



**UNIVERSIDAD TECNOLÓGICA
INDOAMÉRICA**

FACULTAD DE CIENCIAS HUMANAS Y DE LA SALUD

CARRERA DE CIENCIAS PSICOLÓGICAS

TEMA:

**RASGOS DE PERSONALIDAD Y SU INFLUENCIA EN LAS
HABILIDADES DE AFRONTAMIENTO PARA ESTRÉS DE LAS
ASPIRANTES A POLICÍAS DEL CENTRO DE FORMACIÓN POLICIAL
CABO SEGUNDO VÍCTOR HUGO USHCA PACHACAMA**

Trabajo de Titulación previo a la obtención del Título de Psicóloga General.

Autor

Ortega Carrillo Bianca Belén

Tutor(a)

Ps. Cl. Andrea Susana Tobar Viera. Mg

Ambato - Ecuador

2019

APROBACIÓN DEL TUTOR DEL TRABAJO DE TITULACIÓN

Yo, Andrea Susana Tobar Viera, en mi calidad de tutor del trabajo de titulación nombrado por el Comité Curricular de la Facultad de Ciencias Humanas de la Salud de la Universidad Tecnológica Indoamérica:

Certifico:

Que el Trabajo de Titulación “RASGO DE PERSONALIDAD Y SU INFLUENCIA EN LAS HABILIDADES DE AFRONTAMIENTO PARA ESTRÉS DE LAS ASPIRANTES A POLICÍAS DEL CENTRO DE FORMACIÓN POLICIAL CABO SEGUNDO VÍCTOR HUGO USHCA PACHACAMA”, desarrollado por Ortega Carrillo Bianca Belén, estudiante de la Carrera de Psicología para optar por el Título de Psicología General ha sido revisado en todas sus partes y considero que dicho informe investigativo, reúne los requisitos técnicos, científicos y reglamentarios, para ser sometido a sustentación pública y evaluación por parte del tribunal Examinador.

Ambato, 02 de septiembre de 2019



Psi. Cl. Andrea Susana Tobar Viera. Mg

DECLARACIÓN DE AUTORÍA

El abajo firmate, en calidad de estudiante de la carrera de Psicología, declara que los contenidos, ideas, análisis, conclusiones y propuesta son de exclusiva responsabilidad de su persona como autor de este Trabajo de Titulación.

Ambato, 02 de septiembre de 2019



Bianca Belén Ortega Carrillo

C.C 180440847-2

**AUTORIZACIÓN POR PARTE DEL AUTOR PARA LA CONSULTA,
REPRODUCCIÓN PARCIAL O TOTAL, Y PUBLICACIÓN
ELECTRÓNICA DEL TRABAJO DE TITULACIÓN**

Yo, Bianca Belén Ortega Carrillo, declaro ser autor del Proyecto de Tesis, titulado “Rasgos de Personalidad y su Influencia en las Habilidades de Afrontamiento para estrés de las aspirantes a Policías del Centro de Formación Policial Cabo Segundo Víctor Hugo Ushca Pachacama” como requisito para optar al grado de “Psicólogo”, autorizo al Sistema de Bibliotecas de la Universidad Tecnológica Indoamérica, para que con fines netamente académicos divulgue esta obra a través del Repositorio Digital Institucional (RDI-UTI).

Los usuarios del RDI-UTI podrán consultar el contenido de este trabajo en las redes de información del país y del exterior, con las cuales la Universidad tenga convenios. La Universidad Tecnológica Indoamérica no se hace responsable por el plagio o copia del contenido parcial o total de este trabajo.

Del mismo modo, acepto que los Derechos de Autor, Morales y Patrimoniales, sobre esta obra, serán compartidos entre mi persona y la Universidad Tecnológica Indoamérica, y que no tramitaré la publicación de esta obra en ningún otro medio, sin autorización expresa de la misma. En caso de que exista el potencial de generación de beneficios económicos o patentes, producto de este trabajo, acepto que se deberán firmar convenios específicos adicionales, donde se acuerden los términos de adjudicación de dichos beneficios.

Para constancia de esta autorización, en la ciudad de Ambato, a los dos días del mes de septiembre de 2019, firmo conforme:

Autor: Bianca Belén Ortega Carrillo

Firma: 

Número de Cédula: 180440847-2

Dirección: Urb. “EMAPA”

Correo Electrónico: biancaortegacarrillo@gmail.com

Teléfono: 0995397692

APROBACIÓN TRIBUNAL

El trabajo de Investigación, ha sido revisado, aprobado y autorizada su impresión y empastado, sobre el Tema: **“RASGO DE PERSONALIDAD Y SU INFLUENCIA EN LAS HABILIDADES DE AFRONTAMIENTO PARA ESTRÉS DE LAS ASPIRANTES A POLICÍAS DEL CENTRO DE FORMACIÓN POLICIAL CABO SEGUNDO VÍCTOR HUGO USHCA PACHACAMA”**, previo a la obtención del Título de Psicólogo, reúne los méritos suficientes para ser sometido a disertación pública.

Para constancia firman:

.....
Ps. Edu. Silva Jiménez Norma Verónica. Mg
PRESIDENTE DEL TRIBUNAL

.....
Dr. Betancourt Ulloa Fernando Renato. Mg
VOCAL

.....
Ps. Cl. Márquez Altamirano Ana Carolina. Mg
VOCAL

Ambato, 14 de noviembre de 2019

DEDICATORIA

La presente investigación va dedicada a Dios por darme la sabiduría para poder culminar esta etapa de mi vida, a mis sobrinos Belén, Leonel, Darío y Uriel por ser quienes me han sabido brindar su fuerza y apoyo.

AGRADECIMIENTO

La gratitud es nuestra línea directa hacia a Dios y a la Familia, como no agradecer a mis padres por su apoyo incondicional a todos mis hermanos por su ejemplo y fortaleza que siempre me ha brindado y han sabido apoyarme a pesar de todas las adversidades.

ÍNDICE DE CONTENIDO

TEMA:.....	i
APROBACIÓN DEL TUTOR DEL TRABAJO DE TITULACIÓN.....	¡Error! Marcador no definido.
DECLARACIÓN DE AUTORÍA	¡Error! Marcador no definido.
AUTORIZACIÓN POR PARTE DEL AUTOR.....	¡Error! Marcador no definido.
APROBACIÓN TRIBUNAL.....	¡Error! Marcador no definido.
DEDICATORIA.....	vi
AGRADECIMIENTO.....	vii
RESUMEN EJECUTIVO	xii
ABSTRACT	¡Error! Marcador no definido.
INTRODUCCIÓN.....	1

CAPÍTULO I

EL PROBLEMA	2
Contextualización	3
Antecedentes.....	5
Fundamentaciones	6
Fundamentación Epistemológica	6
Fundamentación Psicológica.....	7
JUSTIFICACIÓN.....	8
OBJETIVOS.....	9
Objetivo General.....	9
Objetivos Específicos	9
MARCO CONCEPTUAL	10
Rasgos de Personalidad	10
Componentes de la personalidad.....	11
Tipos de rasgos.....	13
Habilidades de afrontamiento para estrés	14
Dimensiones de afrontamiento	15
Clasificación de los tipos de afrontamiento	17

Tipos de habilidades	20
----------------------------	----

CAPÍTULO II

METODOLOGÍA	22
Diseño del trabajo	22
Área de estudio	22
Enfoque	22
Población y muestra	23
Instrumentos de investigación	23
El Inventario de Personalidad N E O-F F I	23
Inventario de Respuestas de Afrontamiento al Estrés	24
Procedimientos para obtención y análisis de datos	25
Actividades	25

CAPÍTULO III

ANÁLISIS DE RESULTADOS	27
Diagnóstico de la situación actual	27

CAPÍTULO IV

CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES	43
CONCLUSIONES:	43
RECOMENDACIONES:	44
DISCUSIÓN	45

CAPÍTULO V

PROPUESTA	48
TEMA DE LA PROPUESTA:	48
JUSTIFICACIÓN	48
OBJETIVOS	49
GENERAL	49

ESPECÍFICOS	49
ANÁLISIS TEÓRICO	51
BIBLIOGRAFÍA.....	63

ÍNDICE DE TABLAS

Tabla N° 1: Muestra	23
Tabla N° 2: Resultados Neuroticismo	27
Tabla N° 3: Resultados Extroversión	28
Tabla N° 4: Resultados Apertura.....	30
Tabla N° 5: Resultados Amabilidad	31
Tabla N° 6: Resultados Responsabilidad	32
Tabla N° 7: Tipos de Afrontamiento	33
Tabla N° 8: Neuroticismo X Habilidades Utilizadas	34
Tabla N° 9: Prueba de chi-cuadrado - Neuroticismo X Habilidades Utilizadas	34
Tabla N 10: Extroversión X Habilidades Utilizadas	35
Tabla N 11: Pruebas de chi-cuadrado – Extroversión X Habilidades Utilizadas	36
Tabla N 12: Apertura X Habilidades Utilizadas	37
Tabla N° 13: Pruebas de chi-cuadrado – Apertura X Habilidades Utilizadas..	37
Tabla N° 14: Amabilidad X Habilidades Utilizadas	38
Tabla N° 15: Pruebas de chi-cuadrado – Amabilidad X Habilidades Utilizadas	39
Tabla N° 16: Responsabilidad X Habilidades Utilizadas	40
Tabla N 17: Pruebas de chi-cuadrado – Responsabilidad X Habilidades Utilizadas.....	40

ÍNDICE GRÁFICOS

Gráfico N° 1 : Muestra	23
Gráfico N° 2: Resultados Neuroticismo	27
Gráfico N° 3: Resultados Extroversión	29
Gráfico N° 4: Resultados Apertura	30
Gráfico N° 5: Resultados Amabilidad	31
Gráfico N° 6: Resultados Responsabilidad	32
Gráfico N° 7: Resultados Estrategia Utilizada	33
Gráfico N° 8: Resultados Neuroticismo X Habilidad Utilizada	35
Gráfico N° 9: Resultados Extroversión X Habilidad Utilizada	36
Gráfico N° 10: Resultados Apertura X Habilidad Utilizada	38
Gráfico N° 11: Resultados Amabilidad X Habilidad Utilizada	39
Gráfico N° 12: Resultados Responsabilidad X Habilidad Utilizada	41

ÍNDICE CUADROS

Cuadro N° 1: Plan Operativo	50
Cuadro N° 2: Taller I	53
Cuadro N° 3: Taller II	57
Cuadro N°4: Taller III	60

ANEXOS

Ilustración N° 1: Centro de Formación Policial	65
Ilustración N° 2: Aplicación de Reactivos.	65
Ilustración N° 3: Aplicación de Reactivos.	66
Ilustración N° 4: Aplicación de Reactivos.	66
Ilustración N° 5: Aplicación de Reactivos.	67
Ilustración N° 6: Oficio a la Institución	68
Ilustración N° 7: Primera Validación – Rasgos de Personalidad	69
Ilustración N° 8: Segunda Validación – Rasgos de personalidad	70
Ilustración N° 9: Tercera Validación – Rasgos de personalidad	71
Ilustración N° 10: Primera Validación – Habilidades de Afrontamiento	72
Ilustración N° 11: Segunda Validación - Habilidades de Afrontamiento	73
Ilustración N° 12: Tercera validación – habilidades de Afrontamiento	74

UNIVERSIDAD TECNOLÓGICA INDOAMÉRICA
FACULTAD DE CIENCIAS HUMANAS Y DE LA SALUD
CARRERA DE CIENCIAS PSICOLÓGICAS

TEMA: “RASGOS DE PERSONALIDAD Y SU INFLUENCIA EN LAS HABILIDADES DE AFRONTAMIENTO PARA ESTRÉS DE LAS ASPIRANTES A POLICÍAS DEL CENTRO DE FORMACIÓN POLICIAL CABO SEGUNDO VÍCTOR HUGO USHCA PACHACAMA”

AUTORA: Ortega Carrillo Bianca Belén.

TUTOR: Ps. Cl. Tobar Viera Andrea Susana. Mg

RESUMEN EJECUTIVO

La presente investigación tiene como finalidad identificar la influencia de los rasgos de personalidad en las habilidades de afrontamiento para Estrés de las aspirantes a Policías del Centro de Formación Policial Cabo Segundo Víctor Hugo Ushca Pachacama, cuyos objetivos son describir los rasgos de personalidad y determinar las habilidades de afrontamiento que presentan las estudiantes. Para la recolección de la información se aplicaron reactivos de acuerdo a las variables de estudio rasgos de personalidad el NEO FFI y de habilidades de afrontamiento el test INTERVALO DE AFRONTAMIENTO, a las 94 aspirantes del centro. La aplicación fue de forma colectiva y después del estudio de la prueba estadística chi cuadrado los resultados obtenidos indicaron que no hay influencia entre los rasgos de personalidad y las habilidades de afrontamiento para estrés ($p=,767$), se puede evidenciar que los rasgos de personalidad no ejercen ningún tipo de asociación entre las variables psicológicas; indicando que las aspirantes tienen un afrontamiento defensivo 86,2% a las circunstancias que se presentan diariamente. Siendo así el grado en que el individuo afronta las situaciones con demandas desbordantes de la vida cotidiana, centrado en sus emociones, humor y búsqueda de apoyo social. El rasgo de personalidad que más prevalencia se evidencio es el neuroticismo 23,4% caracterizado por ser un individuo ansioso, preocupado y excesivamente emocional. De acuerdo a estos hallazgos se plantea una propuesta para intervenir sobre las habilidades de afrontamiento para estrés en la población de estudio.

DESCRIPTORES: Estrés, Habilidades de afrontamiento, Rasgos de personalidad.

UNIVERSIDAD TECNOLÓGICA INDOAMÉRICA
FACULTAD DE CIENCIAS HUMANAS Y DE LA SALUD
CARRERA DE CIENCIAS PSICOLÓGICAS

**THEME: “PERSONALITY TRAITS AND ITS INFLUENCE ON STRESS
COPING SKILLS OF POLICE CANDIDATES OF THE ‘CABO SEGUNDO
VÍCTOR HUGO USHCA PACHACAMA’ POLICE TRAINING CENTER”**

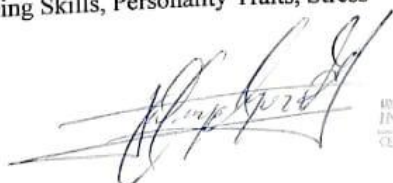

AUTHOR: Ortega Carrillo Bianca Belén.

TUTOR: Cl. Ps. Tobar Viera Andrea Susana. Mg

ABSTRACT

The purpose of this research is to identify the influence of personality traits in the Stress coping skills of the Police Officers candidates of the “Cabo Segundo Víctor Hugo Ushca Pachacama” Police Training Centre, whose objectives are to describe personality traits and determine coping skills presented by students. For the collection of the information, tests were applied according to the variables of personality traits; the NEO Five-Factor Inventory (NEO-FFI) and for coping skills the COPING INTERVAL test, to the 94 applicants of the centre. The application was collectively taken and after the study of the chi-square statistical test the results obtained indicated that there is no influence between personality traits and coping skills for stress ($p = ,767$), it can be evidenced that the traits of personality do not exert any type of association between psychological variables; indicating that the applicants have a defensive confrontation 86.2% to the circumstances that arise daily. Thus the degree to which the individual faces situations with overflowing demands of daily life, focused on their emotions, feelings and search for social support. The personality trait that was most prevalent was the 23.4% neuroticism characterized by being an anxious, worried and excessively emotional individual. According to these findings, a proposal to intervene on stress coping skills in the study population is proposed.

KEYWORDS: Coping Skills, Personality Traits, Stress



UNIVERSIDAD TECNOLÓGICA
INDOAMÉRICA
CENTRO DE ASESORÍA

INTRODUCCIÓN

El presente proyecto tiene como objetivo conocer la influencia de los rasgos de personalidad en las habilidades de afrontamiento para estrés en aspirantes a Policías del Centro de Formación Policial Cabo Segundo Víctor Hugo Ushca Pachacama, estructurada en cinco capítulos, en cada uno se desarrolla las partes fundamentales y específicas del estudio, en el Primer Capítulo se encuentra el problema en el cual se identifica la interrogante a investigar, es decir consta del tema principal dando a conocer la importancia, se describe los antecedentes e indagaciones desarrolladas anteriormente. Así mismo en este capítulo se encuentra todo el abordaje conceptual necesario para la investigación, donde se presenta de forma específica las definiciones correspondientes a las variables, los rasgos de personalidad y habilidades de afrontamiento para estrés.

El Segundo Capítulo engloba la metodología empleada en la investigación, desarrollando y describiendo su modalidad, procedimientos, población y muestra a trabajar, instrumentos empleados y aspectos psicométricos que dan eficacia y solidez a los resultados obtenidos. El Tercer Capítulo abarca la presentación y análisis de los resultados obtenidos, se detalla el método del chi cuadrado, para así llegar a la determinación del cumplimiento de la hipótesis de la investigación. En el Capítulo Cuarto se presentan las conclusiones, recomendaciones de la investigación, haciendo realce en responder a cada uno de los objetivos propuestos. A partir de esto se elabora la discusión, apartado en el que se contrastan los resultados obtenidos con estudios similares mediante la fundamentación teórica. Para concluir, el Quinto Capítulo está determinado por una propuesta operativa y un plan terapéutico, en el que se diseñan diferentes talleres, objetivos, argumentación teórica y el diseño de los mismos.

