

UNIVERSIDAD DE CUENCA



FACULTAD DE PSICOLOGÍA CARRERA DE PSICOLOGÍA EDUCATIVA

“SUCESOS DE VIDA ESTRESANTES EN ADOLESCENTES DE BACHILLERATO”

Trabajo de titulación previo a la
obtención del título de
Psicóloga Educativa

AUTORAS:

Méndez Arévalo Gabriela Alexandra

Jaramillo Suárez Rebeca Isabel

DIRECTOR:

Mst. Antonio Alejandro Espinoza Ortiz

CUENCA – ECUADOR

2016



Resumen

El presente estudio tuvo por finalidad principal determinar los Sucesos de Vida estresantes de los estudiantes de bachillerato del colegio Benigno Malo. El enfoque utilizado en esta investigación fue cuantitativo con un tipo de diseño descriptivo, el muestreo fue probabilístico y la muestra estuvo conformada por 115 adolescentes de ambos sexos entre 16 y 18 años. El instrumento utilizado fue el cuestionario de exploración de factores de estrés: *Sucesos de Vida*, éste, fue elaborado para detectar problemas emocionales en adolescentes y la probabilidad de presentar alguna alteración emocional. Los sucesos de vida estresantes positivos más comunes fueron: Mejoraron mis relaciones con otras personas 73.91%, Conocí nuevos amigos 69.56%, Comparto más tiempo con mis amigos(as) o compañeros (as) 68.69%. Mientras que los sucesos de vida estresantes negativos más frecuentes fueron: Me deprimí 57.39 %, No he podido conseguir lo que he querido 56.52%, Tuve una desilusión amorosa 54.78 %. De acuerdo con los resultados de la investigación, las áreas negativas que reportan un mayor nivel de riesgo para presentar alteraciones emocionales, corresponden al área familiar con 39.13%, social 28.69% y de salud 26.95%.

Palabras clave: Adolescencia, sucesos de vida estresantes, estrés.



Abstract

The present study aimed to determine Stressful life events of Benigno Malo high school students. The approach used in this research was quantitative with a type of descriptive design, sampling was probabilistic sample consisted of 115 adolescents of both sexes between 16 and 18 years. The instrument used was the questionnaire exploration stressors: Sucesos de vida, it was developed to detect emotional problems in adolescents and the probability of some emotional disturbance. The most common events were positive stressful life: They improved my relationships with other people 73.91%, I met new friends 69.56% share more time with my friends (as) or companions (as) 68.69%. While the most frequent negative events were stressful life: I was depressed 57.39% I could not get what I wanted 56.52% I had a heartbreak 54.78%. According to research results, negative areas report a higher level of risk to present emotional disturbances correspond to the family area with 39.13%, social 28.69% and health 26.95%.

Keywords: Adolescence, stressful life events, stress.



ÍNDICE

Resumen	2
Abstract	3
Introducción	11
Metodología	15
Interpretación.....	18
Discusión	36
Conclusiones	38
Recomendaciones	40
Bibliografía.....	42



Universidad de Cuenca
Cláusula de Propiedad Intelectual

Rebeca Isabel Jaramillo Suárez, autora del trabajo de titulación "Sucesos de vida estresantes en adolescentes de bachillerato", certifico que todas las ideas, opiniones y contenidos expuestos en la presente investigación son de exclusiva responsabilidad de sus autoras.

Cuenca, 20 de Julio de 2016

Rebeca Jaramillo Suárez

Rebeca Isabel Jaramillo Suárez

010738772-2



Universidad de Cuenca
Cláusula de Derechos de Autor

Rebeca Isabel Jaramillo Suárez, autora del trabajo de titulación "Sucesos de vida estresantes en adolescentes de Bachillerato", reconozco y acepto el derecho de la Universidad de Cuenca, en base al Art. 5 literal c) de su Reglamento de Propiedad Intelectual, de publicar este trabajo por cualquier medio conocido o por conocer, al ser este requisito para la obtención de mi título de Psicóloga Educativa.

El uso que la Universidad de Cuenca hiciere de este trabajo, no implicará afección alguna de mis derechos morales o patrimoniales como autora.

Cuenca, 20 de Julio de 2016

Rebeca Jaramillo Suárez

Rebeca Isabel Jaramillo Suárez

010738772-2



Universidad de Cuenca
Cláusula de Propiedad Intelectual

Gabriela Alexandra Méndez Arévalo, autora del trabajo de titulación "Sucesos de vida estresantes en adolescentes de bachillerato", certifico que todas las ideas, opiniones y contenidos expuestos en la presente investigación son de exclusiva responsabilidad de sus autoras.

Cuenca, 20 de Julio de 2016

Gabriela Alexandra Méndez Arévalo

010516627-6



Universidad de Cuenca
Cláusula de Derechos de Autor

Gabriela Alexandra Méndez Arévalo, autora del trabajo de titulación “Sucesos de vida estresantes en adolescentes de Bachillerato”, reconozco y acepto el derecho de la Universidad de Cuenca, en base al Art. 5 literal c) de su Reglamento de Propiedad Intelectual, de publicar este trabajo por cualquier medio conocido o por conocer, al ser este requisito para la obtención de mi título de Psicóloga Educativa. El uso que la Universidad de Cuenca hiciera de este trabajo, no implicará afección alguna de mis derechos morales o patrimoniales como autora.

Cuenca, 20 de Julio de 2016

Gabriela Alexandra Méndez Arévalo

0105166276-6



AGRADECIMIENTO

Agradezco primeramente a Dios por todas las bendiciones que me ha brindado, por ayudarme a mantener la esperanza en todas las adversidades y por la fortaleza para llegar a cumplir una meta más en mi vida. A mis padres quienes han sido mi guía y apoyo a lo largo del camino, al Mst. Antonio Espinoza Ortiz, Director del trabajo de titulación, quien me ha brindado su apoyo y sus conocimientos de forma desinteresada, así como a cada uno de los docentes que me han ayudado en mi proceso de formación académica.

Gabriela Méndez

Al culminar este trabajo quiero agradecer a Dios, por llenarme de bendiciones y fortaleza, a mis padres quienes me brindaron su apoyo incondicional en esta etapa de mi vida que está por concluir, al Mst. Antonio Alejandro Espinoza Ortiz Director del trabajo de titulación quien ha brindado sus acertados y valiosos aportes durante el desarrollo de este trabajo final de titulación, de igual manera a los y las docentes quienes compartieron sus conocimientos a lo largo de este proceso.

Rebeca Jaramillo



DEDICATORIA

A mis padres, por la paciencia, comprensión y apoyo, su actitud para mantenerse fuertes en medio de las adversidades ha sido mi ejemplo y mi guía para mantener la fe en este largo camino. A mi hermana, por todo el apoyo y las palabras de aliento necesarias en el momento preciso. A ti, por haber decidido caminar conmigo de la mano y no dejarme caer jamás.

Sin ustedes nada hubiera sido igual.

Gabriela Méndez

A lo pilares fundamentales de mi vida, mis padres ejemplo de perseverancia y constancia, a mi hermano compañero de vida. Sin ellos no hubiera podido alcanzar esta meta.

Rebeca Jaramillo



Introducción

Gore y Colten, 1991, (citado en Lucio & Durán, 2003) indican que los sucesos de vida estresantes son necesarios de investigar, ya que se ha encontrado relación entre el número total de estos que ocurren en diversas áreas (familiar, escolar, relaciones con los compañeros y personal) y la probabilidad de experimentar problemas de conducta de diversa índole.

La adolescencia es una etapa de transición entre la infancia y la vida adulta, dentro de la cual se producen grandes cambios: fisiológicos, psicológicos, cognoscitivos y sociales, los cuales pueden llegar a generar episodios de estrés. (Flórez. 2014).

Un suceso de vida estresante es cualquier experiencia, situación o acontecimiento que ocurre a un individuo, familia o comunidad que tiene el potencial de producir estrés, por lo que, dependiendo de las condiciones personales o contextuales de un adolescente, puede convertirse en un estresor. (Plunkett. 2000).

