	1	0	0	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0	0	0	1	1	2	4
66	0	1	0	0	0	1	1	0	0	1	0	1	0	1	0	1	1	1	1	0	1	0	1	1	0	0	1	6	8	
67	1	0	0	0	1	0	0	0	1	1	1	0	1	0	0	1	0	1	1	1	0	1	0	0	0	0	1	1	6	7
68	1	0	1	1	0	0	1	1	0	1	0	0	1	1	0	1	1	0	1	1	1	0	1	1	1	1	0	0	8	9
69	1	1	1	0	1	0	0	0	1	1	0	0	1	1	0	1	1	1	1	1	0	1	0	1	1	0	0	0	8	8
70	0	0	1	1	0	0	1	1	1	0	1	0	1	1	0	1	0	0	1	0	1	1	1	1	0	0	0	0	8	6
71	0	1	1	0	0	0	0	1	1	0	1	0	0	1	0	0	0	0	0	0	1	0	0	0	0	0	1	1	6	3
72	0	1	1	1	1	0	0	0	0	0	0	1	1	1	1	1	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	1	7	6
73	1	0	1	1	0	0	0	0	0	1	1	1	0	0	1	1	0	1	0	0	1	1	0	0	0	0	1	0	6	6
74	0	0	1	1	0	0	1	1	1	0	1	1	1	1	1	0	0	0	0	1	0	1	1	1	1	0	0	1	9	7

Anexo C

Constancia de Aplicación de Encuestas

EJÉRCITO DEL PERÚ

3º BRIG CAB

RCB N° 3

CONSTANCIA DE APLICACIÓN DE ENCUESTAS

EL Teniente Coronel Comandante del RCB N° 3 de la Tercera Brigada de Caballería – Tacna; suscribe y:

HACE CONSTAR:

Que la Srta. **RUDY ROXANA SANTILLAN MARCHAN**, egresada de la carrera de psicología de la Universidad Privada de Tacna, identificada con DNI N° 72553193 y con código universitario N° 2010036305, realizo satisfactoriamente la aplicación de encuestas de **Afrontamiento al estrés y Actitudes hacia la vida** a todo el personal de Tropa que presta su Servicio Militar Voluntario en el Fuerte Coronel Gregorio Albarracín.-TACNA durante el mes de **MARZO del 2022**.

Se le expide la presente constancia a solicitud de la interesada para realizar trámites administrativos.

Tacna, 20 de Mayo del 2022



0 - 224911577 - 0 (+)
 GADIEL A. CARDENAS AGUILAR
 TTE CRL CAB
 CMDTE DEL RCB "GENERAL SAN MARTIN" N° 3

EJÉRCITO DEL PERÚ

3º BRIG CAB

RCB Nº 3

CONSTANCIA DE APLICACIÓN DE ENCUESTAS

EL Teniente Coronel Comandante del RCB Samuel del Alcázar Valdivia Nº 101 de la Tercera Brigada de Caballería Cuartel Tarapaca- Tacna; suscribe y:

HACE CONSTAR:

Que la Srta. **RUDY ROXANA SANTILLAN MARCHAN**, egresada de la carrera de psicología de la Universidad Privada de Tacna, identificada con DNI Nº 72553193 y con código universitario Nº 2010036305, realizo satisfactoriamente la aplicación de encuestas de **Afrontamiento al estrés y Actitudes hacia la vida** a todo el personal de Tropa que presta su Servicio Militar Voluntario en la 3ª Brigada de Caballería.-TACNA durante el mes de **MARZO del 2022**.

Se le expide la presente constancia a solicitud de la interesada para realizar trámites administrativos.