CAPÍTULO I

EL PROBLEMA

El Centro de Formación Policial Cabo Segundo Víctor Hugo Ushca Pachacama, es una institución vinculada a la formación confiable y transparente de personas alineándose a los procesos de desenvolvimiento ante la seguridad de la ciudadanía, su enseñanza está diseñada a fomentar y fortalecer sus conocimientos en circunstancias que se les presente día a día en su proceso de formación, evidenciando la utilización de sus destrezas, conductas y habilidades de afrontamiento, cabe recalcar que la satisfacción de la institución es reflejado en el desarrollo y desenvolvimiento de cada aspirante en el servicio de calidad y calidez.

Los rasgos de personalidad tienen una significancia a lo largo del desarrollo humano generando diferentes características al momento de su desenvolvimiento y complejidad de una situación cuando la persona ve claramente que objetivo quiere alcanzar en esa situación, en ciertas circunstancias no todo individuo tiene estructurado un rasgo de personalidad por tal motivo reacciona o responde de manera inadecuada afectando la relación propia que rodea a cada aspirante dentro y fuera de la institución, generando inestabilidad emocional, situaciones estresantes y mecanismos de desahogo inadecuados.

Se accedió a la entrevista con la Psicóloga y el Director de la Institución los cuales mencionaron que sería factible investigar a las aspirantes de toda la escuela ya que son más propensas a tener problemas con sus habilidades de afrontamiento debido a su cambio del entorno familiar, social, cultural y el comienzo de su vida profesional, considerando estos factores predisponentes en esta investigación para así abordar el concepto de rasgos de personalidad, su clasificación mencionado los cinco grandes factores, con la finalidad de conocer una asociación entre esta variable y las habilidades de afrontamiento de las aspirantes. Estos factores son considerados como una de las principales problemáticas ya que la unidad de psicología es una por zona y no abastece cumplir con todos los seguimientos de los centros de formación policial.

Contextualización

A nivel Mundial los individuos presentan diversos rasgos de personalidad que se manifiestan en diferentes maneras, estas expresiones de la personalidad dependen de factores, como el aspecto físico, conductual y emocional, llegando a influir positiva o negativamente en la formación de la personalidad vinculada a su autoestima, la adolescencia es la etapa en la cual se intenta definir la personalidad y la constitución de una buena vida. En el desarrollo de esta existen causas que son factores desencadenantes a las conductas o emociones una de ellas es el estrés. – estrés psicosocial.

La OMS (2016), refiere: “al menos 322 millones de personas en el mundo sufren estrés, un 18% más que hace una década, y otros 264 millones padecen trastornos de ansiedad, un incremento del 15% respecto a hace diez años” (p.19). Cada ser humano padece de algún porcentaje de estrés y este afecta al desarrollo de su vida cotidiana. Cada individuo tiene una idea breve de su personalidad, esta es la que genera seguridad, confianza y satisfacción propia, por lo tanto, está vinculada a la aceptación, el respeto, la confianza y la creencia de cada uno de los seres humanos, la autoestima es adquirida a través de la familia, maestros, amigos y la sociedad en general (Cetep, Centro de atención clínica de salud mental, 2015, p.20).

Un estudio realizado de la asociación mundial de psiquiatría, refiere: “la mayoría de sus países padecen de estrés esto es la suma a un panorama contante de inquietud social, de inseguridad generado algún tipo de violencia o inestabilidad tanto en el hogar, en el trabajo, o instituciones que prestan servicios de formación” (Hermoza, 2015, p11). Además, un riesgo constante de enfrentarse a diferentes entornos como social, natural, teniendo así resultados una población altamente estresada y proclive a enfermedades mentales severas.

La escuela latinoamericana de medicina en Cuba, Román citado por Diaz (2014), refiere que:

El análisis de la distribución del estrés autopercebido, surgió que la incidencia del estrés moderado es de aproximadamente un 80% en la

muestra estudiada. De igual manera se comportó la variable manifestaciones cognitivo-afectivas (83%), lo que sugiere que estas manifestaciones pueden ser las más importantes o predominantes en el proceso de estrés académico (p.9).

El desarrollo de esta investigación sobre el estrés autopercebido, obtuvo un acontecimiento enmarcando el estrés moderado en un 80% de toda la muestra aplicada, a su vez se evaluaron y se comprobaron distintas variables que hacen ser predominante al estudio.

La Fuerza Armada de Ecuador (2018), da a conocer:

El análisis correlacional, presentan resultados representativos como no representativos con grados de significancia bajos; la correlación de Pearson da un valor de 0,216 en las variables de ansiedad y habilidades de afrontamiento en el grupo de hábitos de vida con una significancia por lo tanto se podría decir que estas dos variables no están correlacionadas. En otras palabras, se observa que a presencia de una variable puede estar la presencia de la otra con un grado de dependencia (p.5).

Antecedentes

Un estudio sobre rasgos de personalidad y su relación con las conductas autodestructivas en los adolescentes, cuyo objetivo fue comprobar la relación entre las dos variables en el que se determinó que los rasgos predominantes de personalidad a ejecutar conductas autodestructivas son el rasgo ciclotímico de personalidad, seguido del Impulsivo y Dependiente los mismos que se relacionan con las conductas autodestructivas de cuales los adolescentes manifiestan desconformidad de la figura y peso; más de la mitad de la población desafían a la autoridad y el restante mantienen consumo de sustancias. Por tanto, los resultados nos permiten confirmar la relación entre los rasgos de personalidad y las conductas autodestructivas (Enríquez, 2018).

Una investigación sobre los estilos de personalidad y valores en población Militar de Argentina, cuyo interés fue comprobar la relación e igualdad de estas variables dando como resultado que el factor de personalidad apertura sobresale con una puntuación de 39,08 indicando que se caracterizan como seres humanos intelectuales, personas de mentes abiertas y escaso convencionalismo. Como segundo factor presenta la agradabilidad con una puntuación media de 37,25 reflejando que serían personas complacientes, gentiles, amables, generosas, modestas. El tercer rasgo preeminente es la responsabilidad con una puntuación media de 36,95 dando a conocer aspectos de organización y cuidado. Como cuarto factor es extroversión 18,44 mostrando que son personas poco sociables. Por ultimo se ubica el factor neuroticismo, marcando una baja prevalencia de ansiedad, irritabilidad e inseguridad en el objeto de estudio (Sosa, 2009).

Ibujes (como se citó en Moreno, 2018) realiza una investigación en Ecuador – Quito, en el que se propuso desarrollar una estrategia de intervención desde el modelo integrativo focalizado en la personalidad, con la finalidad de generar mejorías en los niveles de estrés, del personal policial de la CAAE de la ciudad de Guayaquil, en 78 participantes. En sus resultados los autores comentan que existe una correlación entre los niveles de estrés y los estilos de personalidad. Específicamente los sujetos con personalidades del tipo dos, cognitivas y comportamentales, tienden a experimentar las situaciones de acuerdo con las

circunstancias, y por ende son los que menos estrés experimentan, teniendo un 28.2% de estrés nulo.

Esta investigación tiene como objetivo contribuir a nivel teórico y social, ya que está asentada en bases teóricas las cuales brindan conocimientos para desarrollar la investigación. A nivel social es de gran tributo generar información acerca de los rasgos de personalidad que una aspirante a policía posee, saber cómo se desenvuelven ellas con un afrontamiento para estrés que tienen en su desarrollo y formación dentro de la institución; para así fortalecer cada conducta y habilidad adecuadamente a cada problemática que se les presente en el cumplimiento de su formación y actividades académicas, sociales y profesionales.

Fundamentaciones

Fundamentación Epistemológica

El pensamiento complejo de Morin intenta reconocer los vínculos, distinguirlos, pero no aislarlos, es decir encuentra un saber no segmentarizado, no disgregado, contrastación de lo inacabado, “Nunca pude, a lo largo de toda mi vida, resignarme al saber parcelarizado, nunca pude aislar un objeto de estudio de su contexto, de sus antecedentes, de su devenir” (Solís, 2013).

La investigación tiene como base principal el pensamiento complejo de Morin, que explica el trabajo de la mente humana un ente activo que se encuentra apto para desarrollar ideas, pensar, aprender y razonar, la cognición es muy importante está vinculada al estudio de los procesos implicados como la formación, diferenciación, fase de autonomía y de identificación a través de métodos imitativos y la formulación de conceptos indispensables para su formación, aprendiendo de experiencias cotidianas, como a través de la teoría se posibilita explicar las habilidades de afrontamiento que se utilizan de acuerdo a la situación en la se encuentra cada individuo y el dominio de cada experiencia adquirida para afrontar situación estresantes de forma adecuada, buscando el bienestar propio como el físico, psicológico, emocional y profesional.

Fundamentación Psicológica

Por su parte Beck (citado por Jaume,2008), explica desde el modelo cognitivo conductual, el ser humano desarrolla un esquema en el cual se ve a si mismo y a otros en el medio que lo rodea. Este esquema genere un efecto a todo lo que percibe, renombra y prioriza como importante, es decir la persona se vuelve selectiva con los conocimientos adquiridos, como resultado un individuo puede sistemáticamente mostrar errores en el procesamiento de la información, de manera que puede generalizar esta, a su vez tener una atención selectiva.

La presente investigación se fundamenta en el modelo cognitivo conductual el mismo que ha venido estudiando el comportamiento y conductas de los individuos, mediante el impulso de ciertas habilidades, actividades y estímulos; la perspectiva conductista se reduce a contrastar los rasgos de personalidad y las habilidades de afrontamiento para estrés, las mismas que pueden constituirse en un controlador que refuerza la conducta esperada, autorizando el paso siguiente al aprendizaje previsto por el sujeto, así como el poder del autoestima en la influencia que este genera a nivel social y con la relación a la apreciación propia en un contexto determinado.

JUSTIFICACIÓN

La presente investigación tiene como propósito determinar la influencia de los rasgos de personalidad en las habilidades de afrontamiento para estrés de las aspirantes a Policías del Centro de Formación a Policía Cabo Segundo Víctor Hugo Ushca Pachacama (CFP). Es de gran interés e importancia conocer las conductas que presentan los sujetos de investigación en su área de formación y de esta manera poder determinar sus habilidades de afrontamiento para estrés, logrando que los sujetos de estudio tengan la capacidad de relacionarse adecuadamente.

El estudio cuenta con originalidad porque no se han realizado investigaciones previas en el centro de formación a policías con respecto a las variables planteadas; los estudios no se han enfocado en este grupo poblacional debido a la limitada importancia que ha generado estos problemas. Genera un gran impacto a nivel social ya que es una muestra muy difícil de manejar por las normas y reglas que contiene todo el CFP, existe todavía aspirantes que se relacionan de manera inadecuada a las diferentes actividades de su entorno vinculadas a sus habilidades de afrontamiento jugando un papel muy importante en la vida diaria de los seres humanos y sus interacciones sociales.

Los beneficiarios directos son las personas en formación policial que son parte de dicha institución, así como sus instructores y autoridades quienes se ven favorecidos de forma secundaria en la proyección de su instrucción específica en la calidad de profesionales que forma el CFP.

La factibilidad para realizar la investigación está determinada por los recursos humanos que existen dentro y fuera de la institución en donde se cuenta con la aprobación para poder aplicar los test obteniendo resultados valederos mediante los cuales se determinará una propuesta acorde a las necesidades de las aspirantes. El personal del CFP está dispuesto a colaborar en la investigación e intervención ya que se pretenda resolver el problema para que la muestra tenga mejores habilidades y de este modo sus relaciones sociales, personales no afecte a su formación académica y personal.

OBJETIVOS

Objetivo General

- Identificar la influencia de los Rasgos de Personalidad en las Habilidades de Afrontamiento para Estrés de las aspirantes a Policías del Centro de Formación Policial Cabo Segundo Víctor Hugo Ushca Pachacama.

Objetivos Específicos

1. Describir los rasgos de personalidad que presentan las aspirantes del Centro de Formación Policial Cabo Segundo Víctor Hugo Ushca Pachacama.
2. Determinar las habilidades de afrontamiento para estrés que presentan las aspirantes del Centro de Formación Policial Cabo Segundo Víctor Hugo Ushca Pachacama.
3. Diseñar una alternativa de solución al problema encontrado en la Institución.

MARCO CONCEPTUAL

Rasgos de Personalidad

La personalidad ha sido un elemento estudiado desde la antigüedad, comenzando con los estudios de Hipócrates, el cual intentó dividir a las personas según fluidos corporales que él iba encontrando semejantes para ciertos comportamientos. Sin embargo, con el paso del tiempo, se han ido desarrollando varias formas de entender la personalidad del sujeto, ya sea por medio de constantes biológicas, ambientales, los cuales son estudiados principalmente por el psicoanálisis, u otras variables como rasgos, cuyo desarrollo ha tenido gran relevancia por aportaciones de autores a lo largo de la historia, como Eysenck, Cattell, Allport.

Las diversas teorías de los rasgos intentan describir la personalidad en función de una cantidad limitada de dimensiones. Las cuáles están presentes en mayor o menor grado en todos los rasgos de las personas y presentan algún contenido conductual o emocional. Así, uno de los conceptos más importantes dentro de la teoría de Cattell (1982), es el rasgo al cual considera una tendencia a reaccionar relativamente permanente y amplia. Por lo general los rasgos se dividen en tres modalidades: habilidades, rasgos temperamentales y dinámicos. La habilidad se manifiesta en la forma de responder a la complejidad de una situación cuando el individuo ve claramente qué objetivo quiere alcanzar en esa situación. Un rasgo temperamental o general de la personalidad es normalmente estilístico, en el sentido que se refiere al ritmo, forma, persistencia, etc. y abarca una gran variedad de respuestas específicas, el rasgo dinámico se refiere a las motivaciones e intereses (Reyes, 2016).

Se pueden diferenciar los rasgos comunes, son aquellos que se manifiestan en forma muy parecida en la población en general, de los rasgos únicos como específicos de un individuo. Además, se considera que los rasgos fundamentales operan y permanecen bajo la conducta observada, una especie de influencia unitaria afectando a estructuras completas de respuestas. A diferencia de éstos, los rasgos superficiales están unidos por razón de la superposición de varias influencias y son perceptibles externamente. Finalmente, los rasgos generales afectan la conducta en

muchas situaciones distintas y los específicos son fuentes particularizadas de las reacciones de la personalidad y operan en una situación únicamente. A si mismo este autor sostenía que todos los individuos tienen rasgos idénticos, pero en distinto grado por lo tanto no hay dos individuos exactamente iguales. El rasgo implica una configuración y regularidad de conducta a lo largo del tiempo y de las situaciones. Algunos pueden ser comunes a todos los individuos, y otros pueden ser exclusivos de un individuo. Ciertas fisionomías pueden estar determinados por la herencia otros por el ambiente (González, 2017).

Allport y Odbert (citado por Arango, 2015), definen: “tendencias determinantes generalizadas y personalizadas, modos persistentes irregulares de la adaptación de un individuo con su entorno” (p.7). Los rasgos son diferentes estados y las actividades que describen esas dimensiones de la personalidad que son temporales, breves y causadas por circunstancias externas. A su vez proponía que un rasgo fuera expresado en todo tipo de situaciones, independientemente de las características de la situación. Reconocía la importancia de la situación al explicar por qué una persona no se comporta del mismo modo todo el tiempo. Por ejemplo, incluso de la gente más agresiva se puede esperar que modifique su comportamiento si la situación pide una conducta no agresiva, e incluso las personas más introvertidas pueden comportarse de una manera extrovertida en determinadas situaciones. Un rasgo expresa lo que una persona generalmente hace en muchas situaciones, no lo que hace en una situación específica.

Existen constructos tales como rasgos y situaciones que son inevitables para explicar el factor, mientras que el reconocimiento de la importancia de la situación es necesario para explicar la variabilidad de la conducta. Los rasgos de personalidad son patrones persistentes de formas de percibir, relacionarse y pensar sobre el entorno y sobre uno mismo, que se ponen de manifiesto en una amplia gama de contextos sociales y personales (Alzueta, 2015).

Componentes de la personalidad

El estudio de la personalidad abarca los rasgos psicológicos y sociales que cada individuo posee, lo cual, resalta las diferencias individuales, como la causa fundamental del comportamiento individual, produjera una conducta consistente a

lo largo de situaciones cambiantes. Históricamente, las teorías de la personalidad se han enfocado en el individuo, situando a la cultura en segundo plano, esto dejó un cuadro incompleto de la personalidad e impidió a las teorías una adecuada explicación de las diferencias de sexo, etnia y cultura. Influidos por una mayor atención al cambio social y por el trabajo de los psicólogos sociales, los teóricos de la personalidad han empezado a considerar el papel de la cultura en la personalidad. Todavía hay mucho por hacer para entender de manera adecuada el papel de las influencias sociales en la personalidad, pero se puede estar seguro de que algunas de las motivaciones que dirigen a la gente están moldeadas por su cultura. Entre ellos están los hábitos, aptitudes, intereses, instintos, tendencias, necesidades, sentimientos, ideas, reacciones, dicho constructo está conformado por dos componentes básicos el temperamento y el carácter, descritos a continuación (Suarez, 2017).