Según la Organización Mundial de la Salud (2015) muchos problemas de salud mental surgen al término de la infancia y principios de la adolescencia. Por ello, en la constitución de nuestro país, se consagra a los adolescentes como grupo de atención prioritaria. Los adolescentes han constituido uno de los grupos de mayor estudio, para que a través de estos, se puedan generalizar conclusiones que lleven a la construcción de proyectos que ayuden a mejorar la calidad de vida de todos los y las adolescentes.

Se han realizado investigaciones acerca de los sucesos de vida en diversos países, sin embargo dentro de nuestro contexto no se han realizado investigaciones con respecto a esta temática. Consideramos importante realizar una investigación de esta índole ya que como lo propuso Gore y Eckenrode. 2000, (citado en Lucio & Durán, 2003) el estudio de los sucesos de vida estresantes constituyen una forma de evaluar el estrés, así como las situaciones sociales y ambientales que se relacionan con la presencia tanto de alteraciones emocionales como de



enfermedades físicas. Se ha demostrado también que el estrés es difícil de medir, a pesar de que la mayoría de las personas pueden reconocer cuando están estresadas.

Los adolescentes por sus cambios físicos, psíquicos y sociales, inherentes a la edad, están más expuestos a situaciones estresantes. La forma de afrontamiento y la evaluación cognitiva que se realice de los eventos estresantes, pueden relacionarse con el rango de malestar psicológico y psicopatología en la adolescencia (Compas, Orsan & Grant. 1993).

Se conoce que los elementos subjetivos ayudan al adolescente, a entender su conducta desde su propio punto de vista. De hecho se considera que en esta etapa resulta muy útil medir los sucesos de vida estresantes ya que se puede orientar al diseño de programas con adolescentes que contribuyan a modificar sus percepciones y la forma de enfrentar los sucesos de vida adversos a fin de fortalecer la resiliencia. (Walsh y Osipow. 1990).

Los estresores cotidianos han sido identificados como una fuente de problemas psicológicos, pues son predictores de desajuste, somatización y trastornos emocionales. Estos eventos estresantes pueden dividirse en estrés normativo y estrés no normativo.

El estrés normativo surge de los eventos de vida experimentados por la mayoría de las personas y suelen afrontarse con éxito por casi todos los individuos, al ser evaluados como medianamente estresantes. El estrés no normativo es menos predecible, difícil de controlar y afecta a un pequeño porcentaje de adolescentes, además de que demanda recursos importantes del individuo y puede ser altamente estresante.

Los sucesos no Normativos pueden definirse como eventos de vida significativos y críticos, tales como la muerte de un familiar, asaltos o golpes, que aumentan la probabilidad de producir un desajuste en el joven. Estos sucesos son poco frecuentes,



difíciles de predecir y abrumadores. Dado que son poco controlables e influenciados por el adolescente, el prepararse por anticipado para enfrentar estos sucesos es muy difícil.

Este estudio pretende describir cuales son los sucesos de vida estresantes que se presentan de forma frecuente en la mayoría de adolescentes de bachillerato, así como el nivel de riesgo existente en cada área. Para realizarlo se ha tomado en cuenta el modelo de adolescencia relacionado con estrés y sucesos de vida denominado modelo focal, el cual supone que mientras más problemas tenga que enfrentar una persona, existirán más indicadores de estrés; sin embargo, esta teoría va más allá, pues estima que el adolescente es un agente de su propio desarrollo, encarando en un momento dado cada cuestión, cuando esto sea posible.

Es decir, los adolescentes pueden enfrentarse a situaciones tan estresantes con una relativa estabilidad porque encarar los problemas uno a uno. De esto se desprende que cuando ocurre más de un problema a la vez durante la adolescencia, pueden surgir los conflictos. Los adolescentes tienen que enfrentar cambios esenciales en todos los aspectos de su vida y su habilidad para hacerlo depende no solo de su fuerza intrínseca o del apoyo externo, sino también del momento en el que se dan los estresores.

El estudio se realizó con estudiantes de 16 a 18 años de la Unidad Educativa Benigno Malo que corresponden a la sección de bachillerato, se aplicó el Cuestionario de exploración de factores de estrés: "Sucesos de vida" de Lucio y Durán (2003). Compuesto por 129 preguntas y una pregunta abierta. Esta pregunta abierta no se tuvo en cuenta en este estudio, ya que corresponde a una evaluación cualitativa y en esta ocasión se utiliza un enfoque netamente cuantitativo.

El objetivo fue evaluar los sucesos de vida estresantes en los adolescentes de bachillerato, describir cuales son los sucesos que se presentan con mayor frecuencia en nuestro contexto e identificar cuáles son las áreas más afectadas en la adolescencia, para que a partir de las mismas, en un futuro se pueda establecer



parámetros para la creación de proyectos que puedan ayudar a fortalecer la resiliencia en cada una de las áreas.

Los resultados obtenidos demuestran que en los adolescentes encuestados existe un riesgo bajo como predominante, con un 69.06 % y un riesgo medio de 9.81%, sin embargo cabe destacar que existe un riesgo alto de 21.11% presente, es decir una quinta parte de los adolescentes que conforman este estudio presentan una alta posibilidad de presentar un trastorno en las diversas áreas.

El nivel de riesgo alto antes mencionado se encuentra distribuido de la siguiente forma en las áreas: Familiar con un 39.13%, seguido del área social con 28.69%, salud 26.95%, área personal con un 21.73%, problemas de conducta 19.13%, escolar 7.82% y el área de logros y fracasos con un 4.34%.

En forma general se evidencia que existe una prevalencia de un nivel de riesgo bajo o sin riesgo, lo que indica una baja presencia de eventos o sucesos negativos, o bien, eventos considerados como negativos dentro de su cotidianidad. La categoría de “riesgo medio” se presenta con el menor índice de los tres niveles; lo cual puede sugerir una exposición “normal” a sucesos positivos o negativos de acuerdo con lo esperado, y por último el “riesgo alto” es el que presenta un nivel medio de la población total.

La población del presente estudio muestra una mayor probabilidad de sufrir algún tipo de alteración de tipo emocional o psicológica, en especial, para el área familiar; de acuerdo con lo mencionado por Lucio Maqueo & Durán Patiño (2003), a través del instrumento Sucesos de Vida (Versión para adolescentes).

Por otra parte, los sucesos que ocurren con mayor frecuencia se encuentran dentro de las áreas familiar, social y de salud confirmando que estas son las áreas donde existe mayor nivel de riesgo. Los sucesos que ocurren son tanto positivos como negativos. Así mismo existe un equilibrio entre eventos no normativos y normativos que los adolescentes han experimentado durante el último año de vida.



Los sucesos antes mencionados están relacionados directamente con situaciones típicas de la adolescencia como: conflictos con los padres, ansiedad por nuevas experiencias en la vida social y sentimental, independencia y responsabilidad adquirida, tristeza, problemas en el ámbito académico, nuevos logros, frustración y cambios físicos.

Metodología

En esta investigación se utilizó un enfoque cuantitativo con un tipo de diseño de investigación descriptivo.

Participantes

El muestreo se realizó de forma aleatoria. La muestra estuvo constituida por 115 adolescentes de ambos sexos, entre 16 y 18 años, con un nivel de escolaridad de bachillerato, pertenecientes al Colegio Benigno Malo. Estas características de la muestra corresponden a los criterios de inclusión; además de tener el asentimiento informado del participante firmado por parte de su representante legal. Uno de los criterios de exclusión fue que los adolescentes no respondieran de forma correcta el cuestionario, y que dicho asentimiento no haya sido firmado.

Instrumento

El cuestionario “Sucesos de Vida” surge a partir de la escala desarrollada por Coddington (1972) y modificada por Butcher, Williams, Graham, Archer, Tellegen, BenPorath y Kaemmer (1992). Este instrumento permite detectar problemas emocionales en adolescentes de 13 a 18 años.

La versión final del cuestionario “Sucesos de Vida” de Lucio & Durán, (2003) que se utilizó en esta investigación incluyen 129 reactivos agrupados en 7 áreas: Familiar, Social, Personal, problemas de conducta, Logros y fracasos, Salud y Escolar, además



contiene una pregunta abierta. Las diversas áreas consideradas por el instrumento no tienen el mismo número de reactivos; para configurar esta versión se partió de lo establecido teóricamente, de los datos empíricos, lo que los adolescentes consideran importante para ellos y la información que los expertos en el tema pensaron como esencial para comprender la transición de esta etapa del desarrollo.