Tacna, 20 de Mayo del 2022


O-22477373-B+
LEONARDO ECHEVARRIA LOPEZ
T. 3º BRIG CAB
Cmde del RCB Nº 101

Anexo D

Fotos de Aplicación de las Encuestas





Anexo E

Información sobre datos sociodemográficos

Según los Datos Sociodemográficos tenemos

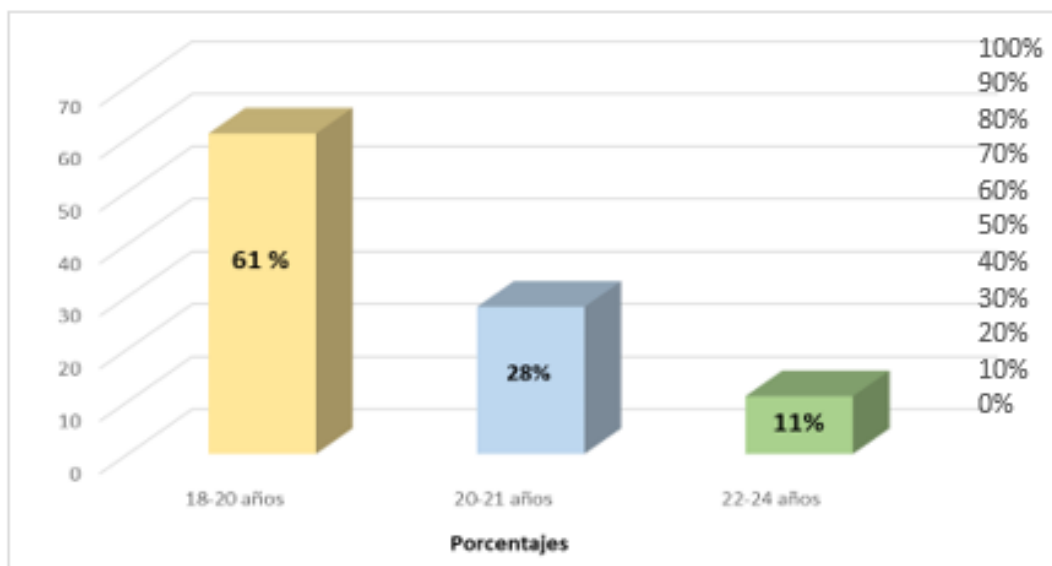
Tabla 15.

Distribución de los Participantes según Edad.

Grupo etario	N°	%
18 a 20 años	45	61%
20 a 21 años	21	28%
22 a 24 años	8	11%
Total	74	100%

Figura 7.

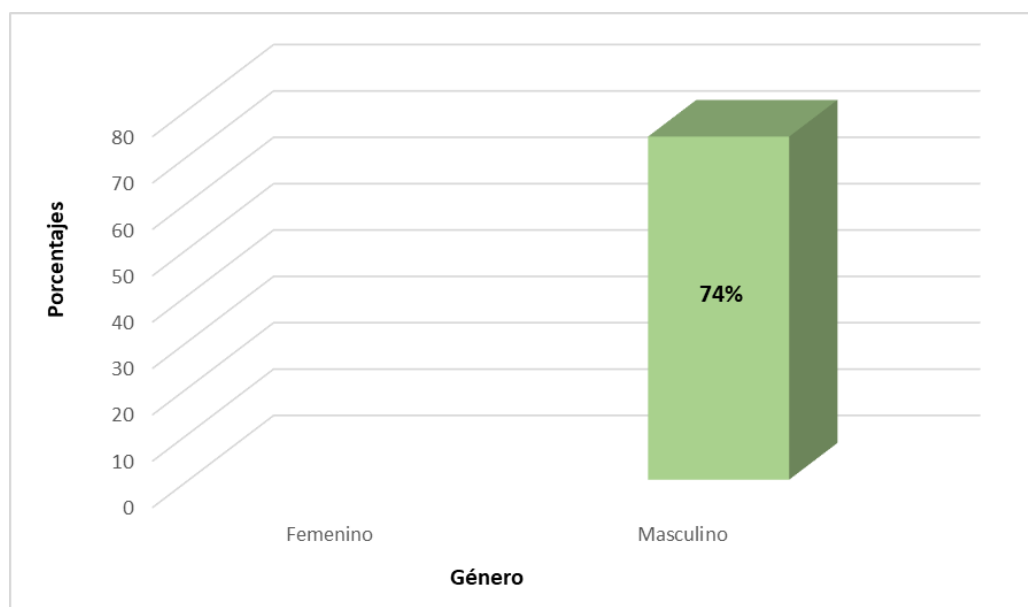
Distribución de los Participantes según la Edad.



En cuanto a la edad, tal como se puede ver de la Tabla N° 5 y Figura N° 1, un sector mayoritario conformado por 45 participantes que representa el 61% de la muestra pertenece a la franja etaria entre los 18 a 20 años, en segundo lugar, se ubica el sector de la franja de los 20 a 21 años conformado por 21 participantes, el cual representa el 28% de la distribución y, finalmente, en la franja entre los 22 a 24 años tenemos a 8 participantes, los cuales representan el 11% de la muestra de estudio.