Dentro de la personalidad está considerado dos características o factores como es el temperamento y el carácter. Allport (1975, citado por Cerda, 1958) denomina estos términos: “el temperamento es un fenómeno natural emocional, es decir que este factor se presenta genéticamente o adquirida por conocimientos o experiencias ya que el ser humano reacciona de manera inmediata” (p.85). Respecto al segundo término el carácter es manifestado como el “grado de organización moral que posee cada persona y este se va fundamentando a través de los juicios de valor y de ética, dependiendo de cada experiencia adquirida por casa ser humano” (p.85), es decir que cada individuo tiene desarrollado el carácter por cómo es fundamentado sus valores, su estilo de crianza.

Estas dos características el carácter como el temperamento son ligados a varias características que definen la personalidad. Una principal diferencia entre estos factores en el origen que tiene cada este, tomando en cuenta que el temperamento es innato, biológico y el carácter es aprendido mediante las experiencias adquiridas. Otra diferencia importante es que estos factores de la personalidad se derivan de los dos mismo, es decir que el temperamento al ser biológico es más estable y se mantiene casi siempre igual mientras que el carácter es aprendido y se puede

modificar por el medio de nuevos conocimientos y adquisición de nueva información.

El carácter es considerado como el conjunto de rasgos de personalidad, relativamente perdurables, que tienen importancia moral y social, por ello es adquirido, mediante la interacción con el medio, es modificable, educable y se puede controlar (Salvaggio, 2014). Es decir que el carácter es considerado como un componente adquirido e influenciado por el ambiente en el cual se desarrolla el individuo, el mismo puede ser generado por la educación que reciba en su seno familiar, social y laboral esto significa que se logra obtener a través de la interacción y ser modificado o extinguido, está conformado por valores, destrezas cognitivas, ideas y habilidades sociales. Hay que resaltar que el carácter es lo que identifica al sujeto y lo diferencia de sus semejantes, viene dado por el aprendizaje y se adquiere a lo largo de la vida.

Tipos de rasgos

Cattell, pretende describir la personalidad, y los profesionales de la psicología han ido aportando nuevas evidencias y enfoques a través de los años diferentes metodologías para analizar estos rasgos de personalidad de cada individuo. El Inventario de Personalidad N E O-F F I es la versión resumida del N E O-P I-R (Costa y McCrae, 1989, 1992), señala el modelo de los cinco factores de la personalidad modificados y tomados como base de los anteriores señalando características que se describen a continuación.

Neuroticismo, equivale a la inestabilidad emocional y la experiencia de estados emocionales negativos, se presenta como un individuo ansioso, preocupado, mal humorado, frecuentemente deprimido, puede que duerma mal, y que sufra trastornos psicósomáticos. Es excesivamente emocional, reaccionando fuertemente a todo tipo de estímulos, le es difícil volver a un estado de equilibrio después de cada experiencia emocional significativa para el sujeto. En cuanto al rasgo extraversión, implica aspectos como asertividad y el dinamismo, son personas sociables, amantes de las fiestas, con muchos amigos, necesitan gente con la que hablar, no les gusta estudiar solos, son aventureros y el riesgo, con carácter impulsivo, les gustan las bromas, la variación y el cambio, son despreocupados y

tienden a ser agresivos. Al hablar de la Experiencia, refleja que se mantienen los valores e ideas no convencionales, y la amplitud de intereses; se refiere a las personas abiertas, cuyas vidas están enriquecidas por la experiencia. El rasgo Apertura se relaciona especialmente con aspectos intelectuales, como es el pensamiento divergente que contribuye a la creatividad, pero no es equivalente a inteligencia. Amabilidad como rasgo tiene la capacidad de ser altruista, compasivo, confiado, franco y sensible con los demás. Finalmente, el rasgo de Responsabilidad incluye la tendencia al sentido del deber, a la organización, el orden, la búsqueda de objetivos, la autodisciplina y la eficiencia, se trata de personas voluntariosas, escrupulosas, puntuales y fiables, que controlan sus impulsos (Fernández, 2014).

Estos factores de la personalidad son caracterizados por los comportamientos y actitudes de cada rasgo en un sujeto, sus fuertes reacciones emocionales interfieren en su propio equilibrio, haciéndolo reaccionar de forma irracional, a veces rígida, el individuo estable tiende a responder emocionalmente de forma débil y a volver rápidamente a su línea base después de cada reacción, se presenta tranquilo, humor contante, controlado y despreocupado. Las personas introvertidas son retraídas, quietas, amantes de la lectura, tienen pocos amigos, pero muy escogidos, les gusta hacer planes a largo plazo, piensan las cosas antes de hacerlas y tienen un régimen ordenado de vida entre otras cosas.

Habilidades de afrontamiento para estrés

La capacidad de afrontar no se refiere solo a la resolución práctica de los problemas, sino también la capacidad de la gestión de emociones y el estrés delante de la situación causante del problema. Modificar las propias estrategias de afrontamiento para así con eficacia enfrentar los eventos estresantes depende de la manera de evaluación de los eventos, de la capacidad propia y de la posibilidad de captar informaciones, buscar ayuda y apoyo social en el contexto donde se vive. Los estudios de psicología desarrollados resaltan tres grandes características de las estrategias de afrontamiento, a partir de las cuales clasifican; una de ellas es valoración, búsqueda del significado del evento crítico; el problema, intenta confrontar la realidad, manejando las consecuencias que se presenta; y la emoción,

regulación de los aspectos emocionales e intento de mantener el equilibrio afectivo (Castagnetta, 2013).

Las estrategias centradas en el problema suelen ser utilizadas en condiciones de estrés visto como controlable, son estrategias orientadas hacia la tarea, para alcanzar la resolución, modificación del problema. En cambio, las estrategias centradas en las emociones tienden a ser utilizadas cuando se percibe el evento estresante como incontrolable, lo que se puede experimentar ante el peligro, se intenta afrontar el problema centrándose en las emociones y liberarlas e intentar relajarse. Cuando el grado de estrés es alto, empiezan a predominar los modos de afrontamiento dirigidos a la emoción, junto con una mayor frecuencia de conducta emocional o defensiva (Castagnetta, 2013).

Dimensiones de afrontamiento

Para Fernández (2014), existen diferentes tipos de afrontamiento, los cuales están vinculados a problemas, situaciones emocionales, motivación, afirmación, entre otros. Los que se encuentran clasificados de la siguiente manera.

Anticipación, a problemas o situaciones conflictivas posibles, considerando las reacciones emocionales y las respuestas o soluciones alternativas, la idea es evitar un estado de preocupación, ansiedad presente, e inmunizarse para una situación futura posible, a semejanza del objetivo preventivo de las vacunas; pero, en este caso, sin nocividad posible, puesto que no alteran el cuerpo. El Autoanálisis es un afrontamiento que implica autoobservación, autocrítica, reflexionar sobre los propios pensamientos, motivaciones, sentimientos y comportamientos, reconociendo la propia responsabilidad en el origen, mantenimiento o manejo del problema, situación estresante y actuar en base a esta reflexión. La relajación o la meditación son técnicas para afrontar el estrés que pueden optimizar este análisis porque amplían el campo de conciencia. El sentido del humor también permite afrontar conflictos, o situaciones potencialmente angustiantes, de forma humorística, acentuando los aspectos cómicos o irónicos, en otros casos, una expresión de humor es una formación de compromiso forma que adopta lo reprimido para ser admitido en lo consciente; a semejanza del síntoma, los lapsus o

los sueños en la que se satisfacen, a la vez, el deseo inconsciente y las exigencias defensivas (Sánchez, 2017).

Afrontar el estrés mediante la planificación permite pensar y estudiar el problema, analizando los diferentes puntos de vista u opciones, y desarrollar estrategias para solucionarlo. El poder mental, propone técnicas metafísicas que se centran directamente en el poder del pensamiento, visualizaciones, afirmaciones, peticiones, decretos u oraciones. La preocupación, se trata de una reacción improductiva por la felicidad futura, relacionada con la afectividad negativa tendencia a estar angustiado, a preocuparse, al pesimismo, y a estados de infelicidad o depresivos. Reestructuración mental como técnica de afrontamiento, sitúa al sujeto en un contexto de ayuda, proyectada hacia un cambio positivo de la personalidad. Finalmente, la reevaluación positiva, modifica el significado de la situación estresante, especialmente atendiendo a los posibles aspectos positivos que tenga, o haya tenido como fijarse en lo positivo, que expresa optimismo, y una tendencia a ver el lado positivo de las cosas y considerarse afortunado. Por ejemplo, considerar el problema de forma relativa, y como un estímulo para el desarrollo personal. Además, el afrontamiento afectivo se centra en mantener el equilibrio o aminorar el impacto emocional de la situación estresante (Fernández, 2014).

Agresión pasiva es la expresión de agresividad hacia los demás de forma indirecta y no asertiva. Muchas veces se da como respuesta a una demanda de acción o desempeño independiente, o a la falta de satisfacción de deseos de independencia, pero puede ser adaptativo para personas en situaciones de subordinación, donde la comunicación directa y asertiva está castigada, por lo que no es posible expresar asertividad de una forma más abierta un subordinado respecto a su jefe, relaciones de abusos o maltrato. Hostilidad es una forma de enfrentar con resentimiento latente hacia los demás, aquí la agresión pasiva se entiende como mecanismo de defensa, ya que la agresividad se ha desvinculado de su motivo o de su objeto, pudiendo haber conciencia o no del sentimiento. La sumisión educación, respeto, bondad aparente sobre todo si lo dice una persona muy habituada a llegar tarde. El aislamiento social, hace que la persona se retire de la interacción social respecto a familiares, amigos, compañeros y personas

significativas, ya sea desde una necesidad positiva de afrontar los problemas desde la soledad, ya sea una huida de los demás por reserva para que no conozcan su problema, guardar mis sentimientos para mí solo o ambas cosas. Por último, el apoyo social, es acudir a otras personas cercanas pareja, familiares, amigos, organizaciones peticiones o grupos organizando o formando parte de ellos, profesionales abogados, psicólogos, sanadores o líderes espirituales, para buscar apoyo instrumental, información, apoyo emocional o apoyo espiritual donde el fenómeno más saliente es el de la sugestión, implica compartir los problemas con otros, pero sin tratar de hacerles responsables de ellos (Mendoza, 2016).

El Autocontrol se enfoca en esfuerzos para controlar y ocultar los propios sentimientos y respuestas emocionales. La catarsis como otra forma de enfrentar una situación estresante, permite la liberación de las emociones, expresar los propios sentimientos y estados emocionales intensos como llorar, gritar, liberar la agresividad, puede ser eficaz para afrontar determinadas situaciones difíciles. A semejanza del método catártico psicoanalítico, hablar, comunicar las preocupaciones, expresar las emociones, tiene el efecto de reducir tanto la probabilidad de que se produzcan rumiaciones obsesivas, con el paso del tiempo, como de somatizar y de que aparezca un incremento en la actividad fisiológica según Pennebaker y Susman, escape o evitación se emplea de un pensamiento irreal improductivo o de un pensamiento desiderativo, realizar actividades como distracción, o estrategias reductoras de tensión como comer, fumar, beber alcohol, o usar otras drogas o medicamentos (Barrios, 2014).

Clasificación de los tipos de afrontamiento

Lazarus y Folkman (1984), dividen estas estrategias en partes, el primero centrado en el problema y el segundo centrado en las emociones. El afrontamiento centrado en el problema tiene como función la resolución de problemas, lo cual implica el manejo de las demandas internas o ambientales que suponen una amenaza y descompensan la relación entre la persona y su entorno, ya sea mediante la modificación de las circunstancias problemáticas, o mediante la aportación de nuevos recursos que contrarresten el efecto aversivo de las condiciones ambientales.

Estos tipos de afrontamiento dirigidos al problema son parecidos a las utilizadas para la resolución de éste; generalmente están dirigidas a la definición del conflicto a la búsqueda de soluciones, a la consideración de tales alternativas con base en su costo, su beneficio, su elección y aplicación. Sin embargo, el afrontamiento dirigido al problema implica un objetivo, un proceso analítico dirigido principalmente al entorno, mientras que en el afrontamiento dirigido a la resolución del problema se incluyen las estrategias que hacen referencia al interior del sujeto. El segundo grupo centrado en las emociones tienen como función la regulación emocional que incluye los esfuerzos por modificar el malestar y manejar los estados emocionales evocados por el acontecimiento estresante (Rubio, 2015).

El afrontamiento puede ser visto como un estilo personal para hacer frente a distintas situaciones estresantes o como un proceso; es decir, respuestas específicas que varían en función de las demandas de la situación y de la relación persona, ambiente. El modelo de proceso propuesto diferencia el resultado de la función y plantea dos funciones primordiales del afrontamiento, una orientada a la emoción y otra al problema. Uno u otro mecanismo se emplearán dependiendo de la evaluación que haga el individuo de las posibilidades de cambiar la situación; cuando la evaluación indica que la situación se puede modificar predomina el afrontamiento al problema mientras que el orientado a la emoción prevalece cuando la evaluación indica que es imposible alterarla. Por último, estos dos tipos de afrontamiento interactúan favoreciéndose o interfiriéndose mutuamente. El afrontamiento es una capacidad que tiene el individuo para la resolución de problemas o situaciones que se le presente en su cotidianidad, esta capacidad encierra todos aquellos estilos, rasgos, habilidades cognitivas que ha adquirido a lo largo de su desarrollo. De allí que existen diferentes maneras de clasificar los estilos de afrontamiento, una de las estrategias más usadas formula la existencia de tres dimensiones según su finalidad, al respecto Lazarus y Folkman (citado por Rubio, 2015), entre los que destacan el afrontamiento cognitivo, conductual y afectivo. En cuanto al afrontamiento cognitivo hace referencia al uso de habilidades dirigidas a modificar la valoración del estresor reinterpretando el suceso o buscándole un significado diferente, en otras palabras, pretende comprender la situación para modificarla, aquí el individuo está en una constante búsqueda de la verdad y realidad en donde autoanaliza y planifica

lo que va a accionar en función del escenario al que se encuentre expuesto. Por otro lado, el afrontamiento conductual se centra en la realización de comportamientos específicos para resolver la situación o manejar las consecuencias, es decir busca confrontar el problema de forma directa y óptima, que asegure el resultado deseado. Tomando en cuenta todo un proceso que optimice los resultados esperados. El mismo autor hace referencia al afrontamiento afectivo como los recursos que permiten la expresión, manejo y regulación de las emociones surgidas ante la situación estresante, con la finalidad de mantener el equilibrio emocional, por lo que debe centrarse en el control o disminución de impactos emocionales que generen las situaciones estresantes, en otras palabras, el individuo deberá ser capaz de aislarse del problema buscar apoyo social.

Afrontamiento al estrés

En lo que respecta al afrontamiento ante el estrés de Sandín y Chorot (citado por Vaca, 2016) hacen una organización de diferentes cualidades en función de su finalidad, entre los que destacan la búsqueda de apoyo social, expresión emocional abierta, la religión, focalizado en la situación del problema, la evitación, la auto focalización negativa y la reevaluación positiva. Para describir dichas habilidades de afrontamiento, se inicia con la búsqueda de apoyo social, en donde el sujeto busca ayuda por parte de las personas que lo rodean, como familiares o amigos que brinden consejos o posibles soluciones; este tipo de afrontamiento puede validar o reconocer el evento, favorecer al entendimiento y significación del hecho (Vaca, 2016). Cuando existe un nivel elevado de este afrontamiento, las emociones negativas muestran una mejor regulación, el individuo se tranquiliza, controla sus pensamientos y sentimientos. El afrontamiento es comportamental, ya que el individuo además de buscar apoyo en familiares y amigos, indagar a un profesional para solucionar la situación presentada o las consecuencias de esta, es decir las personas puede recurrir a un especialista del área como un psicólogo, psiquiatra, terapeuta, organizaciones, grupos, profesionales o líderes espirituales, que le brinden información o sean una guía ante problemática (Vaca citado por Moreno, 2018).

La focalización en la solución del problema como estilo fundamental para el afrontamiento del estrés, se refiere a las estrategias conductuales y cognitivas cuya finalidad es eliminar la procedencia del malestar, de esta forma cambia la situación generadora, por ello, los sujetos suelen intentar analizar qué causó el problema y poder enfrentarlo, este tipo de afrontamiento prepara al individuo y ayuda a resolver o modificar la situación presentada. Desde esta perspectiva los autores consideran que la evitación sirve como estilo para el afrontamiento del estrés, ya que el individuo se propone no pensar en la situación estresante, lo que lo conlleva al desarrollo de comportamientos y actividades que le permiten olvidarse de ciertos conflictos en donde puede incluir la exploración de situaciones opuestas al factor estresante de salida, pero siendo negativo cuando se necesita confrontar directamente dicho problema (Vaca, 2016).

Otro tipo de afrontamiento ante el estrés formulada por los autores es la auto focalización negativa, haciendo referencia a los pensamientos y conductas que se concentran en cosas como, convencerse de que sin importar lo que hiciera siempre le saldría mal, no realizar nada concreto, puesto que hay situaciones que suelen ser malas y son el causante principal de la dificultad. Así pues, se considera la auto focalización negativa como un estilo de afrontamiento, en el cual el individuo se centra en elementos negativos de sí mismo, lo que trae consecuencia que se juzgue y cuestiones en repetidas ocasiones lo que dificulta el afrontamiento ante el estrés. Se puede encontrar en individuos que presentan estados emocionales depresivos, hay sentimiento de culpabilidad, distorsión cognitiva acerca del mundo, negatividad, ansiedad (Moreno, 2018).