El cuestionario presenta una pregunta abierta (pregunta 130) que investiga qué hace el adolescente para enfrentar los sucesos que le afectan. En este estudio no se considera a este reactivo ya que el mismo es de tipo cualitativo. Los 129 reactivos del cuestionario se dividen en positivos y negativos, se da un peso diferente a cada uno de acuerdo con esta clasificación; los reactivos negativos implican perjuicio en función del adolescente, los reactivos positivos denotan beneficio en función del adolescente. Este cuestionario puede diferenciar entre grupos de adolescentes sin patología y aquellos que presentan problemas.

Los sucesos de vida se han clasificado en los adolescentes de acuerdo a lo establecido por Seiffge-Krenke (1998) como sucesos normativos y no normativos; los primeros son fáciles de predecir y bastante frecuentes, por lo que se perciben como medianamente estresantes y controlables, los segundos son eventos de vida significativos y críticos que aumenta la probabilidad de producir un desajuste en el adolescente.

Definición de las diferentes Áreas:

Área Familiar (Fam). Abarca sucesos relacionados con la comunicación y formas de interacción de los miembros de la familia con el joven.

Área Social (Soc). Investiga los roles que este desempeña en los grupos.

Área Personal (Per). Comprende los eventos relativos a la vida emocional, sexual, pasa tiempos, cambios físicos y psicológicos del adolescente.

Área de problemas de conducta (Pco). Incluye desde normas relacionadas con la escuela, hasta aquellas que implican problemas legales.



Área de logros y fracasos (LyF). Esta sección explora el alcance o no de metas del adolescente en diferentes actividades de su vida, así como pérdidas materiales.

Área de Salud (Sal). Incluye situaciones relacionadas con hábitos e higiene personal. *Área Escolar (Esc).* Concerniente al desempeño académico, su relación con maestros y compañeros, con cambios dentro del ámbito escolar.

Procedimiento

Este es un instrumento de autoinforme, las encuestadoras aplicaron el cuestionario de manera grupal, en total se visitaron seis cursos del Colegio Benigno Malo, dos cursos de primero, segundo y tercero de bachillerato de los cuales fueron seleccionados aleatoriamente 20 estudiantes, intentando que el grupo selecto contenga el mismo número de hombres y mujeres. A los estudiantes que fueron seleccionados se les informó previamente que serían parte del estudio y se les envió el consentimiento informado. Luego, durante el inicio de la aplicación las investigadores emitieron directrices a los adolescentes para que respondan el cuestionario de manera correcta, recalcando la instrucción que consiste en solamente rellenar el círculo de los sucesos de vida listados en el cuestionario que han sido experimentados por los estudiantes en un lapso no mayor a doce meses; los reactivos se puntúan mediante cuatro respuestas: a) cuando me sucedió y fue bueno, b) cuando me sucedió y fue malo, c) cuando me sucedió y fue indiferente y d) cuando no me sucedió. El tiempo empleado por los adolescentes evaluados para contestar el cuestionario fue aproximadamente de una hora.

Procesamiento y análisis de datos

La corrección de los cuestionarios fue de manera manual, para esto se dispone de un juego de plantillas, una para cada área, las cuales nos permiten obtener la puntuación correspondiente para cada uno de los reactivos; primero el grupo de los reactivos positivos que se presentan en cuadrados y después los negativos que aparecen en círculos. La puntuación respectiva a cada reactivo aparece en las plantillas. Luego, se obtiene el número correspondiente a la puntuación natural (suma de reactivos positivos de acuerdo a su calificación). En la hoja perfil se grafica



mediante una marca en la serie numérica pertinente para así obtener la puntuación T adecuada y poder identificar el nivel de riesgo.

Esta información fue ingresada en el programa Excel considerando la puntuación de cada uno de los cuestionarios en las diferentes áreas y el nivel de riesgo de las mismas. De igual manera se ingresó en la base de datos cada uno de los sucesos de vida presentes en el cuestionario por cada área, con la finalidad de identificar cuáles son los más frecuentes en la muestra. A partir de esto se obtuvo un total de cuantos adolescentes se identificaban con cada uno de los sucesos presentes en el cuestionario. Dicha información fue transformada en porcentajes.

Con el nivel de riesgo obtenido en cada una de las áreas se prosiguió a identificar cuantos adolescentes marcaban el siguiente puntaje T: Riesgo alto más de T70, riesgo medio entre T65 y T69 y riesgo bajo todo lo que se encuentre por debajo de T65. Con este dato se calculó el porcentaje de adolescentes que podrían presentar posibles alteraciones emocionales en las diferentes áreas.

Interpretación de los resultados obtenidos

Los resultados del presente estudio se muestran en dos momentos. En el primero, se describe los sucesos de vida estresantes más frecuentes en los adolescentes de acuerdo a cada área, y en el segundo se identifica las áreas negativas con mayor riesgo en la que los adolescentes pueden presentar alteración emocional. Para ello se toma en cuenta los tres sucesos de vida estresantes positivos y negativos experimentados con mayor frecuencia por parte de los estudiantes encuestados, en tanto que los otros no, debido a los alcances propuestos por esta investigación



Tabla 1.

Sexo	Edades			Total general
	16	17	18	
Femenino	24	16	16	56
Masculino	25	17	17	59
Total general	49	33	33	115

Se puede evidenciar que el estudio fue aplicado a 59 hombres y 56 mujeres que se encontraban dentro del rango de edad permitido. Como se ha mencionado anteriormente, el trabajo se realizó en la Unidad Educativa Benigno Malo, con un total de 115 estudiantes, seleccionados aleatoriamente teniendo en cuenta el rango de edad, del primero al tercero de bachillerato, sin importar la especialidad.

Descripción de los sucesos de vida estresantes más frecuentes

Tabla 2. Área Familiar Positivo

Área Familiar positiva	Total	Porcentaje	NOR	N-NOR
Me dieron permiso de salir con un(a) muchacho(a) por primera vez	36	31,30%	X	
Nacimiento de un hermano	29	25,21%		X
Mis abuelos vinieron a vivir por primera vez en mi casa	14	12,17%		X
Mis papás, que estaban separados, se volvieron a casar o volvieron a vivir juntos	7	6,08%		X

El suceso estresante que ocurre con mayor frecuencia es salir con un muchacho(a) por primera vez, siendo este un evento normativo. Esto puede suceder ya



que como dijo Arbor (2009), una tercera parte de los adolescentes experimentan estrés motivados por “las enormes expectativas de sus padres y la sociedad” y dos tercios experimentan síntomas del estrés al menos una vez a la semana.

El que los padres vuelvan a estar juntos casi no sucede, pues como explican los últimos datos del Instituto Nacional de Estadísticas y Censos (INEC) en los últimos 10 años se ha producido un aumento del 95,3% de divorcios.

Según Rosales y Espinosa (2009), el clima social en el que se desarrolla un individuo tiene una influencia importante en todas las etapas de su desarrollo personal y social. Se distingue a la familia como el espacio de formación psicosocial más importante en la conformación de la personalidad.