Tabla 16.*Distribución de los Participantes según el Sexo.*

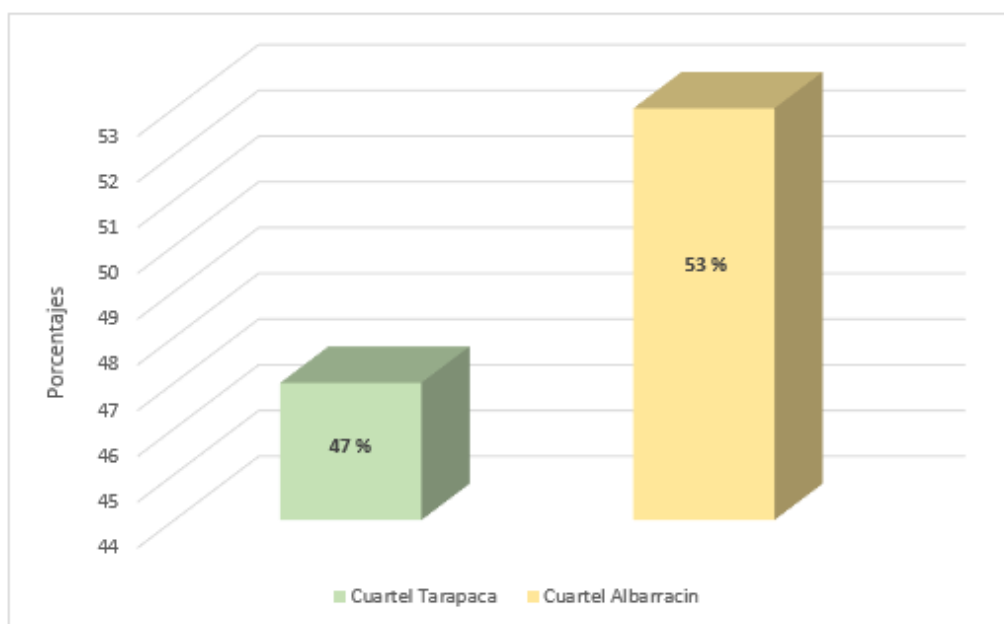
Sexo	N°	%
Masculino	74	100%
Total	74	100%

Figura 8.*Distribución de los Participantes según el Sexo.*

Tal como se puede ver de la Tabla N° 6 y Figura N° 2, el sexo de los participantes se distribuye de manera uniforme siendo que todos pertenecen al sexo masculino.

Tabla 17.*Distribución de los Participantes según al Cuartel al que pertenecen.*

Cuartel	N°	%
Cuartel Tarapacá	39	53 %
Cuartel Gregorio Albarracín	35	47%
Total	74	100%

Figura 9.*Distribución de los Participantes según al Cuartel al que pertenecen*

En cuanto al cuartel al que pertenecen los participantes, tal como se puede ver de la Tabla N° 7 y Figura N° 3, un total de 39 pertenecen al Cuartel Tarapacá, lo que representa el 53% de la distribución, por otro lado, 35 pertenecen al CuartelGregorio Albarracín representando el 47% de la muestra de estudio.

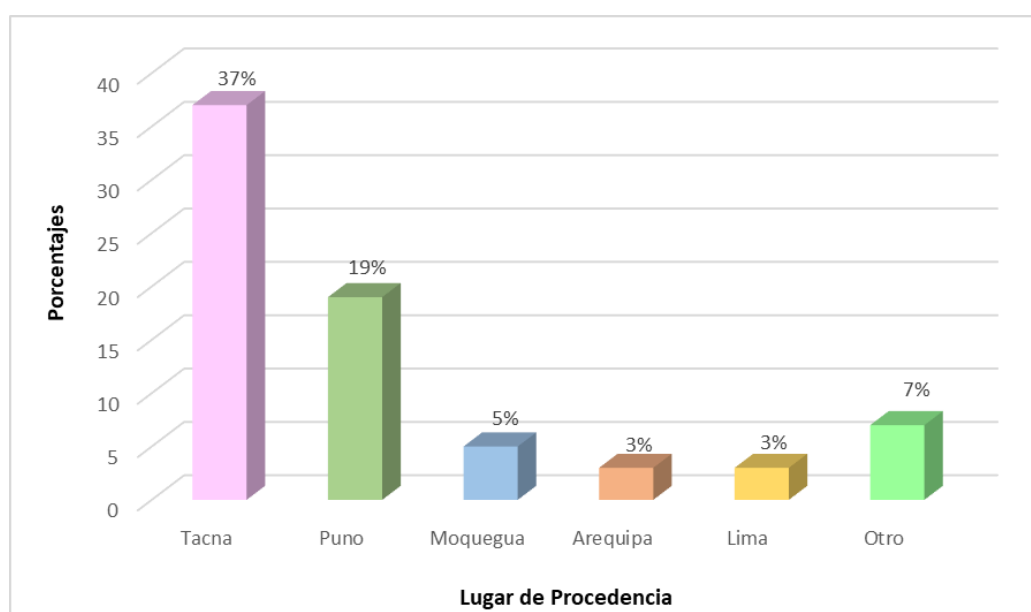
Tabla 18.

Distribución de los Participantes según la Región de Procedencia.

Cuartel	N°	%
Tacna	37	50%
Puno	19	26%
Moquegua	5	7%
Arequipa	3	4%
Lima	3	4%
Otros	7	9%
Total	74	100%

Figura 10.

Distribución de los Participantes según la Región de Procedencia.



En cuanto a la región de procedencia de los participantes, tal como se puede ver de la Tabla N° 8 y Figura N° 4, el 50% de la distribución de los participantes son originarios de la ciudad de Tacna, 26 % de los participantes son de la ciudad de Puno, la ciudad de Moquegua con un 7% de la muestra, 4% a la ciudad de Arequipa, 4 % la ciudad de Lima, por último, el 9 % participantes pertenecientes a otras regiones.