Tipos de habilidades

Los individuos usan diversas habilidades de afrontamiento en diferentes combinaciones y maneras para manejar los eventos estresantes. Es así que para la investigación se utiliza el Inventario de Respuestas de Afrontamiento al Estrés, Creado por Arévalo en el 2008 con la finalidad se logra que el individuo mismo reconozca su situación actual de respuestas de afrontamiento al estrés, tomando las medidas correspondientes al caso y ayude a las personas a administrar los recursos humanos de manera más eficaz, eficiente y efectiva (Erazo, 2018).

El inventario de respuestas de afrontamiento al estrés evalúa a la persona, a nivel de 3 indicadores los cuales van a revelar el nivel de afrontamiento que se tiene con respecto a la forma de responder al estrés. Afrontamiento directo, claramente la situación mediante acciones directas, agresivas, o potencialmente arriesgadas. La autoafirmación, reacción que expresa directamente los pensamientos o sentimientos de forma no agresiva, coercitiva, ni manipuladora asertividad. Cuando se habla del mal manejo de afrontamiento, refleja la incapacidad del sujeto para enfrentarse al problema, debido a la percepción de falta de control sobre el mismo, o a considerarlo irresoluble, y la tendencia a desarrollar síntomas psicossomáticos, o reacciones depresivas. El test también demuestra otro tipo de afrontamiento llamado defensivo es el grado en que el individuo afronta las situaciones con demandas desbordantes de la vida cotidiana, centrado en sus emociones, humor y búsqueda de apoyo social y termina el autor con el afrontamiento Desadaptativo es el grado de planteo de estrategias como negación de la realidad, abandono (Fernandez, 2014).

CAPÍTULO II

METODOLOGÍA

Diseño del trabajo

La presente investigación es de estudio descriptivo ya que se observa, cuantifica las características de personalidad y su influencia en las habilidades de afrontamiento para estrés, aplicando métodos estadísticos que permitan la comprobación de las hipótesis, para evidenciar si existe correlación entre las dos variables.

La modalidad que se ocupa en el estudio es bibliográfica, es decir revisión de autores, artículos científicos, proyectos de grados, revistas científicas, libros que permitan mayor fundamentación de las variables y obtener datos de fuentes primarias para mejores resultados; a su vez se compara con hallazgos de estudios relacionados con el tema de investigación.

El estudio es de campo ya que se aplica en una fuente primaria para la comprobación de la asociación de las variables a estudiar, con pasos requeridos y técnicas para obtener datos específicos que dan a conocer la asociación entre variables.

Área de estudio

Centro de Formación Policial Cabo Segundo Víctor Hugo Ushca Pachacama.

Enfoque

En esta investigación tiene un enfoque cualitativo, es decir que se describen cada uno de los pasos, desarrollo, etapas de las variables para así determinar una información concreta y definitiva acorde a los resultados obtenidos mediante los reactivos aplicados. También es cuantitativa ya que se determina la muestra, la recolección de información y análisis de los datos, dando a cumplir cada uno de los objetivos planteados, aplicando métodos estadísticos que permiten comprobar la asociación de las variables y así la verificación de la hipótesis.

Población y muestra

Para la ejecución del presente trabajo de investigación se acudió a las autoridades de la institución “Centro de Formación Policial Cabo Segundo Víctor Hugo Ushca Pachacama” se trabaja con 94 aspirantes que es en su totalidad de la población del centro de formación policial, este fue un muestreo intencional no probabilístico, la totalidad de la población de género femenino con edades de 19 a 23 años.

Tabla N° 1: Muestra

C F P	Mujeres	TOTAL	Porcentaje
Aspirantes	94	94	100%

Fuente: Investigación.

Elaborado por: Investigador

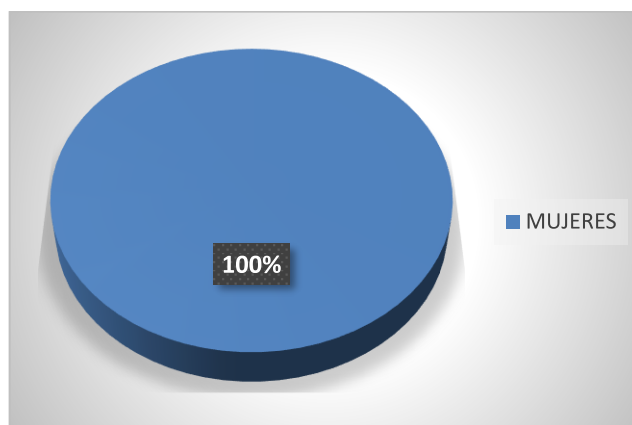


Gráfico N° 1: Muestra

Fuente: Investigación de campo

Elaborado por: Investigador

Instrumentos de investigación

El Inventario de Personalidad N E O-F F I

El Inventario de Personalidad N E O-F F I es la versión re-sumida del N E O-P I-R (Costa y McCrae, 1989, 1992), el cuestionario consta de un total 60 ítems a los que se responde en una escala Likert de cinco opciones (en función del grado de adherencia). En la actualidad, el modelo de los Cinco Grandes factores de personalidad se ha impuesto y existe un número importante de instrumentos diseñados para su medida, de los cuales el más prototípico es el NEO-FFI. Según este modelo, la personalidad está configurada por cinco factores o dimensiones

amplias, que implican tendencias estables y consistentes de respuesta. Cada factor se compone de seis escalas o facetas de los principales factores de personalidad de acuerdo con el modelo de los Cinco Grandes estos son; Neuroticismo, Extraversión, Apertura, Amabilidad y Responsabilidad.

Confiabilidad y validez

El Inventario de Personalidad NEO-FFI es la versión reducida del NEO-PI-R, uno de los instrumentos más utilizados en la evaluación de los Cinco Grandes, elementos básicos de la estructura personal obtenidos a partir de la hipótesis léxica en el estudio de la personalidad. Hemos utilizado la adaptación española realizada por la editorial TEA sobre 2.000 personas, que ha demostrado unos índices de fiabilidad y validez adecuados 27: coeficientes alfa de Cronbach entre 0,82 y 0,90 indicando una fuerte confiabilidad; estructura pentafactorial idéntica al inventario original. Consta de 60 ítems que se califica según una escala tipo Likert de cinco puntos. Brevemente, las cinco puntuaciones ofrecidas por el inventario son Neuroticismo (nivel de inestabilidad emocional), Extraversión (nivel de energía y sociabilidad), Apertura (nivel de curiosidad intelectual y sensibilidad estética), Amabilidad (nivel de las tendencias interpersonales de acercamiento o rechazo de los demás) y Responsabilidad (nivel de autocontrol y autodeterminación).

Inventario de Respuestas de Afrontamiento al Estrés

Este instrumento fue creado por Arévalo en la universidad Privada Antenor Orrego, Escuela de Psicología- Trujillo- Perú en el 2008, este inventario será aplicado en individuos de 18 a 25 años de edad. Así logra que el individuo mismo reconozca su situación actual de respuestas de afrontamiento al estrés, tomando las medidas correspondientes al caso y ayude a las personas a administrar los recursos humanos de manera más eficaz, eficiente y efectiva. Este a su vez ofrece normas de puntuaciones percentiles con una duración de aplicación de 15 a 20 minutos.

Afrontamiento directo, claramente la situación mediante acciones directas, agresivas, o potencialmente arriesgadas. La autoafirmación, reacción que expresa directamente los pensamientos o sentimientos de forma no agresiva, coercitiva, ni manipuladora asertividad. Cuando se habla de la Falta de afrontamiento, refleja la incapacidad del sujeto para enfrentarse al problema, debido a la percepción de falta

de control sobre el mismo, o a considerarlo irresoluble, y la tendencia a desarrollar síntomas psicossomáticos, o reacciones depresivas: “No tengo forma de afrontar la situación”. Y por último la Postergación es esperar hasta que aparezca la ocasión adecuada para actuar, postergar todo tipo de actividades hasta adquirir mayor y mejor información sobre la situación (Fernandez, 2014).

El inventario de respuestas de afrontamiento al estrés evalúa a la persona, a nivel de 3 indicadores los cuales van a revelar el nivel de afrontamiento que se tiene con respecto a la forma de responder al estrés.

Afrontamiento Directo es el grado en que el individuo plantea y desarrolla estrategias mediante; aceptación de la realidad, concentración de esfuerzos, planificación. Afrontamiento Defensivo es el grado en que el individuo afronta las situaciones con demandas desbordantes de la vida cotidiana, centrado en sus emociones. Finalizando con afrontamiento Desadaptativo es el grado de planteo de estrategias como negación de la realidad, abandono.

Confiabilidad y validez

La estructura de primer orden alcanzó una explicación del 47% de la varianza total y los coeficientes de fiabilidad alfa de Cronbach oscilaron entre 0,72 y 0,94 en general, a su vez desarrollaron por cada área del test es decir; la área de afrontamiento directo, defensivo y desadaptativo es entre 0,64 y 0,72.

Procedimientos para obtención y análisis de datos

Para poder obtener la información se realiza el contacto con el director del centro de formación, a su vez su previa cita para manifestar que tema se va a trabajar y si autoriza el ingreso para la toma de reactivos a las aspirantes, en cuanto tiempo se va a realizar, cuantas veces será autorizado el ingreso a la institución.

Actividades

Se revisa el cronograma de actividades y se realiza un ajuste de esta para que todas las aspirantes puedan estar en la institución y aplicar los reactivos, primero se tomaron a tres cursos cada curso conformado por 24 aspirantes se lleva a cabo en unos 35 minutos por cada curso, se les dio instrucciones sobre el instrumento para

que respondan a cada uno de los ítems. Después se incorpora el otro curso para completar la aplicación ya que salieron a realizar actividades de la institución; al culminar se las reunió a todas las aspirantes y se les agradeció por cooperar con el proyecto de investigación, a su vez el director del centro de formación manifestó que las puertas están abiertas para todo tipo de investigación que sea en beneficio para cada aspirante y para su formación Policial.

Una vez recolectados los datos se calificó los resultados de las pruebas psicológicas aplicadas, los cuales fueron procesados en un base de datos en el programa SPSS para realizar la correlación entre variables, escalas de cada reactivo, primero se observó si comprobación de la hipótesis, a su vez que rasgo de personalidad influye más y que habilidad de afrontamiento para estrés hay que trabajar.

CAPÍTULO III

ANÁLISIS DE RESULTADOS

Diagnóstico de la situación actual

En el presente capítulo se observará los resultados estadísticos de la asociación entre variables como es la de rasgos de personalidad, indicando las cinco grandes fisionomías y las habilidades de afrontamiento para estrés.

Tabla N° 2: Resultados Neuroticismo

	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje acumulado
Muy bajo	5	5,3	5,3
Bajo	23	24,5	29,8
Medio	41	43,6	73,4
Alto	22	23,4	96,8
Muy alto	3	3,2	100,0
Total	94	100,0	

Elaborado por: Investigador

Fuente: Investigación de campo

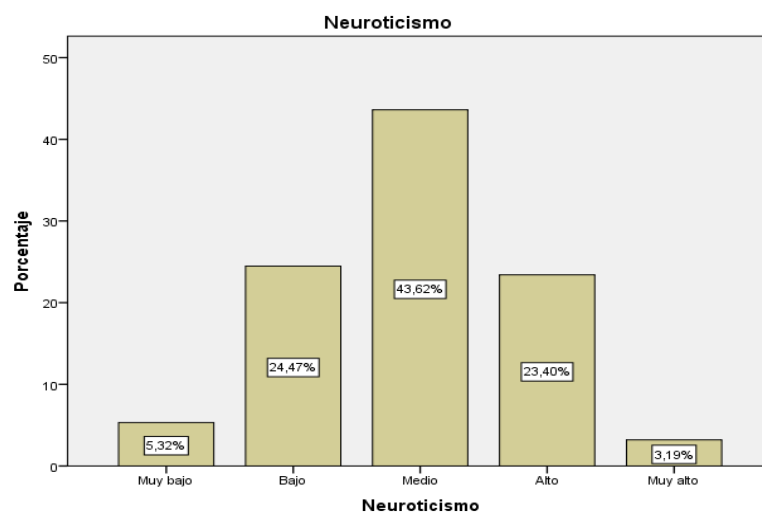


Gráfico N° 2: Resultados Neuroticismo

Elaborado por: Investigador

Fuente: Investigación de campo

Análisis e interpretación:

Producto del análisis de los resultados de la aplicación del reactivo se puede observar que un poco más de las tres cuartas partes de la población evaluada presentan rasgos de neuroticismo en un rango medio, es decir se caracterizan por ser unas personas que mantienen una estabilidad emocional. Por otro lado, menos de la mitad de la población se encuentra en un nivel bajo y muy bajo lo que significa que son personas seguras, resistentes y generalmente relajadas e incluso en situaciones estresantes. A su vez más de la cuarta parte de la población están ubicadas en el rango alto, se caracterizan por ser personas emotivas. Finalmente, menos de la décima parte de la población se ubica en el nivel muy alto, es decir son individuos sensibles, propensos a experimentar sensaciones desagradables que se les presente.

Tabla N° 3: Resultados Extroversión

	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje acumulado
Muy bajo	36	38,3	38,3
Bajo	52	55,3	93,6
Medio	5	5,3	98,9
Alto	1	1,1	100,0
Muy Alto	0	0	0
Total	94	100,0	

Elaborado por: Investigador

Fuente: Investigación de campo

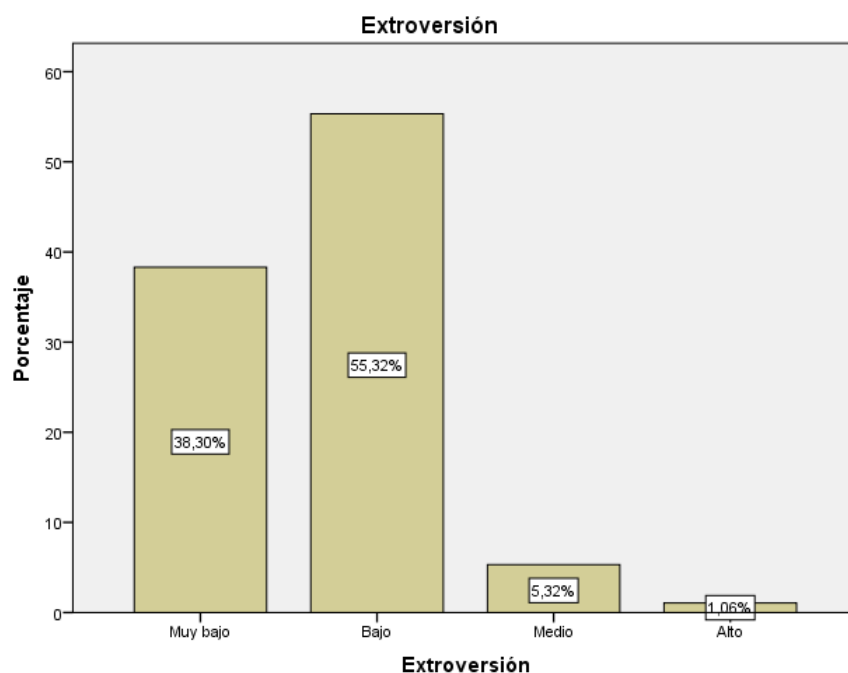


Gráfico N° 3: Resultados Extroversión
Elaborado por: Investigador
Fuente: Investigación de campo

Análisis e interpretación:

Producto del análisis de los resultados de la aplicación del reactivo se puede observar que más de la mitad de la población evaluada presentan rasgos de extroversión bajo, es decir se caracterizan por ser unas personas introvertidas, reservadas y serias. Por otro lado, menos de la mitad de la población se encuentra en un nivel muy bajo lo que significa que son personas que prefieren estar aisladas, solas o en compañía de amigos muy íntimos. Además, menos del primer cuarto de la población se ubica en el nivel medio, es decir son individuos que les agrada estar acompañados y a la vez disfrutan el momento cuando se encuentran solos. Finalmente, menos de la quinta parte de la población se encuentran en el nivel alto se representan por ser personas abiertas, activas extrovertidas, disfrutan estar rodeados de otras personas. Cabe mencionar que en el rango alto y muy alto no hay resultados representativos.