Tabla 3. Área Familiar Negativo

Área Familiar Negativo	Total	Porcentaje	NOR	N-NOR
Tuve serios desacuerdos con mi papá (mamá) o con ambos	57	49.56%		X
Disminuyeron los ingresos de la familia	50	43.47%		X
No me dan permiso de salir con mis amigos	41	35.65%	X	
Me castigaron injustamente	38	33.04%	X	
Un miembro de la familia tiene una enfermedad grave	36	31.30%		X
Se murió mi mascota	29	25.21%		X
Mi mamá empezó a trabajar fuera de casa	28	24.34%		X
Muerte de algún(a) abuelo(a)	28	24.34%		X



Mi mascota se enfermó	28	24.34%	X	
Empecé a realizar una actividad que no me gustaba, sólo por darle gusto a mis papás	24	20.87%	X	
Los pleitos entre mis papás empeoraron	22	19.13%		X
Fui golpeado por algún miembro de mi familia	22	19.13%		X
El trabajo de mi papá cambió y está más tiempo fuera de casa	21	18.26%	X	
Mi papá o mamá fue hospitalizado(a) por una enfermedad seria	19	16.52%		X
Mis padres se separaron o divorciaron	18	15.65%		X
Mi padre tuvo una enfermedad importante o estuvo enfermo por un largo período	18	15.65%		X
Mi padre se fue de la casa	14	12.17%		X
Un miembro de la familia se está muriendo	14	12.17%		X
Algún hermano(a) se fue de la casa	12	10.43%		X
Un miembro de la familia se suicidó	12	10.43%		X
Mi papá tuvo un problema emocional que requirió tratamiento	12	10.43%		X
Mi mamá perdió su trabajo	11	9.56%		X
Mi mamá tuvo un problema emocional que requirió tratamiento	11	9.56%		X
Mi papá perdió su trabajo	10	8.69%		X
Una hermana soltera se embarazó o un hermano soltero embarazó a una chica	10	8.69%		X



Mi papá fue enviado a prisión por un año o más	9	7.82%	X
Mi hermano(a) fue encarcelado(a)	6	5.21%	X
Un(a) hermano(a) fue hospitalizado(a) por una enfermedad seria	6	5.21%	X
Me fui de la casa	6	5.21%	X
Mi papá se casó de nuevo	5	4.34%	X
Mi madre se fue de la casa	4	3.47%	X
Mi mamá se casó de nuevo	4	3.47%	X
Murió un(a) hermano(a)	4	3.47%	X
Mi mamá fue enviada a prisión por un año o más	3	2.60%	X
Murió mi papá	3	2.60%	X
Murió mi mamá	3	2.60%	X
Me corrieron de la casa	2	1.73%	X

Durante el desarrollo de la adolescencia media, el factor autonomía va ganando progresivamente mayor individualización, éste, conlleva componentes afectivos, conductuales y cognitivos. Como lo indican Martínez, Cumsille & Molina (2009) en el desarrollo afectivo el adolescente va adquiriendo independencia que lo distancia emocionalmente de los padres, se incrementa su capacidad para la toma de decisiones, aunque ellas pueden ser correctas o incorrectas, perciben las relaciones familiares de manera más simétrica, motivos por los cuales las interacciones cotidianas pueden estar marcadas por desacuerdos y diferencias de opinión.

Según El Universo (2016), datos del Instituto Nacional de Estadísticas y Censos (INEC) indican que entre marzo del 2015 y marzo del 2016 el número de desempleados en Ecuador paso de 282.967 a 448.990, dicha afectación al empleo se



ha registrado de manera mucho más directa en el sector Urbano, según este mismo organismo; esto explicaría que el reactivo “Disminuyeron los ingresos de la Familia” sea un suceso de vida estresante experimentado por los adolescentes analizados.

Tabla 4. Área social Positivo

Área Social Positivo	Total	Porcentaje	NOR	N-NOR
Mejoraron mis relaciones con otras personas	85	73.91%	X	
Conocí nuevos amigos(as)	80	69.56%	X	
Comparto más tiempo con mis amigos(as) o compañeros(as)	79	68.69%	X	
Tuve un reencuentro con mis amigos(as)	71	61.73%	X	
Conocí a alguien que me da buenos consejos	69	60.00%	X	
Empecé a tener novio(a)	63	54.78%	X	
Participé en un evento deportivo	49	42.60%	X	
Dejé de frecuentar malas compañías	41	35.65%	X	
Cambié de novio(a)	34	29.56%	X	
Ingresé a un nuevo equipo de juego	28	24.34%	X	
Mejoraron las relaciones con mi novio(a)	21	18.26%	X	

Los estudiantes analizados, con mayor frecuencia señalan los reactivos antes mencionados ya que en edades comprendidas entre los 16 y 18 años, se continúa en busca de un sentido de pertenencia, razón por la que los adolescentes desean ser parte con mayor arraigo de un grupo social. Según Rice (2000 en Frago T y Alcantara M, 2012) propone que existen seis necesidades importantes en el desarrollo social del adolescente, entre ellas: necesidad de formar relaciones afectivas



significativas y satisfactorias, necesidad de ampliar las amistades de la niñez conociendo a personas de diferente condición social, experiencias e ideas.

Tabla 5. Área Social Negativo

Área Social Negativo	Total	Porcentaj		
		e	NOR	N-NOR
Dejé de ver a algunos amigos(as)	53	46,08%	x	
Fui asaltado(a) o golpeado(a)	46	40,00%		x
Rompí con mi novio(a)	37	32,17%	x	
Se fue mi mejor amigo(a) (se cambió)	34	29,56%	x	
Murió un(a) amigo(a) cercano(a)	33	28,69%		x
Empeoraron las relaciones con mi novio(a)	31	26,95%	x	
Empeoraron las relaciones con mis amigos(as)	25	21,73%	x	
Me empecé a juntar con malas compañías	21	18,26%		x
Un amigo(a) de la familia se suicidó	15	13,04%		x
Un amigo(a) de la familia está muriendo	10	8,69%		x

En el área social el suceso que sucede con mayor frecuencia es el dejar de ver amigos, pues como lo explica Jackson y Rodríguez (1993), para la mayoría de la gente joven, la etapa de los años adolescentes incluye una expansión en cuanto al rango y complejidad de su vida social. La naturaleza de las relaciones con sus padres cambia a medida que los adolescentes tratan de adquirir una independencia mayor. Los compañeros comienzan a ocupar un papel central en muchas áreas de la vida del joven y se exploran nuevas posibilidades de relación con los pares. El tiempo que se está con la familia disminuye y aumenta el que se pasa con los amigos o solo. Surge el interés y



participación en las relaciones sexuales, lo que influye cada vez más sobre las actividades sociales.

Tabla 6. Área Personal Positiva

Área Personal Positiva	Total	Porcentaje	NOR	N-NOR
Tengo más responsabilidades	67	58,26%	X	
Empiezo a cambiar físicamente	60	52,17%	X	
Tengo más libertades	50	43,47%	X	
Tuve relaciones sexuales por primera vez	33	28,69%	X	
La curiosidad sexual me llevó a mi primera relación sexual	29	25,21%	X	
Menstrué por primera vez	26	22,60%	X	
Empecé a trabajar medio tiempo	20	17,39%	X	

El tener más responsabilidades, es uno de los sucesos más frecuentes en la adolescencia, así como el cambiar físicamente o tener más libertad, esto se debe a que como lo menciona Kavsek y Seiffge-Krenke (1996), las tres mayores áreas de cambios y retos que enfrenta el individuo durante la adolescencia son los procesos fisiológicos, los procesos cognoscitivos y los cambios psicológicos o emocionales; sin embargo, la mayoría de los adolescentes supera esta difícil etapa del desarrollo sin ayuda profesional.

Los adolescentes según Martínez (2012), son personas inestables, inseguras y están sufriendo muchos cambios hormonales a nivel biológico. En muchos casos la primera experiencia sexual “es como un rito de paso para sentirse mayor, sienten una presión social muy fuerte al estar en una edad en la que ni son niños ni son adultos y



sufren la necesidad, casi ansiedad, de pasar 'la prueba de la primera vez' y sentirse mayores.

A pesar de que la etapa misma por la cual atraviesan los adolescentes podría ser estresante, tienen la capacidad implícita de afrontar adecuadamente las diferentes circunstancias negativas de las cuales son objeto convirtiéndolas en positivas.