INFORME N° 007-2022-UPT-DECA/FAEDCOH-ilmq

AL : Dr. Marcelino Raúl Valdivia Dueñas
Decano de Facultad de Educación, Comunicación y Humanidades

ASUNTO : Resultado de asesoramiento de Informe de Investigación.

REFERENCIA : Resolución N° 378-D-2021-UPT/FAEDCOH

FECHA : Tacna, 16 de agosto del 2022.

TÍTULO DE LA TESIS: "Afrontamiento al estrés y resentimiento en personal militar de tropa de los cuarteles de la ciudad de Tacna, en el año 2021"

Con los saludos correspondientes, me dirijo a usted para remitirle el resultado de asesoría:

1.- Que de acuerdo al proceso de asesoramiento de la tesis presentada por la Bachiller en Psicología Rudy Roxana Santillán Marchán, con el título "**Afrontamiento al estrés y resentimiento en personal militar de tropa de los cuarteles de la ciudad de Tacna, en el año 2021**". Se determino dentro de la apreciación cualitativa que cumple con los requerimientos metodológicos y estructurales consistentes como son los siguientes:

- *Organización del contenido y desarrollo teórico – argumentativo: El informe de investigación cumple lo planteado en el esquema a nivel de contenido y de formato. La organización de sus secciones es pertinente al diseño metodológico propuesto (de estructura y secuencia definida o de integración de los aspectos teóricos y metodológicos).*
- *La metodología cumple los requisitos de rigurosidad que la disciplina y el tema de investigación exigen.*
- *El informe de investigación conduce estructuralmente hacia los objetivos propuestos, responden a la pregunta inicialmente planteada y se someten a una justificación de su pertinencia teórico-científica*
- *El informe de investigación tiene un tema contextualmente importante, ya sea por su importancia educativa, social, cultural, científica o teórica. Asimismo, sus ideas se apoyan en bibliografía actualizada y se inscriben en un debate contemporáneo e innovador.*

2.- **Por lo tanto, se considera APTO para proceso de Dictaminación.**

Es todo lo que comunico a usted para conocimiento y demás fines.

Atentamente,

Mg. José Luis Morales Quezada
Docente



“Año de la unidad, la paz y el desarrollo”

Tacna, 24 de marzo del 2023

INFORME N° 01-2023-UPT/FAEDCOH/EPH/CBFR

PARA : Dr. M. RAÚL VALDIVIA DUEÑAS
Decano de la Facultad de Educación Ciencias de la Comunicación y Humanidades.

DE : Mgr. Cristina Beatriz Flores Rosado
Docente de la Carrera Profesional de Psicología

ASUNTO : Dictamen de Tesis de bachiller SANTILLAN MARCHAN, Rudy Roxana

REFERENCIA : RESOLUCIÓN N° 454-D-2022-UPT/FAEDCOH

Tengo el agrado de dirigirme a Ud., para saludarlo cordialmente y hacer de su conocimiento la culminación de la evaluación del plan de tesis, que lleva por título: “AFRONTAMIENTO AL ESTRÉS Y RESENTIMIENTO EN PERSONAL MILITAR DE TROPA DE LOS CUARTELES DE TACNA, 2021”, bajo RESOLUCIÓN N° 454-D-2022-UPT/FAEDCOH, presentada por la Bachiller en Psicología SANTILLAN MARCHAN, Rudy Roxana, para obtener el Título Profesional de Licenciada en Psicología.

Tras haber realizado la asesoría correspondiente y las respectivas revisiones en merito a la resolución antes descrita, el Bachiller ha levantado todas las observaciones hechas y se encuentra APTO para continuar con los trámites correspondientes.

Sin otro particular aprovecho la oportunidad para expresarle mi especial deferencia.

Atentamente,

Mgr. Cristina Beatriz Flores Rosado
Docente – Escuela Profesional de Humanidades
Carrera Profesional de Psicología

ANEXO: Estructura del informe de investigación o TESIS

TÍTULO DE LA TESIS	“AFRONTAMIENTO AL ESTRÉS Y RESENTIMIENTO EN PERSONAL MILITAR DE TROPA DE LOS CUARTELES DE TACNA, 2021”
AUTORÍA Y AFILIACIÓN	SANTILLAN MARCHAN, Rudy Roxana
SEMESTRE ACADÉMICO	2023-I
JURADO DICTAMINADOR	Mag. Cristina Beatriz Flores Rosado
FECHA DE EVALUACIÓN	24/03/2022