Tabla N° 4: Resultados Apertura

	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje acumulado
Muy bajo	24	25,5	25,5
Bajo	55	58,5	84,0
Medio	13	13,8	97,9
Alto	1	1,1	98,9
Muy alto	1	1,1	100,0
Total	94	100,0	

Elaborado por: Investigador

Fuente: Investigación de campo

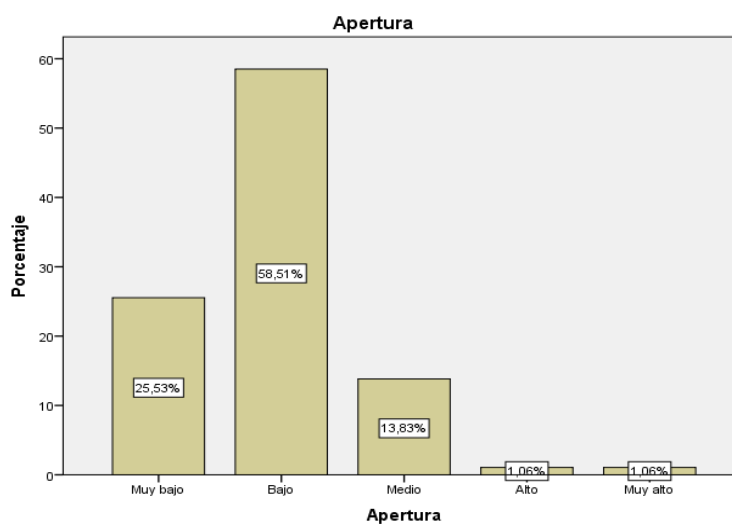


Gráfico N° 4: Resultados Apertura

Elaborado por: Investigador

Fuente: Investigación de campo

Análisis e interpretación:

Producto del análisis de los resultados de la aplicación del reactivo se puede observar que más de la tercera parte de la población evaluada presentan rasgos de apertura bajo y dos cuartas partes en muy bajo es decir se caracterizan por ser prácticas, tradicionales. Por otro lado, un poco más de la décima parte de la población se encuentra en un nivel medio lo que significa que son personas deseosas de probar nuevas formas de realizar cosas, busca un equilibrio entre lo novedoso y lo antiguo. A su vez, menos de la décima parte de la población se encuentran en el

nivel alto y muy alto, es decir son personas que se determinan por el amplio interés que tienen y la gran imaginación que presentan a nuevas experiencias de vida.

Tabla N° 5: Resultados Amabilidad

	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje acumulado
Muy bajo	78	83,0	83,0
Bajo	15	16,0	98,9
Medio	0	0	0
Alto	1	1,1	100,0
Muy Alto	0	0	0
Total	94	100,0	

Elaborado por: Investigador

Fuente: Investigación de campo

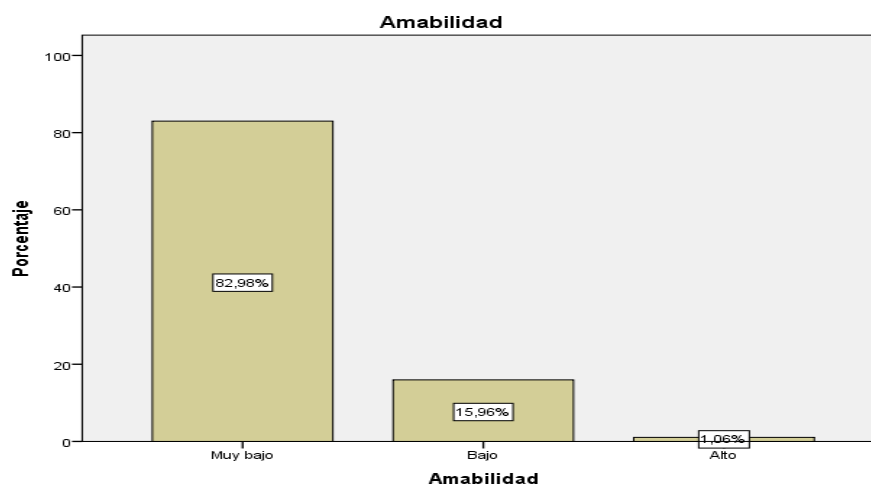


Gráfico N° 5: Resultados Amabilidad

Elaborado por: Investigador

Fuente: Investigación de campo

Análisis e interpretación:

Producto del análisis de los resultados de la aplicación del test se puede evidenciar que más de la tercera parte de la población evaluada presentan rasgos de amabilidad muy bajo, es decir que estos individuos se caracterizan por ser realistas, competitivos, tienden a expresar su enfado con miramientos. Más de la décima parte de la población se encuentran en un nivel bajo, es decir son personas escépticas y orgullosas. Finalmente, menos de la quinta parte de la población se encuentran en

el nivel alto caracterizadas por ser sensibles y dispuestas a cooperar y evitar conflictos.

Tabla N° 6: Resultados Responsabilidad

	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje acumulado
Muy bajo	13	13,8	13,8
Bajo	74	78,7	92,6
Medio	6	6,4	98,9
Alto	1	1,1	100,0
Muy Alto	0	0	0
Total	94	100,0	

Elaborado por: Investigador

Fuente: Investigación de campo

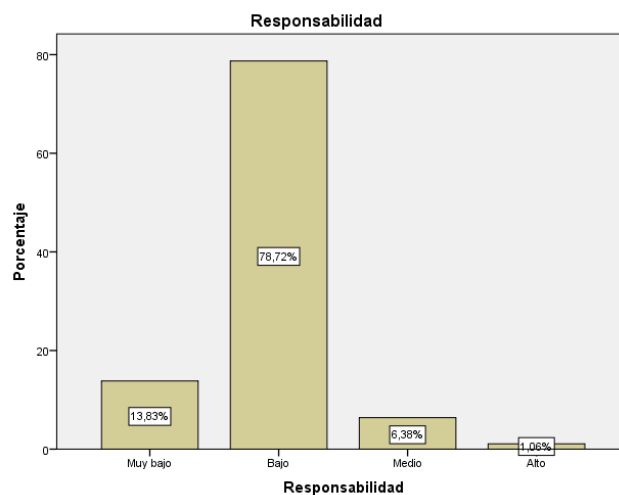


Gráfico N° 6: Resultados Responsabilidad

Elaborado por: Investigador

Fuente: Investigación de campo

Análisis e interpretación:

Producto del análisis de los resultados de la aplicación de la prueba se puede evidenciar que más de la tercera parte de la población evaluada presentan rasgos de responsabilidad bajo, es decir que estos individuos se determinan por mostrar poco interés en las actividades que realiza. Por otro lado, más de la décima parte de la población se encuentran en un nivel muy bajo, es decir son personas desorganizadas en sus actividades. A su vez menos de la décima parte de la población evaluada se

encuentran en un nivel medio, es decir son personas centradas con objetivos claros y organizados. Finalmente, menos de la quinta parte de la población se encuentran en un nivel alto caracterizadas por ser individuos responsables, organizadas con principios sólidos.

Tabla N° 7: Tipos de Afrontamiento

	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje acumulado
Afrontamiento Directo	11	11,7	11,7
Afrontamiento Defensivo	81	86,2	97,9
Afrontamiento Desadaptativo	2	2,1	100,0
Total	94	100,0	

Elaborado por: Investigador

Fuente: Investigación de campo

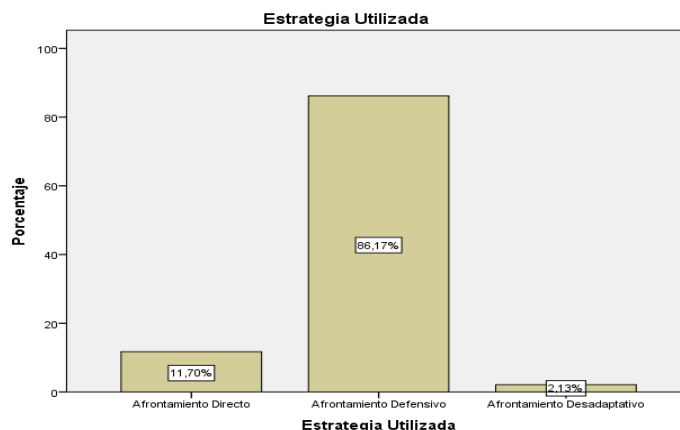


Gráfico N° 7: Resultados Estrategia Utilizada

Elaborado por: Investigador

Fuente: Investigación de campo

Análisis e interpretación:

En base a los estudios realizados se puede observar más de la tercera parte de la población están ubicados en el afrontamiento defensivo, es decir patrón protector que define a las personas de lo que perciben como alerta o amenazas subyacentes a su autoimagen positiva, es el grado en que el individuo afronta las situaciones con demandas desbordantes de la vida cotidiana, centrado en sus emociones, humor y búsqueda de apoyo social. Por otra parte, menos de la primera parte de la población se encuentran en un afrontamiento directo, es decir son individuos que realizan esfuerzos para cambiar una situación, es el grado en que el individuo plantea y desarrolla estrategias mediante; aceptación de la realidad, concentración de esfuerzos, planificación y afrontamiento activo con el fin de solucionar los

problemas de la vida diaria. Finalmente, menos de la quinta parte de la población se encuentran en un afrontamiento desadaptativo caracterizado, es el grado de planteo de estrategias como negación de la realidad, abandono de esfuerzos y evasión; que hace el individuo frente a las exigencias que se les plantea.

CHI-CUADRADO

Tabla N° 8: Neuroticismo con la Habilidades Utilizadas

		Afrontamiento Directo	Afrontamiento Defensivo	Afrontamiento Desadaptativo	Total
Neuroticismo	Muy bajo	1	4	0	5
	Bajo	3	19	1	23
	Medio	5	36	0	41
	Alto	1	20	1	22
	Muy alto	1	2	0	3
Total		11	81	2	94

Elaborado por: Investigador

Fuente: Investigación de campo

Tabla N° 9: Prueba de chi-cuadrado - Neuroticismo con la Habilidades Utilizadas

	Valor	gl	Significación asintótica (bilateral)
Chi-cuadrado de Pearson	4,939 ^a	8	,764
Razón de verosimilitud	5,555	8	,697
Asociación lineal por lineal	,231	1	,631
N de casos válidos		94	

Elaborado por: Investigador

Fuente: Investigación de campo

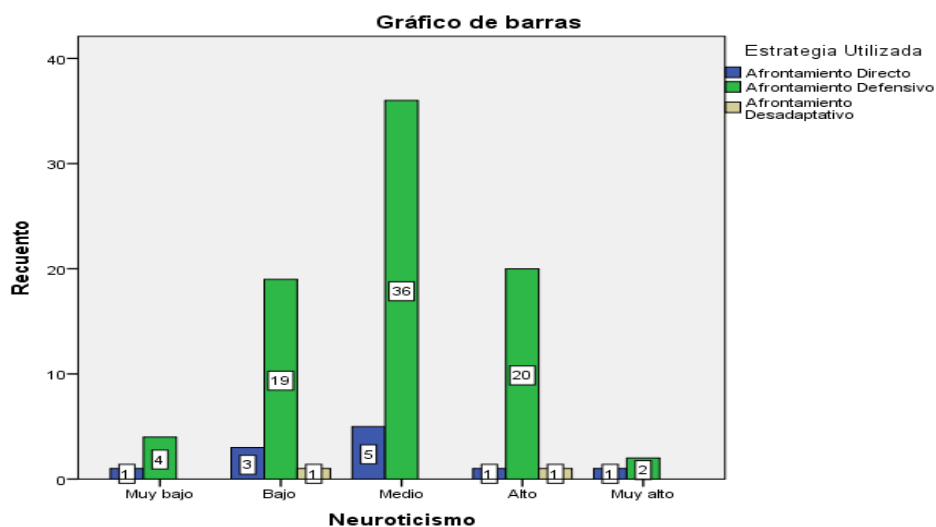


Gráfico N° 8: Resultados Neuroticismo con la Habilidad Utilizada

Elaborado por: Investigador

Fuente: Investigación de campo

Decisión:

Con el valor chi-cuadrado de 4,939 (gl 8) y un valor significativo de 0,764 se rechaza la hipótesis alterna y se acepta la hipótesis nula, es decir que treinta y seis aspirantes se encuentran en un nivel medio de neuroticismo y en afrontamiento defensivo, diecinueve aspirantes están en un rango bajo, veinte y dos aspirantes se encuentran en un nivel alto y muy alto cabe recalcar que ochenta y un aspirantes tienen un afrontamiento defensivo. Por tal motivo

Tabla N 10: Extroversión con la Habilidades Utilizadas

		Afrontamiento Directo	Afrontamiento Defensivo	Afrontamiento Desadaptativo	Total
Extroversión	Muy bajo	3	32	1	36
	Bajo	8	43	1	52
	Medio	0	5	0	5
	Alto	0	1	0	1
	Muy Alto	0	0	0	0
Total		11	81	2	94

Elaborado por: Investigador

Fuente: Investigación de campo

Tabla N 11: Pruebas de chi-cuadrado – Extroversión con la Habilidades Utilizadas

	Valor	gl	Significación asintótica (bilateral)
Chi-cuadrado de Pearson	2,100 ^a	6	,910
Razón de verosimilitud	2,903	6	,821
Asociación lineal por lineal	,128	1	,720
N de casos válidos	94		

Elaborado por: Investigador

Fuente: Investigación de campo

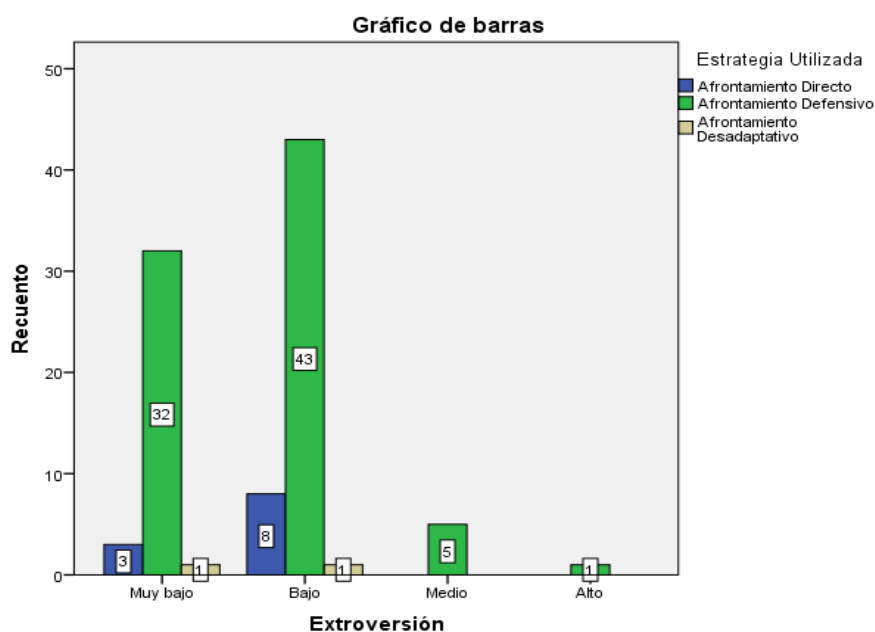


Gráfico N° 9: Resultados Extroversión con la Habilidad Utilizada

Elaborado por: Investigador

Fuente: Investigación de campo

Decisión:

Con el valor chi-cuadrado de 2,100 (gl 6) y un valor significativo de 0,910 en referencia el valor 0.005 como es superior, se rechaza la hipótesis alterna y se acepta la hipótesis nula, es decir que cuarenta y tres aspirantes se encuentran en un nivel bajo de extroversión, treinta y dos aspirantes están en nivel muy bajo, toda la población evaluada se encuentra en un afrontamiento defensivo.

Tabla N 12: Apertura con la Habilidades Utilizadas

		Afrontamiento Directo	Afrontamiento Defensivo	Afrontamiento Desadaptativo	Total
Apertura	Muy bajo	4	19	1	24
	Bajo	5	49	1	55
	Medio	2	11	0	13
	Alto	0	1	0	1
	Muy alto	0	1	0	1
Total		11	81	2	94

Elaborado por: Investigador**Fuente:** Investigación de campo**Tabla N° 13:** Pruebas de chi-cuadrado – Apertura con la Habilidades Utilizadas

	Valor	Gl	Significación asintótica (bilateral)
Chi-cuadrado de Pearson	2,263 ^a	8	,972
Razón de verosimilitud	2,669	8	,953
Asociación lineal por lineal	,028	1	,867
N de casos válidos	94		

Elaborado por: Investigador**Fuente:** Investigación de campo

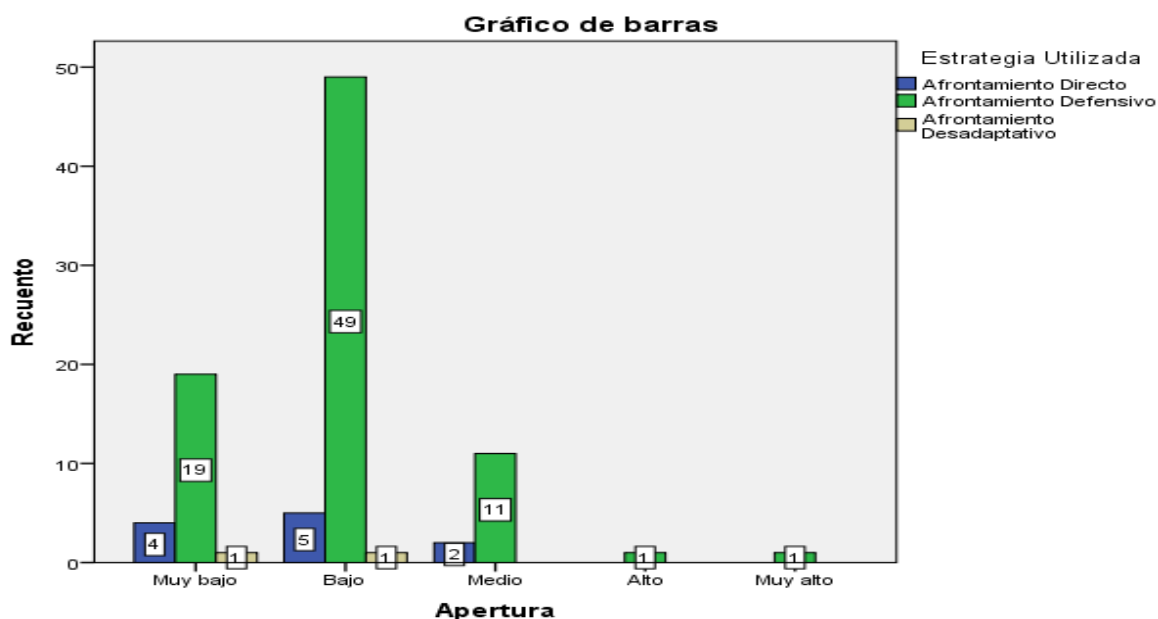


Gráfico N° 10: Resultados Apertura con la Habilidad Utilizada
Elaborado por: Investigador
Fuente: Investigación de campo

Decisión:

Con el valor chi-cuadrado de 2,263 (gl 8) y un valor significativo de 0,972 se rechaza la hipótesis alterna y se acepta la hipótesis nula, es decir que cuarenta y nueve aspirantes se encuentran en un nivel bajo de apertura, diecinueve aspirantes en un nivel muy bajo, once aspirantes en un nivel medio, todas las aspirantes se encuentran en un afrontamiento defensivo.

