

Universidad de Pamplona
Facultad de Salud
Departamento de Psicología



Factores de personalidad y su relación con los estilos de afrontamiento al estrés

Brigitte Dayana Vargas Figueroa

1090515190

Jessica Andrea Cárdenas Díaz

1090507922

Cúcuta, Norte de Santander

2019

Universidad de Pamplona
Facultad de Salud
Departamento de Psicología



Factores de personalidad y su relación con los estilos de afrontamiento al estrés

Brigitte Dayana Vargas Figueroa

1090515190

Jessica Andrea Cárdenas Díaz

1090507922

Director de trabajo de grado:

Ps. Esp. Mg. Piedad Vega Montaguth

Cúcuta, Norte de Santander

2019

Agradecimientos

Se agradece a los rectores del Colegio Municipal Aeropuerto, Colegio Toledo Plata y Colegio Manuel Fernández de Novoa por permitir el acceso a sus instituciones educativas y a los profesores que participaron voluntariamente por su colaboración en este proceso. Así mismo, se agradece a la docente directora de tesis Piedad Vega Montaguth por su orientación y asesoría a lo largo de la elaboración del presente trabajo de grado.

Dedicatorias

*A mis padres, por su apoyo, consejos, comprensión y amor.
Me han dado todo lo que soy como persona, mis valores, principios, carácter, empeño,
perseverancia y coraje para perseguir mis objetivos.*

*A mi pareja, por la ayuda que me ha brindado, la cual ha sido sumamente importante; por
estar a mi lado en los momentos más tormentosos siempre apoyándome. No fue sencillo, pero
siempre ha sido un símbolo de motivación y esperanza. Me ayudó hasta donde le ha sido posible,
e incluso más que eso.*

-Dayana Vargas.

*A mis padres, que han sido excelentes educadores.
Y a la vida, que me permite coleccionar historias.*

-Jessica Cárdenas.

Resumen

En el presente trabajo acerca de la influencia de los factores de personalidad en el afrontamiento al estrés se realizó una revisión teórica exhaustiva acerca de las variables de interés y su relevancia en el área organizacional. Además, se llevó a cabo un estudio correlacional en una muestra por conveniencia de 92 docentes de tres colegios de Cúcuta con el objetivo de analizar la relación entre los factores de personalidad planteados por el modelo del Big Five y los estilos de afrontamiento al estrés. Se encontró que los factores de Extraversión, Afabilidad, Responsabilidad e Intelecto se relacionan con estrategias de afrontamiento activas y centradas en el problema; mientras que el Neuroticismo se asocia con estrategias pasivas y centradas en la emoción. Así mismo, se discuten las implicaciones de estos resultados y su relación con la literatura científica disponible.

Palabras clave: personalidad, estrés, afrontamiento, big five, modelo transaccional del estrés.

Abstract

In the present work on the influence of personality factors in the stress coping process, a comprehensive theoretical review was carried out on the variables of interest and their relevance to organizational psychology. In addition, a correlational study was conducted in a convenience sample of 92 teachers from three schools in Cúcuta, with the objective of analyzing the relationship between the personality factors proposed by the Big Five model and stress coping styles. Extraversion, Affability, Responsibility and Intellect factors were found to be related to active and problem-focused coping strategies; while Neuroticism is associated with passive and emotion-focused strategies. Furthermore, the implications of these results and their relationship with the available scientific literature are discussed.

Key words: personality, stress, coping, big five, transactional model of stress.

Tabla de contenido

Introducción.....	10
Factores de personalidad y su relación con las estrategias de afrontamiento al estrés	11
Problema de investigación.....	11
Planteamiento del problema	11
Descripción del problema	11
Formulación del problema	13
Justificación	13
Objetivos.....	15
General	15
Específicos	16
Estado del arte.....	17
Local.....	17
Nacional.....	19
Internacional	21
Marco teórico.....	25
Capítulo 1. La psicología organizacional	25
Capítulo 2. La personalidad y el modelo de los Cinco Grandes.....	28
Los cinco factores de personalidad	29
Capítulo 3. El estrés	33
El eustrés o estrés positivo.....	33
El distrés o estrés negativo.....	33
Fase de alarma.....	34
Fase de resistencia.....	34
Fase de agotamiento.....	34
El estrés en el ámbito laboral.....	35
Capítulo 4. El afrontamiento al estrés	38
La relación entre la personalidad y el afrontamiento	40
Marco contextual	43
Metodología.....	45
Diseño a utilizar	45
Población	45