Tabla 7. Área Personal Negativo

Área Personal Negativo	Total	Porcentaje	NOR	N-NOR
Me deprimí	66	57,39%	X	
Tuve una desilusión amorosa	63	54,78%	X	
No duermo lo suficiente	63	54,78%		X
Casi no tengo tiempo libre	56	48,69%	X	
No tengo dinero	53	46,08%	X	
Tuve cambios negativos en mi forma de ser	49	42,60%	X	
Siento rechazo de algunos maestros	28	24,34%		X
He pensado en matarme	18	15,65%		X
Abusaron sexualmente de mí o fui violada(o)	8	6,95%		X
Soy lastimado(a) o alguien abusa de mí físicamente	8	6,95%		X
Tuve un aborto provocado (si eres mujer) o mi novia tuvo un aborto provocado (si eres hombre)	8	6,95%		X
Me embaracé (si eres mujer)	6	5,21%		X
Tuve un hijo	5	4,34%		X



Me casé	3	2,60%	X
Tuve contacto sexual con una persona de mí mismo sexo	1	0,87%	X

Durante este periodo los jóvenes experimentan con mayor frecuencia cambios en el estado de ánimo, son idealistas, tendientes a la fantasía, desean iniciar relaciones románticas. Si el adolescente llega a percibir que sus anhelos no se materializan puede mostrarse melancólico, aunque, esta manera de responder a su medio ambiente se considera como algo normativo, tienen una mayor susceptibilidad ante las desilusiones amorosas, lo que podría llevar a una infravaloración de la propia valía, dependiendo claro, de las significaciones asociadas a estos acontecimientos. El suceso “No duermo lo suficiente”, posiblemente se explica, ya que si el adolescente está deprimido y con preocupaciones relativas a desilusión amorosa (o de cualquier otra índole), estos pensamientos mantendrían una activación cognitiva de corte rumiativo que imposibilitaría conciliar un sueño reparador.

Tabla 8. Área de Problemas de Conducta

Área de Problemas de Conducta	Total	Porcentaje	NOR	N-NOR
Me peleé en la escuela	43	37,39%	X	
Me fui de pinta	40	34,78%	X	
Perdí la calma y le hice daño a alguien	39	33,91%		X
Me sorprendieron haciendo trampa	32	27,82%	X	
Tomé drogas	23	20,00%		X
Provoqué un accidente	12	10,43%		X
Estoy en libertad condicional	11	9,56%		X
Robé algo valioso	9	7,82%		X
Estuve condicionado(a) en la escuela	9	7,82%		X
Me suspendieron de la escuela	7	6,08%		X
Me castigaron por haber robado	6	5,21%		X



Me expulsaron de la escuela o de algún curso	2	1,73%	X
Fui encarcelado por robar	2	1,73%	X

Los trastornos del comportamiento perturbador –trastornos de la conducta– en la adolescencia engloban un conjunto de conductas que implican oposición a las normas sociales y a los avisos de las figuras de autoridad, cuya consecuencia más destacada es el fastidio o la perturbación, más o menos crónica, de la convivencia con otras personas: compañeros, padres, profesores y personas desconocidas (Fernández y Olmedo, 1999).

Así se puede evidenciar que las conductas que se presentan con mayor frecuencia en los adolescentes son pelearse en el colegio o el irse de pinta (ranclarse), como eventos normativos.

Como lo explica Díaz y Díaz-Sibaja (2005), hay que considerar que ciertas conductas perturbadoras cumplen una función en las distintas etapas del desarrollo. Así en la adolescencia estos eventos que generan estrés, ayudan a que los adolescentes aprendan que estas conductas tienen consecuencias en los demás, en ellos mismos además comprueba sus propios límites. Los padres deben potenciar la independencia en ciertos hábitos y áreas, para lograr la autonomía de los adolescentes.



Tabla 9. Área de Logros y Fracasos Positiva

Área de Logros y Fracasos Positiva	Total	Porcentaje	NOR	N-NOR
Tuve un logro personal sobresaliente	64	55.65%	X	
Salí de vacaciones	44	38.26%	X	
Gané un premio deportivo importante	37	32.17%	X	
Saqué mi certificado	16	13.91%	X	
Dejé de consumir drogas	11	9.56%		X
Deje de robar	8	6.95%		X
Conseguí mi primer empleo de tiempo completo	6	5.21%		X
Obtuve mi permiso o licencia de manejo	5	4.34%	X	

La adolescencia es una época en que la gente joven asume nuevas responsabilidades y experimenta una nueva sensación de independencia. Los jóvenes buscan su identidad, aprenden a poner en práctica valores aprendidos en su primera infancia y a desarrollar habilidades que les permitirán convertirse en adultos atentos y responsables (UNICEF, 2002).

Debido a que la adolescencia es una época de experimentación la gran mayoría de adolescentes persiguen nuevas experiencias y aprendizajes, ponen a prueba sus capacidades, reconocen sus limitaciones, se involucran con prácticas deportivas, en este sentido, el despliegue de lo anteriormente expresado lleva al adolescente a vivenciar los logros aunque sean mínimos como muy importantes tanto en ámbitos personales y sociales.



Tabla 10. Área de Logros y Fracazos Negativo

Área de Logros y Fracazos Negativo	Total	Porcentaje	NOR	N-NOR
No he podido conseguir lo que he querido	65	56.52%	X	
Tuve un fracaso (en la escuela, deportes o alguna otra actividad)	47	40.87%	X	
Perdí algo muy preciado	47	40.87%		X
Abandoné mi trabajo	10	8.69%		X
Perdí mi empleo	4	3.478%		X

En ocasiones el pensamiento todo o nada marca los posicionamientos de los adolescentes con respecto a sus logros y fracasos, éstos, pueden ser evaluados como algo estático e inmodificable y no como un proceso, dicha distorsión produciría que el sujeto polarice su valoración sin tomar en cuenta otros datos de interés sobre su accionar. Algunas de las pérdidas que vivencian los adolescentes suelen estar cognitivamente maximizadas y asociadas a estados emocionales intensos, así, en varias ocasiones, ante cualquier pérdida por más pequeña que resulte, ella será interpretada como algo extraordinario.

Tabla 11. Área de Salud positiva

Área de Salud Positiva	Total	Porcentaje	NOR	N-NOR
Dejé de fumar	29	25,21%	X	
Me enviaron con un psicólogo o terapeuta	27	23,47%		X

Se aprecia que una cuarta parte de los adolescentes encuestados dejaron de fumar o asistieron a un psicólogo o terapeuta. Estos eventos son considerados positivos ya que empoderan a los adolescentes provocando que los mismos asuman las



consecuencias de sus actos. Los jóvenes hoy en día están comenzando a fumar a una muy temprana edad reduciendo su calidad de vida (cuestión de la que no están muy conscientes). Razón por la cual solo el 25,21% han dejado de hacerlo.

Según Alava (2015), a los adolescentes les cuesta interiorizar las normas y los límites, les cuesta obedecer, cuestionan la autoridad, retan a los padres... y estos se ven muchas veces desbordados por la situación, necesitan ayuda para solventar el problema, o se plantean que tiene que haber una forma más fácil de conseguir el buen funcionamiento diario. En estas situaciones, el desgaste emocional, tanto para los padres como para los hijos, es muy fuerte por lo que conviene ir al psicólogo.

Tabla 12. Área de Salud Negativa

Área de Salud Negativo	Total	Porcentaje	NOR	N-NOR
Subí mucho de peso	37	32,17%		X
Abusé del alcohol	32	27,82%	X	
Tuve un accidente	30	26,08%		X
Empecé a fumar	28	24,34%	X	
Me enfermé seriamente y pasé un tiempo en el hospital	24	20,87%		X
Bajé mucho de peso	21	18,26%		X
Empecé a consumir drogas	18	15,65%		X
Mis amigos (as) me indujeron a las drogas	18	15,65%		X
Tengo problemas con las drogas	9	7,82%		X
Me hospitalizaron por sobre dosis	2	1,73%		X

Durante la adolescencia, ser aceptado por los demás se convierte en una necesidad psicológica fundamental. Esta necesidad de aceptación tan intensa "se debe



a los estereotipos y valores que caracterizan la cultura occidental", considera Calvete (2008).

Sumell (2013), afirma que un adolescente tiene problemas para que le acepten socialmente por lo que cambia sus conductas, aunque estas afecten a su salud, produciendo grandes niveles de estrés. Dentro del área de salud, en los adolescentes se producen eventos estresantes como subir mucho de peso o abusar del alcohol.