Nº	COMPONENTES DE LA TESIS	INDICADORES	% AVANCE
1	Portada	Contiene los datos principales de acuerdo a la estructura del Plan de Trabajo de Investigación (monografía) de la FAEDCOH	5 %
		Bueno Regular Recomendaciones:	
2	Título, autor y asesor	En el título se encuentran las variables del estudio, la unidad del estudio del lugar y el tiempo	5 %
		Bueno Regular Recomendaciones:	
		Declara correctamente la autoría (va centrado y en orden: apellidos y nombres) y al asesor que contribuyó en el desarrollo de la Tesis	
Bueno Regular Recomendaciones:			
3	Líneas y Sublínea de investigación	El título de la Tesis se desarrolla en las líneas de Investigación y las sub líneas correspondiente a la escuela profesional de la FAEDCOH	5 %
		Bueno Regular Recomendaciones:	
4	Índice de contenido, tablas y figuras	El índice de contenidos refleja la estructura de la tesis en capítulos y acápite indicando la página en donde se encuentran	5 %
		Bueno Regular Recomendaciones:	
		En el índice de tablas y figuras se ubican las mismas con el número de páginas en que se encuentran	
Bueno Regular Recomendaciones:			
5	Resumen y Abstract	El resumen tiene una extensión adecuada no mayor a una página y se encuentran: los principales objetivos, el alcance de la investigación, la metodología empleada, los resultados alcanzados y las principales conclusiones	5 %
		Bueno Regular Recomendaciones:	
		Se encuentra el abstract en la tesis (traducción del resumen en inglés) e incluye las palabras claves como mínimo 5 y están escrita en minúscula, separada con coma y en orden alfabético	
Bueno Regular Recomendaciones:			
6	Introducción	Describe contextual y específicamente la problemática a investigar, establece el propósito de la investigación e indica la estructura de la investigación	5 %
		Bueno Regular Recomendaciones:	
7	Determinación del problema	Describe específicamente donde se encuentra la problemática objeto del estudio y describe las posibles causas que generan la problemática en estudio	5 %
		Bueno Regular Recomendaciones:	
8	Formulación del problema	Las interrogantes del problema principal y secundario contienen las variables del estudio, el sujeto de estudio, la relación y la condición en que se realiza la investigación.	5 %
		Bueno Regular Recomendaciones:	
9	Justificación de la investigación	Responde a las preguntas ¿Por qué se está realizando la investigación?, ¿cuál es la utilidad de estudio?, ¿Por qué es importante la investigación?	5 %
		Bueno Regular Recomendaciones:	
10	Objetivos	Guardan relación con el título, el problema de la investigación, son medibles y se aprecia un objetivo por variable como mínimo.	5 %
		Bueno Regular Recomendaciones:	

11	Antecedentes del estudio	Presenta autoría, título del proyecto de investigación, conclusiones relacionadas con su Informe de investigación y metodología de la investigación	5 %	
		Bueno Regular Recomendaciones:		
12	Definiciones operacionales	Da significado preciso según el contexto y expresión de las variables de acuerdo al problema de investigación formulado	5 %	
		Bueno Regular Recomendaciones:		
13	Fundamentos teórico científicos de la variables	Las bases teóricas, abordan con profundidad el tratamiento de las variables del estudio y está organizado como una estructura lógica, y sólida en argumentos bajo el estilo APA	5 %	
		Bueno Regular Recomendaciones:		
		En el fundamento teórico científico se desarrollan los indicadores de cada una de las variables, la extensión del fundamento teórico científico le da solidez a la tesis y respeta la corrección idiomática	5 %	
Bueno Regular Recomendaciones:				
14	Enunciado de las Hipótesis	Las hipótesis general y específica son comprobables, guardan relación y coherencia con el título, el problema y los objetivos de la investigación.	5 %	
Bueno Regular Recomendaciones:				
15	Operacionalización de las variables y escala de medición	Las variables se encuentran bien identificadas en el título del informe de investigación o Tesis	5 %	
		Bueno Regular Recomendaciones:		
		Se establecen las dimensiones o los indicadores de las variables que permiten su medición.	5 %	
		Bueno Regular Recomendaciones:		
16	Tipo y diseño de investigación	Se precisa claramente la escala de medición de las variables	5 %	
		Bueno Regular Recomendaciones:		
		El informe de investigación guarda correspondencia con el tipo de investigación y la relación entre las variables.	5 %	
		Bueno Regular Recomendaciones:		
17	Ámbito de la investigación	El informe de investigación guarda correspondencia con el tipo de investigación y la relación entre las variables.	5 %	
		Bueno Regular Recomendaciones:		
		Precisa el ámbito y el tiempo social en que se realizó la investigación	5 %	
		Bueno Regular Recomendaciones:		
18	Unidad de estudio, población y muestra	Se encuentra claramente definida la unidad de estudio en cuanto al objeto Precisa el ámbito y el tiempo social en que se realizó la investigación y el ámbito de la investigación	5 %	
		Bueno Regular Recomendaciones:		
		Se identifica con precisión la población en la se realiza la investigación.	5 %	
		Bueno Regular Recomendaciones:		
19	Procedimientos, técnicas e instrumentos de recolección de datos	Se precisa la forma en que se determinó el tamaño de la muestra, su margen de error y muestreo utilizado para la selección de las unidades muestrales	5 %	
		Bueno Regular Recomendaciones:		
		Se señala la pertinencia de las técnicas e instrumentos por variable y se indica cómo se recopiló la información. A su vez presenta la validez y confiabilidad de los instrumentos aplicados	5 %	
		Bueno Regular Recomendaciones:		
20	El trabajo de campo	Se indica cómo se presentó y analizó los datos y los procedimientos para su interpretación	5 %	
		Bueno Regular Recomendaciones:		
		Se describe la forma en que se realizó la aplicación de los instrumentos, el tiempo utilizado y las coordinaciones realizadas.	5 %	
		Bueno Regular Recomendaciones:		
21	Diseño de presentación de los resultados	El diseño de presentación de resultados es pertinente con el diseño de investigación seleccionado.	5 %	
		Bueno Regular Recomendaciones:		