Muestra	45
Definición de variables	46
Personalidad	46
Modelo de los Cinco Grandes	46
Procedimiento	46
Primera fase	46
Segunda fase	47
Tercera fase	47
Instrumentos.....	47
Escala Léxica del Big Five	47
Cuestionario de Afrontamiento al Estrés (CAE).....	48
Cómo se analizará la información recolectada	48
Presentación de resultados.....	49
Datos de la muestra	49
Estadísticos descriptivos.....	49
Correlaciones de Pearson.....	50
Análisis y discusión de resultados	52
Conclusiones	58
Recomendaciones	61
Referencias Bibliográficas.....	62
Apéndices	71
Anexos.....	75

Lista de tablas

Tabla 1. Conceptualización de los cinco factores de personalidad.....	30
Tabla 2. Definición de las estrategias o estilos de afrontamiento al estrés.	40
Tabla 3. Estadísticos descriptivos de los factores de personalidad.....	49
<i>Tabla 4.</i> Estadísticos descriptivos de los estilos de afrontamiento al estrés.	50
Tabla 5. Matriz de correlaciones de Pearson.	51

Tabla de apéndices

Apéndice 1. Escala léxica del Big Five.....	71
Apéndice 2. Cuestionario de Afrontamiento del Estrés (CAE).....	73

Introducción

El estudio científico sobre la personalidad ha demostrado que sus factores ejercen una influencia significativa en el proceso de afrontamiento del estrés causado por las tensiones de la vida cotidiana. De esta manera, se ha encontrado que algunos factores del modelo Big Five correlacionan de manera diferencial con estilos activos de afrontamiento, mientras otros son predisponentes para desarrollar estilos pasivos y centrados en la emoción.

Sin embargo, la mayor parte de las investigaciones sobre este tema específico han sido realizadas en el exterior o en otras ciudades de Colombia, y en ellas ha participado mayoritariamente personal de la salud, pacientes clínicos y estudiantes, siendo inexistentes los estudios cuantitativos sobre la temática en Cúcuta y en población docente a nivel nacional, por lo cual se considera pertinente llevar a cabo el presente trabajo de grado para suplir dicha carencia.

Para ello, se hace una revisión de la teoría y antecedentes investigativos disponibles acerca del tema de interés, y se plantea un estudio cuantitativo con diseño correlacional en el que participó una muestra por conveniencia de 92 profesores de tres colegios en Cúcuta, quienes respondieron dos escalas psicométricas validadas que miden los constructos mencionados con el objetivo de analizar su relación. Posteriormente se hace una interpretación y análisis de los resultados obtenidos junto con las conclusiones del trabajo y recomendaciones para estudios futuros y para las instituciones que permitieron el acceso a la población de docentes.

Factores de personalidad y su relación con las estrategias de afrontamiento al estrés

Problema de investigación

Planteamiento del problema

La relación entre los factores de personalidad y los estilos de afrontamiento al estrés representa una temática de gran relevancia para la psicología y se considera fundamental para entender las diferencias individuales en el proceso de adaptación a las exigencias del ambiente (Carver & Connor, 2010). Por ende, en este estudio se propone abordar la interacción entre estos dos constructos a través de un análisis estadístico correlacional en una población de profesores de colegios cucuteños, con la finalidad de detallar qué factores se vinculan con estilos de afrontamiento adaptativos o desadaptativos y proporcionar una información fiable sobre esta temática, que no ha sido reportada en Norte de Santander debido a la escasez de estudios cuantitativos en la región.

Descripción del problema

El estudio de la personalidad ha ocupado un lugar privilegiado históricamente en la psicología debido a su relevancia para la comprensión de la naturaleza humana (Schultz & Schultz, 2010); siendo una de sus dimensiones más importantes su influencia en la adaptación y ajuste al medio en que se desenvuelve el individuo, quien debe hacer frente constantemente a las demandas y oportunidades del ambiente (Cloninger, 2003). Según De Clercq, Rettew, Althoff & De Bolle (2012), la forma como las personas se adaptan varía en maneras muy complejas, en las que

resulta de gran utilidad la medición de los factores de personalidad para predecir cómo afrontarán las situaciones de la vida cotidiana.