A medida que se van a haciendo mayores, las chicas se ven más con sobrepeso y los chicos con un índice de masa corporal mayor (Moreno, 2012.). De esta forma se explica la razón de porque los adolescentes creen haber subido de peso, sin embargo esto es solo una percepción, pues es un evento considerado normal en la adolescencia.

Becoña (2000), explica que el consumo de drogas constituye un importante fenómeno social que afecta especialmente a los adolescentes, la prevalencia del uso y abuso de drogas en la etapa adolescente y adultez temprana son altas, ante la alta disponibilidad, en la actualidad los adolescentes tienen que aprender a convivir con las drogas, tomando decisiones sobre su consumo o la abstinencia de las mismas. El proceso de socialización, con la familia, amigos, escuela y medios de comunicación es importante en ello. La percepción de riesgo y los factores de riesgo, junto al ocio, tiempo libre y vida recreativa, son elementos que debemos considerar para comprender esta problemática.



Tabla 13. Área Escolar Positiva

Área Escolar Positiva	Total	Porcentaje	NOR	N-NOR
Empecé la secundaria o la preparatoria	62	53.91%	X	
Participé en un evento académico	52	45.21%	X	

En estos resultados se evidencia que el mayor número de encuestados tiene una edad de 16 años, ya que, la edad de ingreso al bachillerato es aproximadamente a los 15 años de edad. Sobre el segundo reactivo, parece ser, que el hecho de ingresar a experimentar en la secundaria movilizaría a que los sujetos se inmiscuyan en actividades de esta índole.

Tabla 14. Área Escolar Negativo

Área Escolar Negativo	Total	Porcentaje	NOR	N-NOR
Tuve problemas en la escuela con algún(os)maestro(s)	56	48.69%	X	
Reprobé un examen o un curso importante	14	12.17%	X	
Reprobé o repetí un año escolar	12	10.43%		X
Abandoné la escuela	4	3.47%		X

La educación moderna requiere que las metodologías docentes se adapten a los chicos de la actualidad, también que el maestro conozca sobre manejos de grupo y técnicas para la resolución de conflictos que se pueden originar entre los miembros del sistema, la falta de estas capacidades profesionales por parte de los docentes de secundaria sumada a las resistencias del adolescente propiciarían que se generen problemáticas entre maestros y estudiantes en ciertos momentos del proceso enseñanza-aprendizaje.



Hay un porcentaje relativamente aceptable de adolescentes que han obtenido una mala nota o han reprobado un examen, esto se explica según Ruiz (2013), ya que un adolescente tiene problemas “escolares” cuando están presentes problemas emocionales que afectan a su aprovechamiento escolar. Cuando los problemas escolares persisten en el tiempo, se puede llegar al fracaso escolar, con implicaciones para el desarrollo biopsicosocial del individuo y su entorno.

Descripción de las áreas más afectadas por sucesos estresantes

En este punto de la investigación la atención se dirige a determinar la posibilidad de riesgo en cada área negativa. Porque “Son los sucesos negativos los que se consideran para determinar la posibilidad de riesgo o alteración; los positivos se encuentran, hasta cierto punto, en fase experimental pues deben hacerse estudios posteriores para demostrar si existe correlación entre ellos y presentar equilibrio emocional, a pesar de haber pasado o no por experiencias traumáticas o estresantes” (Lucio y Durán, 2003).

Tabla 15. Área Familiar

Familiar	Negativo	%
< 65	55	47,82
65-69	15	13,04
> 70	45	39,13

El Área familiar Negativo resulta ser el área con mayor riesgo en la que los adolescentes pueden presentar alteraciones emocionales, según la evaluación afectiva que la muestra hace de los sucesos de vida correspondientes al cuestionario. Al observar estos datos se evidencia que más de la mitad de adolescentes no tienen riesgo de alteración emocional en esta área, lo cual a su vez nos indica que éstos



tienen mayores estrategias de afrontamiento, debido quizás, al apoyo que reciben los jóvenes por parte de su entorno familiar. Sin embargo un alto porcentaje de estudiantes de bachillerato presenta alto riesgo para la aparición de alteraciones emocionales y un bajo nivel de factores protectores dentro de su sistema familiar. Como lo indican Heredia, Lucio & Suárez (2011), las relaciones familiares pueden ser determinantes en la vida de los adolescentes, estas constituyen el medio en el cual se desarrollan los vínculos afectivos primarios, que van a influir, en gran medida, con el tipo de vínculo y forma de relacionarse que establezcan posteriormente. Estas relaciones representan la primera fuente de sustento y apoyo de los adolescentes, a la vez que brindan estrategias para afrontar las situaciones estresantes y problemáticas.

Tabla 16. Área Social

Social	Negativo	%
< 65	66	57,39
65-69	16	13,91
> 70	33	28,69

Los datos indican que el mayor número de encuestados no presenta riesgo de alteración emocional, debido quizás, a que los sucesos experimentados en su ambiente social son nutricios. Por otro lado, más de una cuarta parte de estudiantes se encuentran por sobre T70, lo que indica que estos jóvenes han vivenciado sucesos de vida estresantes en el entorno social, posiblemente por una serie de cambios que surgen en el contexto de las interacciones, estas pueden ser inadecuada entre el grupo de iguales. Las grandes presiones que ocurren en la sociedad actual han contribuido al incremento de situaciones generadoras de estrés también en el adolescente, que sumadas a los cambios propios de su desarrollo, han incrementado en número de factores que ponen en riesgo la estabilidad tanto física como emocional de este sector de la población. (Lucio, Barcelata, Durán & Villafranca, 2004).



Tabla 17. Área Personal

Personal	Negativo	%
< 65	74	64,34
65-69	16	13,91
> 70	25	21,73

En lo referente a esta área se visualiza que el mayor número de adolescentes no presenta riesgo, sin embargo una quinta parte de estos jóvenes si presenta un riesgo de adquirir alteración emocional, si se compara este resultado con el de otras áreas negativas como Familiar y Social, se identifica que en el Área personal Negativo los encuestados han vivenciado menos sucesos de vida estresantes. Se afirma que todas las personas nacen con la capacidad de enfrentar las demandas de la vida cotidiana, con el fin de “desarrollar habilidades sociales comunicativas, conciencia crítica, autonomía, y propósitos para el futuro, se debe mencionar que estas habilidades tienen características individuales y, ante un gran número de adversidades, pueden no estar presentes. (Munist, Suárez, Krauskopf, & Silber, 2007).

Tabla 18. Problemas de conducta

**Problemas
de**

conducta	Positivo	%
< 65	77	66,95
65-69	16	13,91
> 70	22	19,13

En la adolescencia surgen varios problemas y los mismos se pueden complicar porque aparecen en una etapa de la vida turbulenta en la que surgen conflictos y tensiones con facilidad. Muchos de los problemas de los adolescentes no son graves ni



duraderos, es frecuente encontrar adolescentes rebeldes, con conductas antisociales, que consumen alcohol, droga, son impulsivos y que tienen poca o ninguna tolerancia a la frustración. Es por ello que podemos observar que un 19% de los adolescentes encuestados presenta un nivel de riesgo alto, aunque se observa que la mayoría de los adolescentes poseen una buena capacidad de afrontamiento, se debe buscar fortalecer la resiliencia en los mismos.

Tabla 19. Área de Logros Y Fracasos

Logros y Fracasos	Negativo	%
< 65	105	91,30
65-69	5	4,34
> 70	5	4,34

La adolescencia es una etapa transitoria que fortalece las habilidades cognitivas, sociales y afectivas de los jóvenes. Los prepara para afrontar la vida adulta, sus retos, logros y tropiezos. Durante este periodo, los seres humanos establecen metas que buscan alcanzar en distintas áreas de su vida. Como se puede observar no existe un riesgo dentro de esta área, por lo que a pesar de que los adolescentes puedan experimentar fracasos de diferentes tipos, cuentan con estrategias necesarias para afrontarlo.

Tabla 20. Área de Salud

Salud	Negativo	%
< 65	82	71,30
65-69	2	1,73
> 70	31	26,95



Como se puede observar un alto porcentaje se encuentra sin riesgo, es decir no presentan problemas de salud, sin embargo aquellos que presentan riesgo, puede ser por como lo explica Sumell (2013), un adolescente tiene problemas para que le acepten socialmente por lo que cambia sus conductas, aunque estas afecten a su salud, produciendo grandes niveles de estrés.