Tabla N° 14: Amabilidad con la Habilidades Utilizadas

		Afrontamiento Directo	Afrontamiento Defensivo	Afrontamiento Desadaptativo	Total
Amabilidad	Muy bajo	11	65	2	78
	Bajo	0	15	0	15
	Alto	0	1	0	1
Total		11	81	2	94

Elaborado por: Investigador
Fuente: Investigación de campo

Tabla N° 15: Pruebas de chi-cuadrado – Amabilidad con la Habilidades Utilizadas

	Valor	gl	Significación asintótica (bilateral)
Chi-cuadrado de Pearson	3,095 ^a	4	,542
Razón de verosimilitud	5,262	4	,261
Asociación lineal por lineal	1,107	1	,293
N de casos válidos	94		

Elaborado por: Investigador

Fuente: Investigación de campo

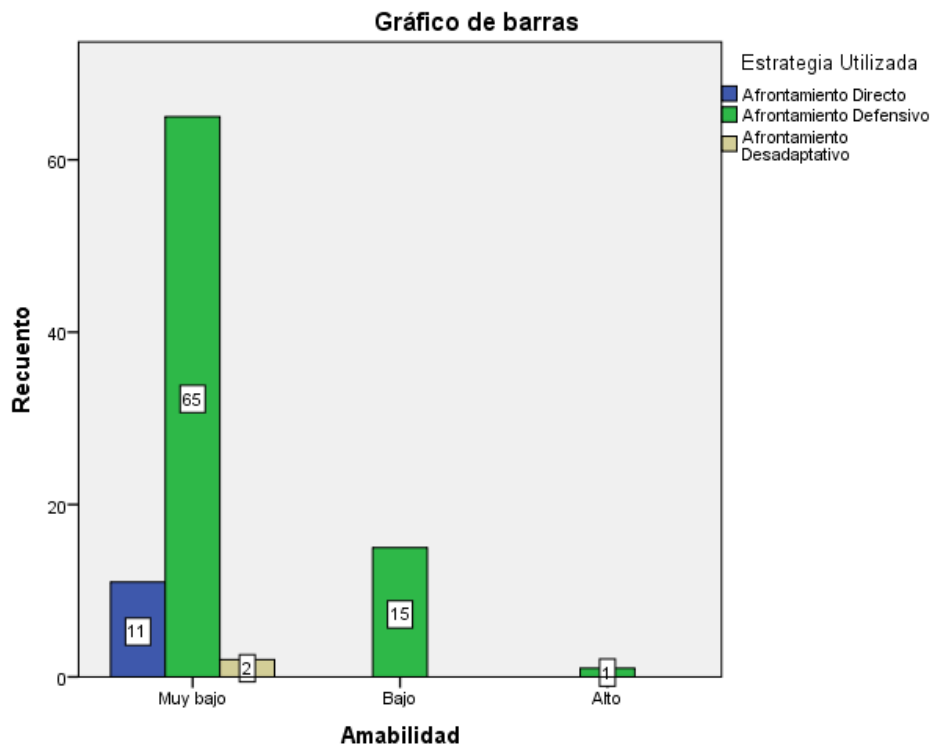


Gráfico N° 11: Resultados Amabilidad con la Habilidad Utilizada

Elaborado por: Investigador

Fuente: Investigación de campo

Decisión:

Con el valor chi-cuadrado de 3,095 (gl 4) y un valor significativo de 0,542 se rechaza la hipótesis alterna y se acepta la hipótesis nula, es decir que sesenta y cinco aspirantes se encuentran en un nivel se encuentran en un nivel bajo, toda la población evaluada se encuentra en un afrontamiento defensivo.

Tabla N° 16: Responsabilidad con la Habilidades Utilizadas

		Afrontamiento Directo	Afrontamiento Defensivo	Afrontamiento Desadaptativo	Total
Responsabilidad	Muy bajo	2	11	0	13
	Bajo	9	63	2	74
	Medio	0	6	0	6
	Alto	0	1	0	1
	Muy Alto	0	0	0	0
Total		11	81	2	94

Elaborado por: Investigador
Fuente: Investigación de campo

Tabla N 17: Pruebas de chi-cuadrado – Responsabilidad con la Habilidades Utilizadas

	Valor	Gl	Significación asintótica (bilateral)
Chi-cuadrado de Pearson	1,692 ^a	6	,946
Razón de verosimilitud	2,906	6	,821
Asociación lineal por lineal	,780	1	,377
N de casos válidos	94		

Elaborado por: Investigador
Fuente: Investigación de campo

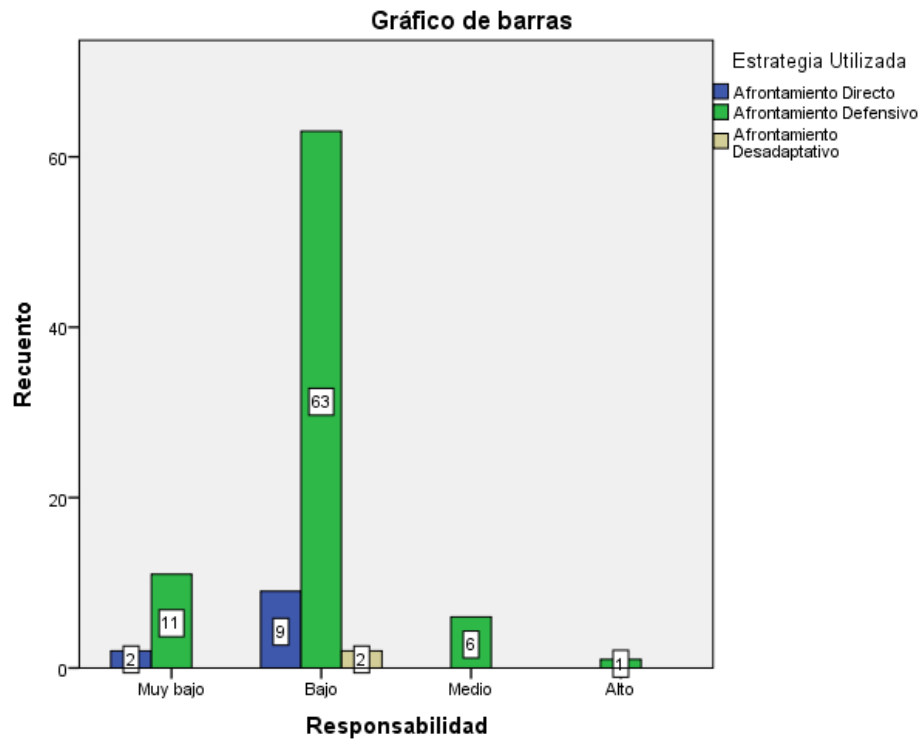


Gráfico N° 12: Resultados Responsabilidad con la Habilidad Utilizada
Elaborado por: Investigador
Fuente: Investigación de campo

Decisión:

Con el valor chi-cuadrado de 1,692 (gl 6) y un valor significativo de 0,946 se rechaza la hipótesis alterna y se acepta la hipótesis nula, es decir que sesenta y tres aspirantes se encuentran en un nivel bajo de responsabilidad, once aspirantes están en nivel muy bajo, ochenta y un aspirantes se encuentran en un afrontamiento defensivo.

Comprobación de las hipótesis

Para verificar la hipótesis se procede a plantear la hipótesis nula y la hipótesis alternativa como modelo lógico.

Hipótesis

H₀ = hipótesis nula

H₁ = hipótesis alternativa

H₀ = Los rasgos de personalidad **NO** influyen en las habilidades de afrontamiento para entres en las aspirantes a Policías del Centro de Formación Policial Cabo Segundo Víctor Hugo Ushca Pachacama

H₁ = Los rasgos de personalidad **SI** influyen en las habilidades de afrontamiento para entres en las aspirantes a Policías del Centro de Formación Policial Cabo Segundo Víctor Hugo Ushca Pachacama

Nivel de significación

Permite determinar la zona de aceptación o rechazo de la hipótesis, con la cual se puede asumir la hipótesis nula.

Se recomienda asumir o trabajar con el 5% o 0,05 – 51

El nivel de significación escogida para la investigación fue el 0,05.

Elección de la prueba estadística.

Para la verificación de la hipótesis se escogió la prueba Chi cuadrado, cuya formula es la siguiente:

$$x^2 = \frac{\sum(O - E)^2}{E}$$

Simbología:

O = Datos observados (Frecuencia Observada)

E = Datos esperados (Frecuencia Esperada)

CAPÍTULO IV

CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

CONCLUSIONES:

- Una vez obtenido los resultados con la comprobación de la hipótesis a través de la prueba estadística chi cuadrado, se identifica que, los rasgos de personalidad NO influyen sobre las habilidades de afrontamiento en las aspirantes a policías del Centro de Formación Policial Víctor Hugo Ushca Pachacama, aprobando la hipótesis nula, ya que el valor del χ^2 supera el valor de referencia (Tabla N° 8), los rasgos de personalidad no son determinantes para presentar cierto tipo de habilidad para afrontar un problema ante el estrés.
- Referente a los rasgos de personalidad se describe (Tabla N° 2), el rasgo neurótico es predominante con menos prevalencia es el de amabilidad. Siendo así individuos que se caracterizan por afrontar de manera adecuada cualquier situación estresante o frustrante. Por otro lado, se puede observar que carecen de creatividad, son menos conscientes de sus sentimientos y no disfrutan de nuevas experiencias.
- En las habilidades de afrontamiento se determina que las aspirantes utilizan afrontamiento defensivo y pocas de ellas manejan afrontamiento desadaptativo siendo personas que se caracterizan por ver los aspectos positivos de la vida, sin embargo, en ciertas ocasiones tienden aludir responsabilidades debido a la crítica social, familiar o laboral.
- Se diseña una alternativa de solución enfocada en fortalecer las habilidades de afrontamiento para estrés.

RECOMENDACIONES:

- Se recomienda una aplicación más amplia y representativa ya que solo se trabajó con una muestra de mujeres y no se puede generalizar los resultados, además es necesario investigar en otros factores que intervengan de forma determinante en las habilidades de afrontamiento para el estrés.
- Es necesario realizar una indagación más profunda sobre los rasgos de apertura, amabilidad, responsabilidad a través del área de psicología de la Policía Nacional con personal calificado en el área de Psicología Clínica, realizando intervenciones y seguimientos en base a las evaluaciones psicológicas de cada una de ellas para fomentar estabilidad emocional.
- Promover espacios que permitan realizar actividades recreativas a las aspirantes a policías, se considera de gran importancia ya que en su labor experimentan situaciones con una carga emocional importante, por lo que es fundamental que ellas puedan tramitar estas circunstancias de manera adecuada, para así poder seguir desarrollando su formación satisfactoriamente. Por tal motivo se propone trabajar en las habilidades de afrontamiento para el estrés que ayuden a confrontar de manera positiva las situaciones a las que se encuentran expuestas.
- Aplicación del plan operativo para fortalecer habilidades de afrontamiento ante situaciones de estrés de esta forma se mejora la calidad de vida de las aspirantes en cuanto a su esfera social, personal y afectiva que le permite un óptimo desarrollo dentro de la CFP.

DISCUSIÓN

Para la obtención de estos datos se utilizó la prueba estadística χ^2 , los resultados obtenidos indicaron que no hay influencia entre los rasgos de personalidad y las habilidades de afrontamiento para estrés ($p=0,767$) ya que las aspirantes tienen un afrontamiento defensivo a las circunstancias que se les presenta diariamente, siendo así el grado en que el individuo afronta las situaciones con demandas desbordantes de la vida cotidiana, centrado en sus emociones, humor y búsqueda de apoyo social, cabe recalcar que el rasgo de personalidad predominante es el neuroticismo y sin embargo este no ejerce una influencia significativa para presentar un estilo de afrontamiento directo que indica ser el más adaptativo frente a situaciones estresantes.

Existen investigaciones contradictorias con los datos obtenidos, por ejemplo, con base a estudios realizados en soldados en el 2015, se obtuvo resultados determinantes que los rasgos de personalidad influyen en las habilidades de afrontamiento, cuyos autores reportan que los rasgos de personalidad de protección, extraversión, comunicatividad y concordancia muestran relación con el estilo de búsqueda de apoyo social, y la evitación cognitiva correlacionó negativamente con la reflexión. De esta manera se evidencia cómo ciertos rasgos de personalidad determinan las habilidades de afrontamiento a emplearse en situaciones conflictivas (Chávez y Orozco, 2015). En base a la presente investigación comparada al estudio previo se identifica que no existe la asociación entre las variables, porque se trabaja con una muestra distinta que presenta características significativas, es decir no es una muestra amplia ni de equidad de género lo cual pudo haber influido para que los resultados den a la aceptación de la hipótesis nula; logrando corroborar la información mediante la aplicación de los instrumentos psicológicos como el inventario de personalidad NEO-FFI, el Cuestionario de habilidades de Afrontamiento del Estrés.

En el estudio realizado por Diaz, (2014) manifiesta que los resultados obtenidos en la investigación sean contradictorios por el tipo de muestra, es que los bomberos de Gran Canaria-España presentaron en menor medida rasgos de altruismo y amabilidad, lo cual es una característica esperable para su trabajo y rutina diaria, en

sus resultados, destaca un moderado a bajo nivel de apertura y amabilidad, y un bajo nivel de responsabilidad. Esto concuerda en lo reportado en el presente estudio, considerando un aspecto fundamental a considerar en estrategias de intervención con las aspirantes a policías, ya que son personas que laboraran por el bienestar de la comunidad, y deben tener características de servicio y ayuda (Díaz, 2014).

El mismo autor reporta en sus resultados, que los bomberos evaluados son personas con conductas no operativas generadas en base a la inestabilidad emocional, inseguridad, ansiedad y preocupación excesiva. Siendo este un señalamiento contradictorio con respecto a los resultados encontrados en la presente investigación, por el contexto en que se desarrollan tanto los Bomberos de España como los del país, debido a las diferencias culturales, económicas y sociales que generan resultados diferentes en los dos estudios de investigación. Concuerda con el estudio realizado ya que los sujetos de muestra están vinculados a varios tipos de contactas que generen inestabilidades en su vida cotidiana afectado a su afrontamiento adecuado a circunstancias estresantes.

En la investigación sobre Rasgos de personalidad y su relación con las conductas autodestructivas en los adolescentes, cuyo objetivo fue comprobar la relación entre los rasgos de personalidad y las conductas autodestructivas en los adolescentes. Se realizó un estudio de tipo descriptivo transversal con un enfoque cuali-cuantitativo, para ello se recogió una muestra probabilística de 200 adolescentes en edades comprendidas de 16 a 18 años de edad, obtenida mediante la fórmula de población finita; como instrumentos de recolección de datos se utilizó el Consentimiento Informado, una encuesta diseñada por la investigadora denominada “Encuesta de conductas autodestructivas”, y el Cuestionario de Personalidad SEAPSI, donde se determinó que los rasgos predominantes de personalidad a ejecutar conductas autodestructivas son el rasgo ciclotímico de personalidad, seguido de el rasgo Impulsivo y por ultimo un rasgo Dependiente los mismos que se relacionan con las conductas autodestructivas de cuales los adolescentes manifiestan desconformidad de la figura y peso; desafían a la autoridad; y menos de la mitad de la población estudiada mantienen consumo de sustancias. Por tanto, los resultados permiten

confirmar la relación entre los rasgos de personalidad y las conductas autodestructivas (Enríquez. 2018).

Se puede evidenciar que en este estudio de rasgos de personalidad no influyen en las habilidades de afrontamiento para entrés, se utiliza la prueba estadística χ^2 para la correlación de variables y obtención de los resultados. Los rasgos de personalidad no son estables, varían de acuerdo a los sujetos de estudio es por eso que en ciertas investigaciones si se encontró una influencia pero en la muestra utilizada para el presente estudio no se asocian las variables debido a otros factores que podrían ser analizados en futuras investigaciones como son el género ya que se trabajó solo con mujeres, el rango de edad ya que por ser adolescentes no tienen un buen manejo en sus habilidades de afrontamiento y además mencionar que la muestra no es representativa de población general $n=94$, quizás se debe realizar un estudio más amplio para determinar la influencia de los rasgos de personalidad y habilidades de afrontamiento.