22	Los resultados	La presentación de las tablas y figuras cumplen con los requisitos formales requeridos y conducen a la comprobación de la hipótesis	5 %
		Bueno Regular Recomendaciones:	
		Los argumentos planteados son suficientes para comprobar las hipótesis específicas de la investigación.	5 %
23	Comprobación de las hipótesis	Bueno Regular Recomendaciones:	
		La investigación considera pruebas estadísticas	5 %
		La comprobación de la hipótesis específica permite la comprobación de la hipótesis general	5 %
24	Discusión	Describe las contribuciones más originales o de mayor impacto del estudio, las posibles aplicaciones prácticas de los resultados y también las limitaciones de la investigación.	5 %
		Bueno Regular Recomendaciones:	
		Las conclusiones guardan correspondencia con los objetivos de la investigación y se encuentran redactadas con claridad y precisión	5 %
25	Conclusiones	Bueno Regular Recomendaciones:	
		Las sugerencias planteadas parten de las conclusiones de la investigación y muestra su viabilidad	5 %
		Respeto las normas APA y las fuentes bibliográficas de artículos y tesis deben estar dentro de los rangos de actualidad, salvo excepciones de libros clásicos.	5 %
26	Sugerencias	Bueno Regular Recomendaciones:	
		Se encuentra la matriz de consistencia, el formato de los instrumentos utilizados y presenta otros elementos que permiten reforzar los resultados presentados en el informe de investigación o Tesis	5 %
		Bueno Regular Recomendaciones:	
27	Referencias	La Tesis cumple con la totalidad de los aspectos formales (tipo de letra, tamaño, interlineado, párrafos justificados) indicados en la estructura del Plan de Trabajo de Investigación (ensayo) de la FAEDCOH.	5 %
		Bueno Regular Recomendaciones:	
		TOTAL % DE APROBACIÓN	

% de APROBACIÓN: 205 = 100 %

DONDE:

Bueno	Regular
5 %	2.5 %

$$x = \frac{? \times 100\%}{205}$$

EVALUACIÓN:

- **80 a 100% = Cumple con los requisitos del Informe de Investigación o Tesis**
- 60 a 79 % = Cumple medianamente con los requisitos del Informe de Investigación o Tesis, debe subsanar las recomendaciones
- 0 a 59 % = No Cumple con los requisitos, debe volver a realizar el Informe de Investigación o Tesis

Mgr. Cristina Beatriz Flores Rosado
 Docente – Escuela Profesional de Humanidades
 Carrera Profesional de Psicología

INFORME N° 005 2022-UPT/FAEDCOH-DT-RMDB

A : Dr. Marcelino Raúl Valdivia Dueñas
Decano de la Facultad de Educación CCO y Humanidades

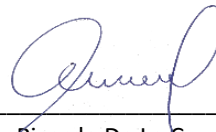
DE : Mtro. Ricardo Martin De La Cruz Berríos
Dictaminador de Tesis

ASUNTO : Dictamen de Tesis

REFERENCIA : Resolución N° 454-D-2022-UPT/FAEDCOH

FECHA : Tacna, 25 de Noviembre de 2022

Me es grato dirigirme a Ud. para saludarlo cordialmente y manifestarle que en atención al documento de la referencia donde se me designa como Dictaminador de la Tesis denominada: "AFRONTAMIENTO AL ESTRÉS Y RESENTIMIENTO EN PERSONAL MILITAR DE TROPA DE LOS CUARTELES DE TACNA, 2021", presentada por la Bachiller en Psicología SANTILLAN MARCHAN, Rudy Roxana, para obtener el Título Profesional de Licenciado en Psicología; tras haber realizado la revisión, el dictamen es FAVORABLE, la Bachiller debe continuar con los trámites correspondientes.