Tabla 21. Área Escolar

Escolar	Negativo	%
< 65	97	84,34
65-69	9	7,82
> 70	9	7,82

Y finalmente, con respecto al ámbito escolar se pudo observar que hubo un 84.34% de estudiantes que manifestó no estar en riesgo, sin embargo el 7.82% presenta un alto riesgo, y el mismo porcentaje se encuentra en riesgo medio. Aunque es un porcentaje alto quienes están sin riesgo, es importante atender el pequeño grupo de estudiantes que presentan riesgo alto, a fin de mejorar las dificultades y aumentar el rendimiento académico.

Discusión

Como ya se mencionó y demostró en las tablas precedentes, tanto el Objetivo General, como los específicos, se alcanzaron ampliamente. Se logró determinar cuáles son los sucesos de vida estresantes frecuentes en los adolescentes de bachillerato, para ello se evaluó y se describió los sucesos estresantes y se determinaron cuáles son las áreas más afectadas. Además los objetivos se ampliaron, pues se logró determinar el nivel de riesgo que existe en los adolescentes, el cual predice la probabilidad de sufrir algún tipo de alteración de tipo emocional o psicológica en las áreas evaluadas de acuerdo con lo mencionado por Lucio & Durán (2003).



Entre las tablas 15 a 21, se puede obtener un promedio general del nivel de riesgo que experimentan los adolescentes evaluados. El 69.06% indica que la población adolescente se encuentra “sin riesgo” para todas las áreas, lo cual puede sugerir que los adolescentes tienen baja posibilidad de sufrir una alteración de tipo emocional o psicológica. Estos jóvenes pueden presentar un buen nivel de afrontamiento que les permite tener una mejor adaptación a las diferentes situaciones o circunstancias adversas propias de su etapa de desarrollo y su cotidianidad. El 9.81% de los adolescentes se encuentran en “riesgo medio”, lo cual indica que los jóvenes experimentan más sucesos estresantes de lo normal, según Lucio & Durán (2003). Y por último, el 21.11% de los adolescentes se encuentran en “riesgo alto”, lo cual indica que pueden estar expuestos a sufrir algún tipo de alteración emocional o psicológica.

Los sucesos que ocurren con mayor frecuencia se encuentran dentro de las áreas, familiar, social y de salud, confirmando que estas son las áreas donde existe mayor nivel de riesgo. Los sucesos que ocurren influyen así mismo de forma positiva como negativa en la vida de los adolescentes, estos son tanto eventos normativos como no normativos, sin que exista una prevalencia de alguno de ellos.

Los sucesos están relacionados directamente con situaciones típicas de la adolescencia, predominando acorde a cada área: conflictos con los padres, ansiedad por nuevas experiencias en la vida social y sentimental, independencia y responsabilidad adquirida, tristeza, problemas en el ámbito académico, nuevos logros, frustración y cambios físicos.

Esto se podría explicar según lo expuesto por Rosales y Espinosa (2009), quien refiere que el clima social en el que se desarrolla un individuo tiene una influencia importante en todas las etapas de su desarrollo personal y social, además, se distingue a la familia como el espacio de formación psicosocial más importante en la



conformación de la personalidad. Diversos estudios sobre la familia se interesan en su dinámica, pero también han señalado la posibilidad de que según el tipo de miembros que la constituyan determinará problemas diversos en las relaciones interpersonales.

Acorde a la investigación realizada por Lucio, Barcelata, Durán, y Villafranca (2004) en México, se puede observar que existen coincidencias en las áreas en las que los jóvenes presentan mayor prevalencia de sucesos estresantes, pues los sucesos no normativos, estuvieron en el área familiar en donde los muchachos y muchachas mexicanas reportaron un mayor número de sucesos, al igual que en nuestro contexto. El mayor nivel de riesgo se encontró en las áreas personal, familiar y escolar. Es decir los resultados indican que el contexto sociocultural de ambos grupos es relativamente similar por lo existe una prevalencia de sucesos estresantes en las mismas áreas, con la diferencia de que los adolescentes mexicanos presentan la área escolar afectada mientras que los del contexto ecuatoriano presentan el área social.

Según la UNICEF (2002), la adolescencia es una de las fases de la vida más fascinantes y quizás más complejas, una época en que la gente joven asume nuevas responsabilidades y experimenta una nueva sensación de independencia. Cuando los adolescentes reciben el apoyo y el aliento de los adultos, se desarrollan de formas inimaginables, convirtiéndose en miembros plenos de sus familias y comunidades y dispuestos a contribuir.

Llenos de energía, curiosidad y de un espíritu que no se extingue fácilmente, los jóvenes tienen en sus manos la capacidad de cambiar los modelos de conducta sociales negativos y romper con el ciclo de la violencia y la discriminación que se transmite de generación en generación. Con su creatividad, energía y entusiasmo, los jóvenes pueden cambiar el mundo de forma impresionante, logrando que sea un lugar mejor, no sólo para ellos mismos sino también para todos.



Por las razones anteriormente mencionadas es importante comprobar la relación que existe entre las áreas evaluadas y el riesgo de padecer alguna alteración emocional y psicológica, pues nos lleva a reflexionar sobre qué acciones se pueden seguir para que los adolescentes resuelvan, de forma más positiva los problemas que se le presentan, y no se afecte su bienestar. Hay que actuar a nivel preventivo tanto con padres como con los jóvenes, para concientizar sobre las problemáticas a las que actualmente nos estamos enfrentando y buscar nuevas soluciones.

Se han obtenido datos e información que aportan caminos a seguir para futuras investigaciones, referente a la Adolescencia, el Estrés y la Resiliencia, brindando la oportunidad de reportar datos que nos ayuden a comprender mejor estas áreas, con datos provenientes de la realidad del adolescente cuencano – ecuatoriano.



Conclusiones

Las áreas de funcionamiento que mayor nivel de riesgo presentan frente a los sucesos de vida evaluados a través del Cuestionario Sucesos de Vida corresponden al área familiar, área social y área de salud. El porcentaje que mayor probabilidad tiene de presentar alguna alteración emocional es de 15.52%; dato que nos indica, que las diversas áreas en la que se desarrollan estos adolescentes presentan un mayor número de sucesos estresantes, lo cual sería indicio de que este porcentaje de la muestra tiene menores recursos de afrontamiento y resiliencia que a su vez serían reforzados y mantenidos por los sistemas en los cuales se encuentran insertos. El porcentaje de riesgo medio es de 7.95% y el porcentaje de riesgo bajo es de 53.04%, estos datos indican que más de la mitad de la muestra tiene un riesgo bajo de contraer alteración emocional por sucesos de vida estresantes.

Un 19.36% de la población percibe los sucesos de vida estresantes como “negativos”, lo cual puede revelar que estos jóvenes no presentan un buen nivel de afrontamiento, que les permita tener un mejor ajuste a las distintas adversidades propias de esta etapa. El 34.41% de la muestra percibe los sucesos de vida estresantes como “positivos”, dato que indicaría, que estos adolescentes presentan un buen nivel de afrontamiento que les permite tener una mejor adaptación a las distintas circunstancias de su vida.

De acuerdo con los resultados del presente estudio, las áreas negativas que reportan un mayor nivel de riesgo para presentar alteraciones emocionales, corresponden al área familiar, social y de salud. Dentro de estas áreas los sucesos de vida estresantes más comunes a la muestra son: “Tuve serios desacuerdos con mi papá (mamá) o con ambos”, “Disminuyeron los ingresos de la familia”, “No me dan permiso de salir con mis amigos” (Área familiar). “Deje de ver algunos amigos (as)”, “Fui asaltado (a) o golpeado (a)”, “Rompí con mi novio (a)” (Área social). “Subí mucho de peso”, “Abuse del alcohol”, “Tuve un accidente” (Área de salud). Se puede asumir que



las experiencias de los adolescentes en esta etapa de su desarrollo giran en torno a lo familiar y social, lo cual nos indica que estos sistemas juegan un papel importante tanto como sectores que pueden desencadenar alteración emocional o como espacios que brinden recursos de afrontamiento. En cuanto a los sucesos de vida que corresponden al Área de salud, estos datos serían indicio de que los adolescentes se encuentran expuestos a una de cambios fisiológicos-hormonales y cognitivo-afectivos, así como también, el deseo de experiencias nuevas puede llevar a los jóvenes a una serie de lesiones corporales.