De acuerdo a este tema de investigación también se han realizado grandes avances en el estudio del afrontamiento del estrés desde el surgimiento del Modelo Transaccional de Lazarus & Folkman (1984), que comenzó a entender el estrés como una relación dinámica y bidireccional entre el organismo y su entorno, donde la experiencia estresante depende de la percepción y valoración de la amenaza por parte del individuo y de su capacidad de respuesta ante ella, siendo este proceso influido por factores cognitivos, afectivos, de aprendizaje, y otras variables personales y situacionales (Goh, Sawang & Oei, 2010).

Debido a la complementariedad de estas temáticas, ha habido un desarrollo creciente de la literatura académica acerca de la relación que guardan los factores de personalidad con el proceso de afrontamiento al estrés (Semmer, 2006). Particularmente, ha sido de gran interés la investigación sobre las dimensiones de la personalidad que se asocian con una mayor reactividad emocional bajo situaciones estresantes, al igual que aquellas que representan un recurso positivo para el individuo y favorecen un proceso de afrontamiento efectivo (Vollrath, 2001).

En el ámbito laboral, el estrés es un factor prevalente y se considera directamente relacionado al desarrollo de problemáticas asociadas que generan un impacto negativo tanto en la calidad de vida del empleado como en el clima y rendimiento general de la empresa (Durán, 2010). Aunque el estrés puede presentarse en situaciones muy diversas, según Griffiths, Leka & Cox (2004), este suele agravarse cuando el individuo siente no tener suficiente control sobre su trabajo, o

recursos para hacer frente a las exigencias y presiones de su cargo. Dichos recursos comprenden características individuales que pueden representar fortalezas o debilidades para la adaptación al medio en que se desenvuelve el sujeto.

Por tal motivo, el presente trabajo de investigación cuantitativo pretende adherir a este tema de estudio y abordar la relación que existe entre los factores de personalidad planteados en el modelo de los Cinco Grandes (Costa & McCrae, 1992) y las estrategias de afrontamiento al estrés, a través de un análisis correlacional en una muestra de trabajadores en la ciudad de Cúcuta en Colombia, puesto que hasta la fecha no es posible encontrar estudios cuantitativos realizados en la región que pongan a prueba estas dos variables.

Formulación del problema

¿Cuál es la relación entre los factores de personalidad y las estrategias de afrontamiento al estrés en empleados de la ciudad de Cúcuta?

Justificación

Todas las personas son susceptibles a experimentar estrés en situaciones de la vida cotidiana que requieren un nivel elevado de activación para hacerles frente (Richardson, 2017). Bajo esta premisa debe entenderse que la investigación sobre este tema no debe necesariamente centrarse en los trastornos producidos por el estrés crónico, sino que puede adoptar una perspectiva preventiva, al plantear objetivos que busquen de forma general la comprensión del estilo

personal de afrontamiento que posee cada individuo para gestionar sus recursos al hacer frente a las exigencias de la vida diaria.

Según Ortega (2017), uno de los desafíos para la psicología en Latinoamérica es garantizar que se empleen los conocimientos y herramientas de la ciencia para la solución de problemáticas sociales; dejando claro que para lograr cualquier mejoramiento en la calidad de vida de las personas primero es necesario conducir investigaciones que permitan comprender los fenómenos psicológicos involucrados. Es por esta razón que el presente trabajo resulta de gran importancia a nivel teórico, pues busca aportar conocimiento a un tema de estudio de gran interés en el campo, debido al potencial problema de salud que representa el inadecuado manejo del estrés de la vida cotidiana y sus consecuencias a nivel organizacional.

Así mismo, el conocimiento que se pretende obtener por medio de la presente investigación representa un recurso valioso para varios campos de acción de la psicología. Por ejemplo, en el área organizacional, puede cobrar gran importancia para los procesos de selección de personal y asignación de puestos de trabajo; en el área educativa, sería de utilidad para comprender las diferencias en los procesos de adaptación al currículum académico; y en el área clínica y de la salud, podría tener gran relevancia informativa sobre la propensión de las personas con determinados rasgos de personalidad a desarrollar respuestas desadaptativas debido a una baja tolerancia al estrés y bajas capacidades de afrontamiento; siendo algunos ejemplos de los alcances de este tema de investigación.