Mtro. Ricardo De La Cruz Berríos
Jurado Dictaminador

Adjunto:

- Evaluación según normativa

ESCUELA PROFESIONAL DE HUMANIDADES

Carrera Profesional de Psicología

Estructura del informe de investigación o TESIS

TÍTULO DE LA TESIS	“AFRONTAMIENTO AL ESTRÉS Y RESENTIMIENTO EN PERSONAL MILITAR DE TROPA DE LOS CUARTELES DE LA CIUDAD TACNA, AÑO 2021”.
AUTORÍA Y AFILIACIÓN	RUDY ROXANA SANTILLÁN MARCHAN – BACHILLER EN PSICOLOGÍA
SEMESTRE ACADÉMICO	2022 – II
JURADO DICTAMINADOR	MTRO. RICARDO MARTIN DE LA CRUZ BERRÍOS
FECHA DE EVALUACIÓN	25/11/2022

Nº	COMPONENTES DE LA TESIS	INDICADORES	% AVANCE
1	Portada	Contiene los datos principales de acuerdo a la estructura del Plan de Trabajo de Investigación (monografía) de la FAEDCOH	5%
		Bueno Regular Recomendaciones:	
2	Título, autor y asesor	En el título se encuentran las variables del estudio, la unidad del estudio del lugar y el tiempo	5%
		Bueno Regular Recomendaciones:	5%
		Declara correctamente la autoría (va centrado y en orden: apellidos y nombres) y al asesor que contribuyó en el desarrollo de la Tesis	
Bueno Regular Recomendaciones:			
3	Líneas y Sublínea de investigación	El título de la Tesis se desarrolla en las líneas de Investigación y las sub líneas correspondiente a la escuela profesional de la FAEDCOH	5%
		Bueno Regular Recomendaciones:	
4	Índice de contenido, tablas y figuras	El índice de contenidos refleja la estructura de la tesis en capítulos y acápite indicando la página en donde se encuentran	5%
		Bueno Regular Recomendaciones:	5%
		En el índice de tablas y figuras se ubican las mismas con el número de páginas en que se encuentran	
Bueno Regular Recomendaciones:			
5	Resumen y Abstract	El resumen tiene una extensión adecuada no mayor a una página y se encuentran: los principales objetivos, el alcance de la investigación, la metodología empleada, los resultados alcanzados y las principales conclusiones	5%
		Bueno Regular Recomendaciones:	5%
		Se encuentra el abstract en la tesis (traducción del resumen en inglés) e incluye las palabras claves como mínimo 5 y están escrita en minúscula, separada con coma y en orden alfabético	
Bueno Regular Recomendaciones:			
6	Introducción	Describe contextual y específicamente la problemática a investigar, establece el propósito de la investigación e indica la estructura de la investigación	5%
		Bueno Regular Recomendaciones:	
7	Determinación del problema	Describe específicamente donde se encuentra la problemática objeto del estudio y describe las posibles causas que generan la problemática en estudio	2.5%
		Bueno Regular Recomendaciones: redactar un párrafo introductorio con ideas propias antes de iniciar una redacción con citas.	
8	Formulación del problema	Las interrogantes del problema principal y secundario contienen las variables del estudio, el sujeto de estudio, la relación y la condición en que se realiza la investigación.	5%
		Bueno Regular Recomendaciones:	
9	Justificación de la investigación	Responde a las preguntas ¿Por qué se está realizando la investigación?, ¿cuál es la utilidad de estudio?, ¿Por qué es importante la investigación?	5%
		Bueno Regular Recomendaciones:	