Recomendaciones:

Las áreas familiar, social y de salud, son de mayor riesgo para que los adolescentes desarrollen alteración emocional según el presente estudio. Aunque, el porcentaje de riesgo alto para desencadenar alteración emocional es menor en comparación con otros porcentajes obtenidos en la investigación y el número de estudiantes que perciben negativamente los diferentes sucesos de vida como estresantes es bajo, es necesario que los profesionales de la salud, especialmente psicólogos generen intervenciones a nivel sistémico que contemple al individuo, a su sistema familiar, social y grupo de pares.

El sistema escolar juega un papel importante, por ello, se debe generar programas de promoción y prevención que permitan proteger a los adolescentes o minimicen dentro de lo posible la aparición de alteración emocional; La Unidad Educativa a través del DECE, debe brindar herramientas a padres para que a partir de un adecuado manejo de reglas, normas y límites los sistemas familiares se conviertan en ambientes de motivación y protección frente a las propia crisis del ciclo vital y a las demandas sociales.

También resulta significativo que la institución educativa intervenga a nivel de grupos de adolescentes y de ser necesario a nivel individual para dotar a los jóvenes de técnicas y estrategias en *resolución de problemas y habilidades sociales*, así como también en la concientización sobre la *propia responsabilidad* de los actos.

La educación moderna requiere que las metodologías utilizadas por los docentes se adapten a los chicos de la actualidad, es decir, sean más activas, promueva la interacción y estén basadas en un enfoque constructivista. Además el maestro debe conocer sobre manejos de grupo y técnicas para la resolución de conflictos que se pueden originar entre los miembros del sistema, ya que la carencia puede generar



problemáticas entre maestros y estudiantes en ciertos momentos del proceso enseñanza-aprendizaje.

Cabe destacar que los adolescentes tienen derechos —tal como estableció en 1989 la Convención sobre los Derechos del Niño— y entre ellos se encuentra el derecho a la información y a adquirir conocimientos; a acceder a servicios, como la educación, la salud, los entretenimientos y la justicia; a un entorno seguro y estimulante, y a disponer de oportunidades para participar y expresar sus opiniones (UNICEF 2002). Estos derechos son acciones que contribuyen a fortalecer la resiliencia de los adolescentes y nuestro país al ratificar la Convención tiene la obligación de adoptar todas las medidas necesarias para garantizar estos derechos.

**Referencias bibliográficas:**

- Barcelata, B, Durán C, Gómez E. (2012). *Valoración subjetiva de los sucesos de vida estresantes en dos grupos de adolescentes de zonas marginadas*. México. Salud Mental, vol. 35, núm. 6, pp. 513-520
- Bermúdez, S.; Durán, M.; Escobar, C.; Morales, A.; Monroy, S.; Ramírez, A.; Ramírez, J.; Trejos, J.; Castaño. J.; y, Gonzales, S. (2006). *Evaluación de la relación entre rendimiento académico y estrés en estudiantes de Medicina*. Extraído de [http:// caribdis.unab.edu.co](http://caribdis.unab.edu.co)
- Cheung, S-k. (1995). *Life events, classroom environment, achievement expectation, and depression among early adolescents. Social behavior and personality*, 23 (1), 83-92.
- Flores, M. (2014). *Cambios físicos y emocionales en los adolescentes*. Tomado del portal Familias.com. Extraído de <http://familias.com/cambios-fisicos-y-emocionales-en-los-adolescentes-lo-que-todo-padre-deberia-saber>.
- Fragoso T, Alcantara M. (2012). *Influencia de los factores estresantes en el rendimiento escolar en alumnos de segundo de secundaria*. Udlondres. El 10/10/2015. En: http://www.udlondres.com/revista_psicologia/articulos/factores.htm
- Gore, S & Colten, M. (1991). *Adolescent stress, social, relationship and mental health*. En M.E. Colten y S. Gore (Eds.) *Adolescent stress: Causes and consequences* (pp. 1-14). Nueva York, NY, EUA: Aldine de Gruyter.
- Gore, S. Eckenrode, J. (2000). *Context and process in research on risk and resilience*. En R. J. Haggerty, L.R. Sherrod, N. Garmezy y M. Rutter. (Eds:) *Stress, risk, resilience in children and adolescents: Processes. Mechanism, and Intervention*. Nueva York, NY, EUA: Cambridge University Press.
- Heredia M; Lucio- Gómez E; Suárez-de la Cruz, L. (2011). *Depresión y sucesos de vida estresantes en adolescentes*, Revista Latinoamericana de Medicina Conductual, vol. 1. núm. 2. pp. 49-57.



- Hoffman M, Levy-shiff R, Sohlberg S, Zarizki J. (1992). *The impact of stress and coping: developmental changes in the transition to adolescence*. J Youth Adolescence, 21(4): pp. 451- 469
- Jackson, S. Rodriguez-Tomé, H. (1993). *Adolscence: expanding social world*. En Jackson, S. Rodriguez-Tomé. *Adolescence and its social worlds*. Hillsid, NJ, EUA: Lawrance Erlbaum Associates,Inc.
- Jiménez, M. (2000). *Competencia social: intervención preventiva en la escuela*. *Infancia y Sociedad*. Vol.24, pp. 21- 48.
- Lucio E, Barcelata B, Durán C, y Villafranca L. (2004). *Sucesos de Vida Estresantes: Un estudio transcultural de adolescentes venezolanos y mexicanos*. RIDEP. Vol. 17. N°1 pp. 123-138.
- López M, Gonzales N, Andrade P, Oudhof H. (2012). Depresión en adolescentes, El papel de los sucesos vitales estresante. *Salud mental*, Vol. 35, N°. 1, págs. 37-43
- Martínez J, Carro E, Gómez V. (2010). *Factores individuales del alumno como causa de bajo rendimiento escolar*. Rev. Esc. Med. Dr. J. Sierra. 24(2) pag. 2-8
- Meece, J. (2000) *Desarrollo del niño y del adolescente*. Compendio para educadores, SEP, México, D.F. pág. 101-127
- Ministerio de Inclusión Económica y Social. (2013). *Agenda para la igualdad de niñas, niños y adolescentes 2012-2013*. MIES. El 10/10/2015 en <http://www.inclusion.gob.ec/wp-content/uploads/downloads/2012/09/master-agenda-ni%C3%B1ez-2da-edicion.pdf>
- Organización Mundial de la Salud. (2015). *Salud de la madre, el recién nacido, del niño y del adolescente*. El 23/10/2015 en http://www.who.int/maternal_child_adolescent/topics/adolescence/dev/es/
- OPS/OMS (2006). *Descubriendo las voces de las Adolescentes: Definición de Empoderamiento desde la perspectiva de las adolescentes, Unidad de Salud del Niño y del Adolescente, Área Salud Familiar y Comunitaria*.
- Papalia, D., Wendkos, S y Duskin, R. (2007). *Psicología del desarrollo de la infancia a la adolescencia*, México. Novena Ed.



- Plunkett S, Radmacher K, Kimberly A, Moll–Phanara D. (2000). *Adolescent life events, stress and coping: A comparison of communities and genders. Professional School Counseling.* pp. 356–367.
- Sánchez M, Castellanos A. (2011). *Sucesos de vida y ansiedad en adolescentes con lesión medular en rehabilitación.* Rev Mex Med Fis Rehab Vol 2. N° 23 pp. 55-62
- Williams CI, Uchiyama C. (1989). *Assessment of life events during adolescence: The use of self-report inventories.* Adolescence. Spring. 24(93) pp. 95-118.
- Zambrano V. (2011). *Sentido y significados atribuidos al actuar delictivo por Adolescentes condenados a privación de libertad en el marco de la ley de responsabilidad penal adolescente.* Rev El Observador. N° 7. pp. 31-47