De forma complementaria, debe tenerse en cuenta la pertinencia de la metodología de investigación empleada en el trabajo, dada la escasez de estudios psicológicos cuantitativos sobre este tema en la región de Norte de Santander y a nivel nacional; ya que permitirá obtener unos datos fiables que no se disponen por el momento y podrían ser de gran utilidad como precedente para futuros proyectos investigativos e incluso para apoyar la derivación de posibles planes de intervención basados en la evidencia.

Igualmente debe recordarse el enfoque integral de la salud en su dimensión biopsicosocial, según la cual el individuo debe ser consciente de sus propias capacidades para afrontar las tensiones normales de la vida, trabajar de forma productiva y ser capaz de hacer contribuciones a su comunidad (OMS, 2013). De esta forma, el entendimiento sobre el papel que desempeña la personalidad en la adaptación al estrés cotidiano de un cargo laboral cobra vital importancia a nivel social, al aportar información que contribuya a mejorar el conocimiento que tienen las personas y las organizaciones sobre la incidencia de las características individuales en el afrontamiento a las exigencias del medio.

Objetivos

General

Analizar la relación de los factores de personalidad con los estilos de afrontamiento al estrés en una muestra de empleados cucuteños a través de un estudio correlacional que permita una comprensión detallada de la interacción entre estas dos variables psicológicas.

Específicos

1. Identificar las estrategias de afrontamiento al estrés más comunes en la muestra.
2. Establecer los factores de personalidad prevalentes en los participantes.
3. Comparar los resultados obtenidos en la presente muestra cucuteña con los hallazgos reportados en estudios previos sobre el tema.

Estado del arte

Local

En Cúcuta y la región de Norte de Santander no fue posible hallar trabajos investigativos sobre el tema específico de la relación entre personalidad y afrontamiento al estrés. Sin embargo, existen referencias de gran utilidad sobre estas variables, relacionadas a la presente investigación.

La primera de estas referencias es un trabajo con metodología cuantitativa y diseño descriptivo realizado por Ortega, Villamizar, Fernandes & Ramos (2014), titulado “Árbitros de fútbol de Norte de Santander: La personalidad como perspectiva integradora en la toma de decisiones”. Su objetivo era medir y relacionar las metas motivacionales, los modos cognitivos y las conductas interpersonales como dimensiones de la personalidad que pueden jugar un rol de gran relevancia como factores predisponentes en la toma de decisiones durante un partido de fútbol por parte de 15 árbitros participantes.

Este estudio cuantitativo sobre la personalidad es uno de los escasos ejemplos de investigación sobre este tema realizados en la ciudad. Cobra relevancia para la presente tesis de grado puesto que en él se aprecia cómo esta variable cumple un rol predisponente relacionado con otros factores y comportamientos en situaciones de tensión en el entorno laboral, en este caso durante la labor profesional de una muestra de árbitros de fútbol.

Otro trabajo cuantitativo de interés se titula “Estilo de vida en docentes y administrativos de la Universidad de Santander”, realizado por Messier, Castro & Céspedes (2016). Su objetivo era identificar factores de riesgo para proponer un programa de estilos de vida saludable en una muestra de 60 docentes y administrativos de la institución. Se encontraron varias deficiencias en variables relacionadas con malos hábitos de actividad física y alimentación; sin embargo, el dato de mayor relevancia es que se observó un manejo inadecuado del estrés en un 30% de la población, lo cual es una prevalencia alta, dadas las problemáticas asociadas a este factor.

La principal relación que guarda este antecedente con la presente investigación radica en el dato que aporta sobre prevalencia del manejo inadecuado del estrés en docentes, que también será la población participante en este caso, teniendo en cuenta las consecuencias negativas del afrontamiento desadaptativo tanto a nivel personal en la salud del docente como a nivel organizacional en el desempeño de la institución educativa.