10	Objetivos	Guardan relación con el título, el problema de la investigación, son medibles y se aprecia un objetivo por variable como mínimo.	5%		
		Bueno Regular Recomendaciones:			
11	Antecedentes del estudio	Presenta autoría, título del proyecto de investigación, conclusiones relacionadas con su Informe de investigación y metodología de la investigación	5%		
		Bueno Regular Recomendaciones:			
12	Definiciones operacionales	Da significado preciso según el contexto y expresión de las variables de acuerdo al problema de investigación formulado	5%		
		Bueno Regular Recomendaciones:			
13	Fundamentos teórico científicos de la variables	Las bases teóricas, abordan con profundidad el tratamiento de las variables del estudio y está organizado como una estructura lógica, y sólida en argumentos bajo el estilo APA	5%		
		Bueno Regular Recomendaciones:			
		En el fundamento teórico científico se desarrollan los indicadores de cada una de las variables, la extensión del fundamento teórico científico le da solidez a la tesis y respeta la corrección idiomática.	Bueno Regular	Recomendaciones: En el marco teórico debe estar desarrollado las dimensiones y los indicadores de cada variable, no están.	2.5%
14	Enunciado de las Hipótesis	Las hipótesis general y específica son comprobables, guardan relación y coherencia con el título, el problema y los objetivos de la investigación.	5%		
		Bueno Regular Recomendaciones:			
15	Operacionalización de las variables y escala de medición	Las variables se encuentran bien identificadas en el título del informe de investigación o Tesis	5%		
		Bueno Regular Recomendaciones:			
		Se establecen las dimensiones o los indicadores de las variables que permiten su medición.	5%		
		Bueno Regular Recomendaciones:			
		Se precisa claramente la escala de medición de las variables	Bueno Regular Recomendaciones:	5%	
16	Tipo y diseño de investigación	El informe de investigación guarda correspondencia con el tipo de investigación y la relación entre las variables.	5%		
		Bueno Regular Recomendaciones:			
		El diseño de investigación guarda correspondencia con el tipo de investigación y el nivel de investigación	Bueno Regular Recomendaciones:	5%	
17	Ámbito de la investigación	Precisa el ámbito y el tiempo social en que se realizó la investigación	5%		
		Bueno Regular Recomendaciones:			
18	Unidad de estudio, población y muestra	Se encuentra claramente definida la unidad de estudio en cuanto al objeto y el ámbito de la investigación	5%		
		Bueno Regular Recomendaciones:			
		Se identifica con precisión la población en la se realiza la investigación.	Bueno Regular Recomendaciones:	5%	
		Se precisa la forma en que se determinó el tamaño de la muestra, su margen de error y muestreo utilizado para la selección de las unidades muestrales	Bueno Regular Recomendaciones:	5%	
19	Procedimientos, técnicas e instrumentos de recolección de datos	Se señala la pertinencia de las técnicas e instrumentos por variable y se indica cómo se recopiló la información. A su vez presenta la validez y confiabilidad de los instrumentos aplicados	5%		
		Bueno Regular Recomendaciones:			
		Se indica cómo se presentó y analizó los datos y los procedimientos para su interpretación	Bueno Regular Recomendaciones:	5%	
20	El trabajo de campo	Se describe la forma en que se realizó la aplicación de los instrumentos, el tiempo utilizado y las coordinaciones realizadas.	5%		
		Bueno Regular Recomendaciones:			
21	Diseño de presentación de los resultados	El diseño de presentación de resultados es pertinente con el diseño de investigación seleccionado.	5%		
		Bueno Regular Recomendaciones:			

22	Los resultados	La presentación de las tablas y figuras cumplen con los requisitos formales requeridos y conducen a la comprobación de la hipótesis	5%
		Bueno Regular Recomendaciones:	
		Los argumentos planteados son suficientes para comprobar las hipótesis específicas de la investigación.	5%
23	Comprobación de las hipótesis	Bueno Regular Recomendaciones:	
		La investigación considera pruebas estadísticas	5%
		La comprobación de la hipótesis específica permite la comprobación de la hipótesis general	5%
24	Discusión	Describe las contribuciones más originales o de mayor impacto del estudio, las posibles aplicaciones prácticas de los resultados y también las limitaciones de la investigación.	2.5%
		Bueno Regular Recomendaciones: Mencionar las limitaciones	
25	Conclusiones	Las conclusiones guardan correspondencia con los objetivos de la investigación y se encuentran redactadas con claridad y precisión	5%
		Bueno Regular Recomendaciones:	
26	Sugerencias	Las sugerencias planteadas parten de las conclusiones de la investigación y muestra su viabilidad	5%
		Bueno Regular Recomendaciones:	
27	Referencias	Respetar las normas APA y las fuentes bibliográficas de artículos y tesis deben estar dentro de los rangos de actualidad, salvo excepciones de libros clásicos.	2.5%
		Bueno Regular Recomendaciones: Utilice referencias bibliográficas exactas.	
28	Anexos	Se encuentra la matriz de consistencia, el formato de los instrumentos utilizados y presenta otros elementos que permiten reforzar los resultados presentados en el informe de investigación o Tesis	5%
		Bueno Regular Recomendaciones:	
29	Aspectos formales	La Tesis cumple con la totalidad de los aspectos formales (tipo de letra, tamaño, interlineado, párrafos justificados) indicados en la estructura del Plan de Trabajo de Investigación (ensayo) de la FAEDCOH.	5%
		Bueno Regular Recomendaciones:	
TOTAL % DE APROBACIÓN			195%

% de APROBACIÓN: 195 = 95 %

DONDE:

Bueno	Regular
5 %	2.5 %

$$x = \frac{? \times 100\%}{205}$$

EVALUACIÓN

- 80 a 100% = Cumple con los requisitos del Informe de Investigación o Tesis
- 60 a 79 % = Cumple medianamente con los requisitos del Informe de Investigación o Tesis, debe subsanar las recomendaciones
- 0 a 59 % = No Cumple con los requisitos, debe volver a realizar el Informe de Investigación o Tesis

Mtro. Ricardo Martin De La Cruz Berríos
Jurado Dictaminador