CAPÍTULO V

PROPUESTA

TEMA DE LA PROPUESTA: Talleres para el manejo de habilidades de afrontamiento para estrés de las aspirantes a Policías del Centro de Formación Policial Cabo Segundo Víctor Hugo Ushca Pachacama.

JUSTIFICACIÓN

La presente investigación tiene como propósito realizar una propuesta con técnicas para el fortalecimiento de las habilidades de afrontamiento para estrés en las aspirantes a Policías del Centro de Formación Policial Cabo Segundo Víctor Hugo Ushca Pachacama, ya que con la información obtenida se puede evidenciar que más de la mitad de los sujetos de estudio tienen un afrontamiento defensivo, por lo cual es de gran relevancia desarrollar técnicas que potencien las habilidades de afrontamiento para estrés en las aspirantes, de esta manera se pueda generar un desenvolvimiento óptimo en el aspecto de formación, educación policial y personal.

Los beneficiarios directos de la propuesta serán las aspirantes y el personal que labora dentro del centro de formación Policial debido a que es un eje fundamental en el desarrollo intelectual contribuyendo al progreso personal y del país.

La propuesta es original porque se cuenta con técnicas, actividades y tareas que no han sido aplicados anteriormente en esta población, siendo de gran factibilidad la información que se encuentra disponible para la ejecución del plan operativo el mismo que dará un indicio del desarrollo adecuado de las aspirantes en diferentes contextos.

OBJETIVOS

GENERAL

- Diseñar una propuesta para fortalecer las habilidades de afrontamiento para estrés en las aspirantes a Policías del Centro de Formación Policial Cabo Segundo Víctor Hugo Ushca Pachacama.

ESPECÍFICOS

1. Planificar actividades para el desarrollo de los talleres que fomentan las habilidades de afrontamiento para estrés en las aspirantes a Policías del Centro de Formación Policial Cabo Segundo Víctor Hugo Ushca Pachacama.
2. Desarrollar técnicas cognitivo conductuales que permitan fortalecer las habilidades de afrontamiento para estrés en las aspirantes a Policías del Centro de Formación Policial Cabo Segundo Víctor Hugo Ushca Pachacama.

PLAN OPERATIVO

Cuadro N° 1: Plan Operativo

Fase	Técnica	Objetivos	Algoritmos	Recursos	Tiempo	Responsable
I Logística		Gestionar el lugar donde se va a realizar las actividades	Preparación de materiales para el desarrollo del taller	Espacio físico Recursos humanos Materiales tecnológicos	40 minutos	Investigador
II Socialización	Encuadre Sensibilización	Dar a conocer a los miembros del centro de formación policial que habilidades de afrontamiento pueden utilizar.	Información sobre los resultados obtenidos de la investigación. Determinar reglas, expectativas de los talleres y compromiso final.	Espacio físico Recursos humanos Materiales tecnológicos	30 minutos	Investigador
III Ejecución Taller 1 Impartiendo habilidades de afrontamiento	Exposición oral	Impartir conocimientos sobre las habilidades de afrontamiento y su utilización.	Identificación de habilidades de afrontamiento para establecer nuevos compromisos	Espacio físico Recursos humanos Materiales tecnológicos	1:30 minutos	Investigador
Taller 2 Desarrollando mis habilidades de afrontamiento	Exposición oral	Generar autoconocimiento de las habilidades y destrezas para afrontar conflictos y tomar decisiones.	Utilización de técnicas orientadas en el manejo de habilidades de afrontamiento.	Espacio físico Recursos humanos Materiales tecnológicos	1:30 minutos	Investigador
Taller 3 Fortalecimiento de mis habilidades de afrontamiento	Desensibilización sistemática Reestructuración cognitiva	Reforzar los conocimientos obtenidos durante el desarrollo de los talleres.	Aplicación de habilidades de afrontamiento para la resolución de conflictos y toma de decisiones en la vida cotidiana	Espacio físico Recursos humanos Materiales tecnológicos	1:30 minutos	Investigador

Fuente: Investigación

Elaborado por: Investigador.

ANÁLISIS TEÓRICO

De acuerdo a los resultados obtenidos de esta investigación realizada se observa que no existe asociación entre las variables, así permitiendo una estructuración de técnicas terapéuticas, actividades orientadas al manejo de habilidades de afrontamiento en las aspirantes a Policías del Centro de Formación Policial Cabo Segundo Víctor Hugo Ushca Pachacama centrándose en el enfoque cognitivo conductual para incrementar el uso de estas técnicas.

La capacidad de afrontar no se refiere solo a la resolución práctica de los problemas, sino también la capacidad de la gestión de emociones y el estrés delante de la situación causante del problema. Modificar las propias estrategias de afrontamiento para así con eficacia enfrentar los eventos estresantes depende de la manera de evaluación de los eventos, de la capacidad propia y de la posibilidad de captar informaciones, buscar ayuda y apoyo social en el contexto donde se vive. Los estudios de psicología resaltan tres grandes características de las estrategias de afrontamiento, a partir de las cuales clasifican; una de ellas es valoración, búsqueda del significado del evento crítico; el problema, intenta confrontar la realidad, manejando las consecuencias que se presenta; y la emoción, regulación de los aspectos emocionales e intento de mantener el equilibrio afectivo (Castagnetta, 2013).

Según Clark (citado por Mae, 2016) describe que en la actualidad la terapia cognitivo conductual se considera una psicoterapia estructurada por tiempo, orientación de problemas ya que se rige en el cambio de actitudes y comportamientos negativos. Estos conocimientos y creencias se encuentran sujetos al análisis lógico y la comprobación empírica de la hipótesis, lo que conduce a las personas a realinear su pensamiento con la realidad y a modificar mediante técnicas sustentadas su conducta (p.14).

Como se ha mencionado antes, la terapia cognitivo conductual conlleva algunas técnicas enfocadas en la resolución de diversas problemáticas que se le atraviesen en diferentes contextos al ser humano, es por esto necesario examinar que este enfoque ayuda a la modificación de pensamientos, emociones, actitudes y

comportamientos, cabe recalcar que la intervención comienza en la psicología del aprendizaje.

Cevallos (2015) refiere: “la palabra sensibilización se utiliza para todo aquello que sirve para que la persona esté más en contacto con alguna parte de sí misma o de su mundo externo, que abra sus sentidos e incremente su conciencia respecto a ello” (p.2). La sensibilización gestalt consiste en una técnica semiestructurada que trata de promover el darse cuenta y la responsabilización de cada individuo, es decir que esta ayuda al ser humano a estar en alerta a su experiencia, estar consciente de esta misma para así lograr una conexión y alcance una fluidez en su relación intra e interpersonal.

Gracia (2017) manifiesta: “reestructuración cognitiva es una técnica psicológica que está enmarcada en la orientación cognitiva conductual destinada a demostrar ser una de las intervenciones más eficaces a la hora de tratar problemas de conducta” (p.6). La función de esta técnica es modificar los pensamientos irracionales que provocan malestar al ser humano y poder sustituirlos por otros más racionales mejorando sus decisiones y estados de ánimo, a su vez esta también identifica y modifica la interpretación de experiencias obtenidas y valoraciones subjetivas que provocan inestabilidad en la persona.

Diseño técnico de la propuesta

Cuadro N° 2: Taller I

TALLER I					
Tema: Las habilidades de afrontamiento					
Objetivo: Impartir conocimientos suficientes sobre las habilidades de afrontamiento y su utilización.					
Fase	Aspecto a trabajar	Técnica	Metas de resultados esperados	Tiempo	Responsable
Inicial	Presentación y bienvenida	Dinámica: El ovillo de lana.	Fusionar el grupo	15 minutos	Investigador
Inicial	Conocimiento de habilidades de afrontamiento. Importancia	Expositiva	Dar a conocer la información sobre la importancia del uso de las habilidades de afrontamiento	20 minutos	Investigador
Media	Habilidades de afrontamiento basados en la resolución de conflictos.	Registro de pensamientos	Desarrollar habilidades de solución a los conflictos.	40 minutos	Investigador
Final	Retroalimentación y reflexión	Dinámica: El bum	Generar espacios de reflexión y retroalimentación sobre la temática tratada.	15 minutos	Investigador

Fuente: Investigación

Elaborado por: Investigador.

Desarrollo Taller I

Fase Inicial

En esta fase la moderadora del taller dará la bienvenida a las participantes del centro de Formación Policial.

Inmediatamente realizará el encuadre y comentará los temas a tratar durante todo el taller.

Dinámica: “El ovillo de lana”

Objetivo: Conocer a las participantes de forma lúdica para integrar al grupo.

Materiales: ovillo de lana de cualquier color.

Como se realiza: Primero se les indica a todos los participantes a realizar un círculo, después de les solicita poner mucha atención y a que piensen en su fruta preferida.

Luego se procede a indicarles como es la dinámica, es decir se les dice que una persona va a lanzar el ovillo e lana a otra persona diciendo primero su nombre y la fruta preferida hasta que todos los integrantes ya hayan participado diciendo su nombre, generando con el ovillo una tela de araña, después se les indica que digan la siguiente frase “ mi nombre es (el nombre del participante) y todas las mañanas me lavo (el nombre de la fruta) hasta poder desenredar el ovillo de lana, con la finalidad de integrar al grupo y conocerse de forma divertida.

Finalidad: fusionar al grupo

Fase inicial

Técnica: Expositiva

Objetivo: Generar conocimiento de la importancia de las habilidades de afrontamiento.

Materiales: Computadora, Proyector.

Como se hace: En esta fase el moderador del taller dará a conocer a las aspirantes mediante la presentación de diapositivas el concepto de habilidades de afrontamiento, los resultados de los reactivos aplicados y la importancia de estos.

Después de toda la explicación se realizará preguntas a cada aspirante, como que significa una habilidad de afrontamiento, cuáles son los resultados obtenidos y que habilidad consideran importante que ellas manejan durante el desarrollo de su formación y labor policial y por qué.

Finalidad: Que las aspirantes tengan en cuenta la definición y aplicación de su habilidad para afrontar diversidades estresantes en su diario vivir.

Fase Media

Técnica: Lista de recuerdos

Objetivo: Identificar los recuerdos más presentes que no les permita desenvolverse en su diario vivir.

Materiales: Hojas y esferos.

Como lo hago: Para esta técnica se procede a entregar hojas en las que cada aspirante deberá detallar su recuerdo, situaciones. Después de que cada persona haya terminado deberá dar una solución a ese o decir que pudo hacer para que no pase eso. A partir de eso cada aspirante podrá tener más claro sus recuerdos para que no afecten y tener el control de manejarse adecuadamente. A partir de que ya se tenga claro que recuerdo le afecta más se deberá trabajar en la concientización logrando tomar el control, a su vez se maneja ejercicios de relajación mediante el manejo de respiración adecuada para relajar el organismo y poder tener una cierta concentración para concluir la actividad.

Refuerzo: La moderadora pedirá a las aspirantes que presten atención, y dará ciertos ejemplos de recuerdos que afecten, luego se escogiera al azar a una persona para que dirija un ejemplo, pedirá a cada aspirante que escriban que solución pueden dar a ese recuerdo o que harían para evitar esa cierta situación, como cuáles fueron sus emociones.

Fase Final

Dinámica: “El Bum”

Materiales: Realizar un círculo con todos los integrantes

Objetivo: Retroalimentar el tema a tratar mediante una cierta cantidad de preguntas.

Como lo hago: Todos los participantes se sientan en un círculo y se les comenzará a enumerar uno por uno y se les dar un múltiplo de cualquier número por ejemplo el múltiplo de cuatro o un número que termine en cuatro debe decir “BUM” en lugar del número y así sucesivamente cada aspirante deberá seguir con la serie. Aquel participante que no dice BUM pierde o la persona que se equivoca se realizara las preguntas de acuerdo a la temática tratada. Cabe recalcar que la actividad debe ser rápida para tener más participantes para las preguntas.

Finalidad: Reforzar lo aprendido, reflexionar sobre sus conductas.

Cuadro N° 3: Taller II

TALLER II					
Tema: Desarrollando mis habilidades de afrontamiento					
Objetivo: Generar autoconocimiento de las habilidades y destrezas para afrontar conflictos y tomar decisiones.					
Fase	Aspecto a trabajar	Técnica	Metas de resultados esperados	Tiempo	Responsable
Inicial	Bienvenida	Autoconocimiento “Desnudo azul”	Conseguir que la aspirante tenga conciencia de sí misma.	15 minutos	Investigador
Inicial	El autoconocimiento personal, autoexploración.	Introspección personal	Identificar aspectos positivos personales como los generadores de emociones placenteras.	20 minutos	Investigador
Media	Importancia en el desarrollo de las habilidades de afrontamiento.	Reevaluación positiva	Conocer el manejo de las habilidades de afrontamiento para una adecuada comunicación.	40 minutos	Investigador
Final	Autorreflexión final	Dinámica “canasta revuelta”	Mejorar la interacción social frente a los posibles conflictos para enfrentarlos y tomar decisiones oportunas.	15 minutos	Investigador

Fuente: Investigación

Elaborado por: Investigador.

Desarrollo Taller II

Fase Inicial

Dinámica: “Desnudo azul”

Objetivo: Conseguir que la aspirante tenga razón de sí misma.

Materiales: hojas de ruta.

Como lo realizo: La persona que está encargada de dirigir el taller pedirá a su auditorio que durante 10 minutos. El propósito de esta actividad es que las aspirantes se comprometan a trabajar sobre la emoción de la vergüenza y timidez. Es decir que esto ayudara a identificar como operan estas emociones en todos los integrantes del grupo. El moderador deberá dividir a los participantes en cuatro grupos y se les entregaran la imagen de la pintura artística “Desnudo Azul”. Cada grupo deberá describir la postura de la persona de la imagen, identificar si existe relación en la descripción de la imagen.

Finalidad: Generar reflexión sobre las experiencias compartidas.

Fase Inicial

Técnica: Introspección

Objetivo: Identificar sus estados de ánimo para reflexionar sobre ellos.

Materiales: Hojas y esferos.

Como se realiza: el moderador pide a cada aspirante concentrarse y escribir en la hoja sus estados de ánimo más a menudos. Para el desarrollo de esta técnica se les pide a las aspirantes hacer silencio y concentrarse.

Finalidad: Reflexión interna de los estados de ánimo, sentimientos o actos.

Fase Media

Técnica: Reevaluación positiva

Objetivo: Facilitar la detección de habilidades.

Materiales: Hojas y esferos

Como se realiza: Se entrega a cada participante una hoja y esfero en el que se le pide que realice un listado de aspectos positivos cuando toma decisiones, el segundo paso es clasificarlos y explicar los beneficios de dichos aspectos, por ejemplo, uno de mis aspectos positivos es ser asertivo al momento de tomar una decisión, el beneficio es dar a conocer cuales con las habilidades y límites al momento de tomar una decisión frente a un conflicto.

Finalidad: Que las aspirantes enfatizen sus habilidades positivas sustituyendo de tal manera aspectos negativos que no le permiten su desenvolvimiento.

Fase Final

Dinámica: Canasta revuelta

Objetivo: Mejorar la interacción grupal frente a los posibles conflictos ante el estrés.

Como se realiza: La persona encargada de la técnica deberá armar un circulo con todas las aspirantes, a cada una se le va a denominar una fruta, la moderadora deberá decir una cierta fruta y a la aspirante que le salga deberá decir el nombre de la aspirante que esta a lado derecho y hacerle una pregunta sobre la temática tratada. Después de pasar algunas vueltas deberá decir el moderador “canasta revuelta” todas las aspirantes deberán moverse de su puesto y volver armar el circulo.

Finalidad: identificar y evaluar los conocimientos adquiridos sobre la temática tratada.

Cuadro N° 4: Taller III

TALLER III					
Tema: Fortaleciendo mis habilidades de afrontamiento.					
Objetivo: Reforzar los conocimientos obtenidos durante el desarrollo de los talleres.					
Fase	Aspecto a trabajar	Técnica	Metas de resultados esperados	Tiempo	Responsable
Inicial	Bienvenida	Dinámica: “cuerpos expresivos”	Generar empatía y la capacidad para ponerse en el lugar del otro.	15 minutos	Investigador
Inicial	Estilo: Focalizado en la resolución de problemas.	Confrontación La mascara	Crear un clima de análisis y evaluación constante de las habilidades de afrontamiento.	20 minutos	Investigador
Media	Manejo de la tolerancia	Lista de pensamientos	Fortalecer los niveles de tolerancia frente a criterios negativos externos.	40 minutos	Investigador
Final	Consideraciones finales y finalización de los talleres.	Auto instrucciones	Fortalecer el bienestar cognitivo, psicológico, personal, familiar, laboral e institucional en las aspirantes.	15 minutos	Investigador

Fuente: Investigación

Elaborado por: Investigador.

Desarrollo Taller III

Fase Inicial

Dinámica: “Cuerpos Expresivos”

Objetivo: Generar al grupo de trabajo aminación, empatía y diversión para identificar las habilidades de las aspirantes.