Por último, se menciona el artículo de Silva (2015), titulado “Estrés en estudiantes de enfermería: una revisión sistemática”, publicado en la Revista Ciencia y Cuidado, de la Universidad Francisco de Paula Santander en Cúcuta. En él se hace una revisión teórica de la prevalencia del estrés en estudiantes, que suele ser elevado, encontrando consecuencias como fatiga, somnolencia, inquietud, incapacidad de relajarse, angustia, aumento o reducción del consumo de alimentos y la ingestión de licor. Por lo cual concluye que es necesario motivar al estudiante al uso de estrategias de afrontamiento efectivas para la reducción de las consecuencias del estrés.

El principal aporte de este antecedente local es visible en la información que aporta sobre las consecuencias más comunes del manejo inadecuado del estrés, y en especial, sobre la mención que hacen los autores acerca de la importancia del estudio de las estrategias de afrontamiento al estrés, lo cual es justamente una parte de los objetivos de la presente tesis de grado.

Nacional

A nivel nacional existen antecedentes investigativos de gran utilidad sobre personalidad y estrés. El más relacionado es un estudio cuantitativo correlacional titulado “Personalidad y afrontamiento en estudiantes universitarios”, fue llevado a cabo por Contreras, Espinosa & Esguerra (2009) en Bogotá. El objetivo fue describir la personalidad y las estrategias de afrontamiento utilizadas por un grupo de 99 estudiantes universitarios y observar si estas dos variables se relacionan. En él se encontró que el factor Neuroticismo correlaciona con estrategias pasivas y emocionales de afrontamiento, que no se consideran adaptativas, mientras que la Extraversión, Amabilidad y Responsabilidad, correlacionaron con afrontamiento activo y centrado en la solución de problemas.

Este antecedente investigativo guarda una relación muy estrecha con la presente tesis de grado, puesto que sus objetivos son, en esencia, los mismos, o muy similares entre sí. Además, se emplea el mismo modelo de cinco factores de personalidad, aunque medidos por una escala diferente, y el mismo Cuestionario de Afrontamiento del Estrés de Sandín y Chorot (2003), por lo cual la metodología de dicho estudio funciona como una guía y es de gran utilidad para la comparación de resultados.

Otro estudio cuantitativo y correlacional relacionado con el tema de investigación fue llevado a cabo por Espinosa, Contreras & Esguerra (2009), titulado “Afrontamiento al estrés y modelo psicobiológico de la personalidad en estudiantes universitarios”. En él se empleó el modelo “Temperamento/Carácter” de la personalidad para evaluar su relación con las estrategias de afrontamiento al estrés en 150 estudiantes universitarios. Según los autores, los resultados confirman los supuestos biológicos y culturales de este modelo de personalidad y se evidencia que el afrontamiento al estrés guarda estrecha relación con dos dimensiones del Carácter (Autodirectividad y Autotrascendencia) y poca relación con las dimensiones del temperamento, en especial con Evitación del Daño y Persistencia.

Dicha investigación también se relaciona en gran medida, puesto que emplea el mismo Cuestionario de Afrontamiento del Estrés que será usado en el presente estudio; además examina la relación de estas estrategias con un modelo de la personalidad; sin embargo, dicho modelo es muy distinto al Big Five, por lo cual una limitación es que no permite hipotetizar las relaciones cabe esperar en el presente trabajo.

Por su parte, un estudio sobre el afrontamiento al estrés fue realizado por Gaviria, Vinaccia, Riveros & Quiceno (2011), y se titula “Calidad de vida relacionada con la salud, afrontamiento del estrés y emociones negativas en pacientes con cáncer en tratamiento quimioterapéutico”. Por medio de una metodología cuantitativa de tipo correlacional se evaluó la calidad de vida relacionada con la salud, el afrontamiento del estrés y las emociones negativas en 28 pacientes con diferentes tipos de cáncer en tratamiento quimioterapéutico. Se encontró que la Evitación y la Reevaluación Positiva fueron las estrategias más utilizadas en la población, a diferencia de la

Expresión Emocional Abierta, que fue la menos común; además se encontraron niveles significativos de ansiedad y depresión en estos pacientes.

Aunque en este estudio no se evaluó la personalidad, también se empleó el mismo cuestionario CAE de afrontamiento al estrés, lo cual avala nuevamente dicho instrumento español para ser empleado en población colombiana, ya que ninguna investigación citada ha reportado la necesidad de hacer ajustes o adaptaciones, o problemas de comprensión por parte de los participantes. Además, permite apreciar la importancia que ha tomado el tema del afrontamiento en distintos contextos, entre ellos el clínico u hospitalario y su influencia en el manejo de la enfermedad.

Internacional

El primero de los estudios internacionales que se citarán fue realizado por Burgess, Irvine & Wallymahmed, (2010), y se titula “Personality, stress and coping in intensive care nurses: a descriptive exploratory study”. Por medio de una metodología cuantitativa de tipo exploratoria y descriptiva, se indagó sobre la relación entre rasgos de personalidad, percepción de estrés y afrontamiento en 46 enfermeras de UCI. Se encontró que los factores Apertura a la experiencia, Afabilidad y Responsabilidad se asocian con estrategias orientadas a la resolución activa de problemas; además, Apertura a la experiencia y Extraversión se asocian a menor estrés laboral percibido. Por estas razones señalan que la detección de estos factores puede ser de utilidad en los métodos de selección de personal.

La revisión de este antecedente cobra importancia debido a la familiaridad de los temas de interés. En él es posible apreciar cómo ciertos factores de personalidad actúan como protección frente a la percepción del estrés y también representan un recurso para la adaptación efectiva ante las exigencias del entorno laboral. Por estas razones también se considera que la evaluación de la personalidad debería ser un requisito en los procesos de selección de personal para cargos con altas tasas de estrés.

Otro estudio, titulado “Coping, stress, and personality in Spanish nursing students: A longitudinal study”, fue realizado por Fornes, García, Frías & Rosales (2016). En él se buscaba evaluar el estilo de afrontamiento al estrés dominante y su relación con las situaciones de estrés cotidianas y la personalidad en 199 estudiantes de enfermería. Se encontró que el estilo de afrontamiento más común era el centrado en la emoción; además se encontraron correlaciones significativas entre afrontamiento emocional y el factor Neuroticismo. Sin embargo, en este estudio longitudinal se encontró que las estrategias centradas en la solución del problema fueron aumentando a lo largo de la carrera, al igual que aumentaron los factores de Extraversión, Afabilidad y Responsabilidad.

Dicho estudio, además de guardar gran relación con las variables de interés, muestra cómo las estrategias de afrontamiento no representan una característica rígida e invariable en las personas, y en cambio, pueden desarrollarse a lo largo del proceso formativo, promoviendo un procesos adaptativo al estrés y las exigencias ocupacionales; además se observa un procesos similar en la incidencia de ciertos factores de personalidad, que eventualmente aumentaron en los participantes a lo largo de su carrera.

Igualmente es de relevancia el estudio cuantitativo conducido en Polonia por Łukasik y colaboradores (2018), titulado “The level of experienced stress and personality traits in health professionals - the Polish study”. En él se buscaba verificar las hipótesis que vinculan algunos rasgos de personalidad con los niveles de estrés percibido en 180 participantes del área de la salud. También se encontró una correlación significativa entre Neuroticismo y Psicoticismo con la experiencia del estrés; mientras que la extraversión mostró una relación negativa, aunque no fue estadísticamente significativa. Por lo cual concluyen que el Neuroticismo y el Psicoticismo se relacionan con efectos negativos del afrontamiento inadecuado del estrés.

En este estudio nuevamente se observa el papel que desempeña el factor Neuroticismo y Psicoticismo como predisponentes para una baja tolerancia al estrés y estrategias de afrontamiento inadecuadas, por lo cual cabe esperar una asociación similar en el presente estudio; además, proporciona nuevamente evidencia de que el factor extraversión suele representar un recurso positivo frente a la experiencia del estrés.

Por último, se cita el estudio cuantitativo realizado por Liu, Wang, Wang, Chen & Li (2018), titulado “The impact of stress and personality on resilience of patients with ulcerative colitis”. Se buscaba evaluar los factores asociados a la resiliencia, especialmente el estrés percibido y la personalidad, en 188 pacientes de colitis ulcerosa. Se evidenció que la resiliencia guarda una correlación negativa con el factor Neuroticismo y el estrés percibido; mientras que la extraversión, el nivel de ingresos económicos y la educación universitaria se relacionan positivamente a la resiliencia.