Materiales: Papeles con nombre de diversos animales

Como se hace: Se distribuye los papeles a todos los integrantes se les da 5 minutos para que planeen como deben actuar representando al animal que les toco y buscar a su pareja, cuando las aspirantes crean que encontraron a su pareja deberán abrazarlas y decir que animal les toco.

Finalidad: Identificarse como personas a través del desarrollo de sus habilidades.

Fase Inicial

Técnica: confrontación

Objetivo: Aceptación y modificación de la conducta.

Como se realiza: El moderador dará un ejemplo de una situación por drástica a todos los participantes, cada aspirante deberá identificar un factor que determine esta conducta o la causa de esta, después de que cada aspirante mencione su opinión deberá dar una solución al ejemplo que determino el moderador buscando la habilidad de afrontar que tendrá cada aspirante para solucionar el problema.

Finalidad: crear alternativas de solución con habilidades de afrontamiento que posee cada aspirante.

Fase Media - Procedimiento

Técnica: Lista de pensamientos

Materiales: Patio del CFP

Objetivo: Manejo de la pasividad

Como se realiza: Para el desarrollo de la técnica se pide a los evaluados que identifiquen cuales son los pensamientos repetitivos que generen malestar y no les permita avanzar en su desenvolvimiento.

Finalidad: Fortalecer los niveles de tolerancia frente a criterios estresantes.

Fase Final

Técnica: Auto Instrucciones

Objetivo: Proyección del futuro mediante la imaginación.

Materiales: Hojas y esferos

Como se realiza: Se reparte una hoja a cada aspirante y un esfero en el cual deberá escribir en que quiere cambiar al rato de afrontar una situación positiva y negativa, esto le ayudará a identificar que desearía cambiar para tener mejores habilidades de afrontamiento adecuadas ante problemáticas en su vida cotidiana.

Finalidad: Fortalecer las habilidades de afrontamiento para estrés.

BIBLIOGRAFÍA

- Arango Ramírez, A. J. D. J. (2015). Rasgos de personalidad según orden de nacimiento. 96. Retrieved from <http://recursosbiblio.url.edu.gt/tesisjcem/2015/05/42/Arango-Ana.pdf>
- Contreras, F., Espinosa, J. C., & Esguerra, G. (2009). Personalidad y afrontamiento en. *Universitas Psychologica*, 8(2), 311–322. <https://doi.org/10.1111/j.1365-2966.2010.17828.x>
- Castagnetta, O. (2013). *Psicología y Mnete*. Obtenido de <https://psicologiaymente.com/psicologia/estrategias-afrontamiento>.
- Cupani, M. (2012). Analisis Factorial Confirmatorio del NEO-FFI. *Avaliacao, Psicologia*, 159-168.
- Còlica, P. R. (2015). *Estrès manual diagnòstico: la explicaciòn psicobiològica de los s̀ntomas*. Argentina: Las Brujas
- Ecuador Fuerzas Armadas, M. M. (6 de Septiembre de 2018). *Revista Psicologia Cientifica*. Obtenido de <http://www.psicologiacientifica.com/factores-psicosociales-depresion-ansiedad-distorsion-cognitiva-habitos-de-vida/>
- Fernandez. (2014). *Todo es mente*. Obtenido de <http://todoesmente.com/defensa/estrategias-de-afrontamiento>.
- Fierro, A. (2016). Elementos cognitivos y otros en el sistema de la personalidad. *Estudios de Psicología*, 4(16), 85–106. <https://doi.org/10.1080/02109395.1983.10821370>
- Gabalda, I. (2013). El estudio de la personalidad en el modelo cognitivo de Beck. *Boletín de Psicología*, 109(109), 19–49.
- González, S. D. (27 de Octubre de 2017). *La mente es maravillosa*. Obtenido de <https://lamenteesmaravillosa.com/cattell-modelo-de-personalidad-16-pf/>

- Gutiérrez, L. C. (2015). Rasgos de personalidad en trastornos de la conducta alimentaria, evolución y gravedad de los síntomas. 399. Retrieved from <http://eprints.ucm.es/33297>
- Hermeza, D. (2015). El estrés, aliado de la pobreza de Latinoamérica. . Banco Mundial.
- Herrán, A. de la. (2003). Autoconocimiento y formación: más allá de la educación en valores. *Tendencias Pedagógicas*, (8), 13–42.
- Minzi, M. C. R. de. (2015). Una revisión crítica del enfoque lexicográfico y del modelo del los cinco factores. *Maria Cristina Richaud de Minzi*, 6(2), 103.
- OTI (2014). La organización del trabajo y el estrés. Estados Unidos. Institute of work Organisations.
- Permendikbud. (2016). Los rasgos de personalidad y su relación con la ansiedad ante la muerte en jóvenes con diagnóstico de cáncer de la fundación jóvenes contra el cáncer Ecuador. *IOSR Journal of Economics and Finance*, 3(1), 56. <https://doi.org/https://doi.org/10.3929/ethz-b-000238666>
- Rica, U. D. E. C., Sociales, F. D. E. C., A, E. D. E. P., Gloriana, B., & Piedra, L. (2016). Sáenz Herrera.
- Yang, C., Chen, W., & Wang, W. (2007). Rapidly solidified Zr-based alloy by shock-wave quenching. In *Tezhong Zhuzao Ji Youse Hejin/Special Casting and Nonferrous Alloys* (Vol. 27).

ANEXOS



Ilustración N° 1: Centro de Formación Policial



Ilustración N° 2: Aplicación de Reactivos.



Ilustración N° 3: Aplicación de Reactivos.



Ilustración N° 4: Aplicación de Reactivos.



Ilustración N° 5: Aplicación de Reactivos.



OFIC 0017/ FCHS/2019
Ambato, 01 de febrero de 2019

Mayor
Dario Alejandro Sandoval Pérez
**DIRECTOR CENTRO DE FORMACIÓN POLICIAL CABO SEGUNDO VÍCTOR
HUGO USHCA PACHACAMA**
Presente.-

De mi consideración:

Permitame ser la portadora de un saludo cordial y afectuoso, en representación de la Facultad de Ciencias Humanas y de la Salud de la Universidad Tecnológica Indoamérica, y a la vez conocedora de su alto espíritu de colaboración, me permito solicitarle se sirva autorizar la aplicación de los instrumentos para recolección de información del proyecto de investigación **"RASGOS DE PERSONALIDAD Y SU INFLUENCIA EN LAS HABILIDADES DE AFRONTAMIENTO PARA ESTRES DE LAS ASPIRANTES A POLICÍAS DEL CENTRO DE FORMACIÓN POLICIAL CABO SEGUNDO VÍCTOR HUGO USHCA PACHACAMA "**, autorizado para su ejecución para la señorita Bianca Belén Ortega Carrillo los datos recabados se manejarán con total confidencialidad. El informe de resultados y su interpretación se entregará a usted con la intención de que la información sea beneficiosa para su institución.

Por la atención que se sirva dar a la presente anticipo mis agradecimientos.

Atentamente,

Dra. Norma Escobar
COORDINADORA FCHS

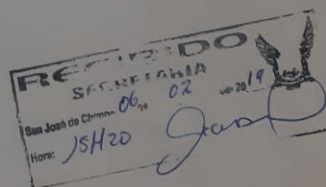


Ilustración N^o 6: Oficio a la Institución



FICHA DE VALIDACIÓN DE INSTRUMENTOS PARA TRABAJOS DE INVESTIGACIÓN

NOMBRE DEL PROYECTO:

Rasgos de Personalidad y su influencia en las habilidades de afrontamiento para estres de los aspirantes a Policías de la Escuela de Formación Cabo Segundo Víctor Hugo Uscá Pachacama.
 INSTRUMENTO A VALIDAR: NEO-FFI (Personalidad)

OBJETIVO GENERAL:

Investigar como los rasgos de personalidad influye en las habilidades de afrontamiento para estres de los aspirantes a Policías de la Escuela de Formación Cabo Segundo Víctor Hugo Uscá Pachacama.

OBJETIVOS ESPECÍFICOS:

1. Identificar los rasgos de personalidad que presentan los Aspirantes a Policías.
2. Determinar las habilidades de afrontamiento para estres que presentan los Aspirantes.
3. Diseñar una alternativa de solución al problema encontrado en la Institución.

ASPECTOS A CALIFICAR	SI	NO
• PERTINENCIA	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
• UTILIDAD	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
• COHERENCIA	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
• RELACIÓN CON LOS OBJETIVOS	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
• RELACIÓN METODOLÓGICA	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
• VIGENCIA	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

El análisis de validación recomienda el manejo del presente instrumento: SI NO

DATOS DEL EVALUADOR

NOMBRE: Norma Escobar

PROFESIÓN: Psicóloga Clínica

OCUPACIÓN: Docente

FIRMA DEL EVALUADOR

Fecha: 24-01-2019

Ilustración N° 7: Primera Validación – Rasgos de Personalidad



FICHA DE VALIDACIÓN DE INSTRUMENTOS PARA TRABAJOS DE INVESTIGACIÓN

NOMBRE DEL PROYECTO:

Rasgos de personalidad y su influencia en las habilidades de afrontamiento para estrés de los aspirantes a Policías de la escuela de formación Cabo Segundo Víctor Hugo Usca Pachacama
 INSTRUMENTO A VALIDAR: NEO - FF.I

OBJETIVO GENERAL:

Investigar como los rasgos de personalidad influye en las habilidades de afrontamiento para estrés de los aspirantes a Policías de la Escuela de Formación Cabo segundo Víctor Hugo Usca Pachacama

OBJETIVOS ESPECÍFICOS:

1. Identificar los rasgos de personalidad que presentan los aspirantes a Policías
2. Determinar las habilidades de afrontamiento para estrés que presentan los aspirantes
3. Diseñar una alternativa de solución al problema encontrado en la institución

ASPECTOS A CALIFICAR	SI	NO
• PERTINENCIA	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
• UTILIDAD	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
• COHERENCIA	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
• RELACIÓN CON LOS OBJETIVOS	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
• RELACIÓN METODOLÓGICA	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
• VIGENCIA	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

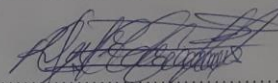
El análisis de validación recomienda el manejo del presente instrumento: SI NO

DATOS DEL EVALUADOR

NOMBRE: Jorge Luis Cisneros

PROFESIÓN: Psicólogo Clínico

OCCUPACIÓN: docente - Psicólogo


 FIRMA DEL EVALUADOR

Fecha: 24 de Enero de 2019

Ilustración N° 8: Segunda Validación – Rasgos de personalidad



FICHA DE VALIDACIÓN DE INSTRUMENTOS PARA TRABAJOS DE INVESTIGACIÓN

NOMBRE DEL PROYECTO:

Rasgos de Personalidad y su influencia en las habilidades de afrontamiento para estrés de los aspirantes a policías de la Escuela de Formación Cabe Segunda Víctor Hugo Uscá Pachacama

INSTRUMENTO A VALIDAR: NEO-FFI

OBJETIVO GENERAL:

Investigar como los rasgos de personalidad influye en las habilidades de afrontamiento para estrés de los aspirantes a policías de la Escuela de Formación Cabe Segunda Víctor Hugo Uscá Pachacama

OBJETIVOS ESPECÍFICOS:

- 1 Identificar los rasgos de personalidad que presentan los Aspirantes a Policías
- 2 Determinar las habilidades de afrontamiento para estrés que presentan los Aspirantes
- 3 Diseñar una alternativa de solución al problema encontrada en la Institución

ASPECTOS A CALIFICAR	SI	NO
• PERTINENCIA	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
• UTILIDAD	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
• COHERENCIA	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
• RELACIÓN CON LOS OBJETIVOS	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
• RELACIÓN METODOLÓGICA	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
• VIGENCIA	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

El análisis de validación recomienda el manejo del presente instrumento: SI NO

DATOS DEL EVALUADOR

NOMBRE: Jerónica Labre Tarco

PROFESIÓN: Psicóloga Clínica

OCUPACIÓN: Docente

FIRMA DEL EVALUADOR

Fecha: 24-01-19

Ilustración N° 9: Tercera Validación – Rasgos de personalidad



FICHA DE VALIDACIÓN DE INSTRUMENTOS PARA TRABAJOS DE INVESTIGACIÓN

NOMBRE DEL PROYECTO:

Rasgos de personalidad y su influencia en las habilidades de afrontamiento para estrés de los aspirantes a policías de la Escuela de Formación Cabo Segundo Víctor Hugo Usca Pachacama

INSTRUMENTO A VALIDAR: CSI: "Inventario de Estrategias de Afrontamiento"

OBJETIVO GENERAL:

Investigar como los rasgos de personalidad influye en las habilidades de afrontamiento para estrés de los aspirantes a policías de la Escuela de Formación Cabo Segundo Víctor Hugo Usca Pachacama

OBJETIVOS ESPECÍFICOS:

- 1 Identificar los rasgos de personalidad que presentan los aspirantes a policías
- 2 Determinar las habilidades de afrontamiento para estrés que presentan los aspirantes
- 3 Diseñar una alternativa de solución al problema encontrado en la institución

ASPECTOS A CALIFICAR	SI	NO
• PERTINENCIA	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
• UTILIDAD	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
• COHERENCIA	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
• RELACIÓN CON LOS OBJETIVOS	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
• RELACIÓN METODOLÓGICA	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
• VIGENCIA	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

El análisis de validación recomienda el manejo del presente instrumento: SI NO

DATOS DEL EVALUADOR

NOMBRE: Norma Escobar

PROFESIÓN: Psicóloga Clínica

OCUPACIÓN: Docente

FIRMA DEL EVALUADOR

Fecha: 24-01-2019

Ilustración N° 10: Primera Validación – Habilidades de Afrontamiento



UNIVERSIDAD TECNOLÓGICA INDOAMÉRICA

FACULTAD DE CIENCIAS HUMANAS Y DE LA SALUD

CARRERA DE CIENCIAS PSICOLÓGICAS



FICHA DE VALIDACIÓN DE INSTRUMENTOS PARA TRABAJOS DE INVESTIGACIÓN

NOMBRE DEL PROYECTO:

Rosgos de Personalidad y su influencia en las habilidades de afrontamiento para estrés de los aspirantes a Policías de la escuela de formación Cabo Segundo Víctor Hugo Oca Pachacama.

INSTRUMENTO A VALIDAR: CSI: "Inventario de Estrategias de Afrontamiento"

OBJETIVO GENERAL:

Investigar como los rasgos de Personalidad influyen en las habilidades de afrontamiento para estrés de los aspirantes a Policías de la escuela de formación Cabo Segundo Víctor Hugo Oca Pachacama.

OBJETIVOS ESPECÍFICOS:

1. Identificar los rasgos de Personalidad que presentan los aspirantes a Policías.
2. Determinar las habilidades de afrontamiento para estrés que presentan los aspirantes.
3. Diseñar una alternativa de solución al problema encontrado en la Institución.

ASPECTOS A CALIFICAR	SI	NO
• PERTINENCIA	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
• UTILIDAD	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
• COHERENCIA	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
• RELACIÓN CON LOS OBJETIVOS	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
• RELACIÓN METODOLÓGICA	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
• VIGENCIA	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

El análisis de validación recomienda el manejo del presente instrumento: SI NO

DATOS DEL EVALUADOR

NOMBRE: Verónica Labre Torco

PROFESIÓN: Psicóloga Clínica

OCUPACIÓN: Docente

FIRMA DEL EVALUADOR

Fecha: 24-01-19

Ilustración N° 11: Segunda Validación - Habilidades de Afrontamiento



FICHA DE VALIDACIÓN DE INSTRUMENTOS PARA TRABAJOS DE INVESTIGACIÓN

NOMBRE DEL PROYECTO:

Rasgos de Personalidad y su influencia en las habilidades de afrontamiento para estrés de las aspirantes a Policías de la Escuela de Formación Cabo segundo Víctor Hugo Uscá Pachacama.

INSTRUMENTO A VALIDAR: CSI: "Inventario de Estrategia de Afrontamiento"

OBJETIVO GENERAL:

Investigar cómo los rasgos de personalidad influye en las habilidades de afrontamiento para estrés de las aspirantes a Policías de la Escuela de Formación Cabo segundo Víctor Hugo Uscá Pachacama.

OBJETIVOS ESPECÍFICOS:

- 1 Identificar los rasgos de personalidad que presentan las Aspirantes a Policías.
- 2 Determinar las habilidades de afrontamiento para estrés que presentan las Aspirantes.
- 3 Diseñar una alternativa de solución al problema encontrado en la institución.

ASPECTOS A CALIFICAR	SI	NO
• PERTINENCIA	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
• UTILIDAD	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
• COHERENCIA	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
• RELACIÓN CON LOS OBJETIVOS	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
• RELACIÓN METODOLÓGICA	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
• VIGENCIA	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

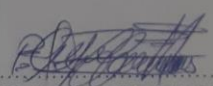
El análisis de validación recomienda el manejo del presente instrumento: SI NO

DATOS DEL EVALUADOR

NOMBRE: Jorge Luis Cisneros

PROFESIÓN: Psicólogo Clínico

OCUPACIÓN: docente


 FIRMA DEL EVALUADOR

Fecha: 24 de Enero de 2019

Ilustración N° 12: Tercera validación – Habilidades de Afrontamiento