El factor Neuroticismo desde el modelo de los Cinco Grandes se ha asociado con poca tolerancia a las situaciones de tensión y bajas capacidades de resiliencia frente a la enfermedad, y en este estudio se confirmó dicha relación en pacientes clínicos; así como se evidenció nuevamente el rol que desempeña la extraversión en la adaptación ante la adversidad, por lo cual dicho antecedente investigativo resulta de gran utilidad informativa para la presente tesis de grado.

Marco teórico

Capítulo 1. La psicología organizacional

La psicología organizacional comprende un área de estudio que tiene como principal interés la descripción, predicción y explicación del comportamiento de los individuos y equipos en los entornos organizativos con el fin de comprender, influir y gestionar el talento humano, los procesos y los resultados en las organizaciones (Wood, Roberts & Whelan, 2011).

Se divide de forma general en dos categorías: industrial (I) y organizacional (O); y hacen referencia, la primera a la eficiencia organizacional y de los procesos productivos, en el diseño de los cargos, la selección, capacitación y evaluación del personal; y por su parte, la psicología organizacional refleja más interés en el empleado, ocupándose de entender el comportamiento y de fortalecer el bienestar de los trabajadores en su lugar de trabajo (Enciso & Perilla, 2015).

Por esta razón, según Koppes & Vinchur (2012), la psicología organizacional se ha ocupado de temas como los procesos de socialización de los miembros de la organización, la satisfacción y motivación, el estrés laboral, las dinámicas grupales, el poder, el liderazgo, la estructura organizativa, el clima y la cultura; además, los psicólogos especialistas en esta área están entrenados como científicos-practicantes, puesto que la aplicación se basa en un estudio científico sólido y las evaluaciones e intervenciones se llevan a cabo con objetivo de resolver los problemas propios de la organización.

Al igual que las instituciones en las que se ejerce, la psicología organizacional es una disciplina en constante evolución, en la cual los investigadores buscan proponer soluciones a los

problemas emergentes; dado que las nuevas tecnologías, las condiciones cambiantes del mercado, las economías emergentes y los fenómenos como la sostenibilidad, la globalización y los cambios intergeneracionales en las cohortes de población son factores que influyen en los procesos de la organización y conforman los temas de interés que deben comprenderse para gestionar efectivamente los recursos del talento humano y la organización (Wood, Roberts & Whelan, 2011).

Por las razones expuestas, desde la psicología organizacional cada vez ha aumentado el interés acerca de las características del empleado y de las condiciones de trabajo que afectan la adaptación al entorno laboral y el bienestar, siendo una de las problemáticas más frecuentes el estrés en el trabajo (Gil, 2013). Según Aamodt (2010), a pesar de la gran variedad de estresores que influyen en el ámbito laboral, estos se pueden agrupar en dos grandes categorías: personales y laborales.

Los estresores personales son aquellos que no se originan en el trabajo, pero influyen sobre él; entre ellos encontramos: los problemas familiares, el divorcio, problemas de salud, crianza de los hijos, o características individuales como los factores de personalidad, la tolerancia a la frustración y la incertidumbre, la resistencia al cambio, entre otros. Entre los laborales destacan las características físicas incómodas del puesto de trabajo, los conflictos de roles, la ambigüedad y sobrecarga de los roles y responsabilidades, el inadecuado clima laboral, las reubicaciones, el riesgo de despidos o bajas de salario, entre otras (Aamodt, 2010).

Según Aamodt (2010), son muchos los eventos y factores que se pueden considerar como estresores y a menudo, lo que es estresante para una persona puede no serlo para otra, pues lo que determina si algo es estresor depende mucho de cómo se perciba y del grado de control real o percibido que se tenga sobre ello.

Por estas razones, el estudio sobre el manejo de los recursos individuales para el afrontamiento al estrés ha cobrado una importancia creciente desde las últimas décadas en el ámbito organizacional, donde se ha encontrado que la personalidad desempeña un rol de importancia en la predisposición de los individuos al momento de percibir el estrés y hacerle frente de manera adaptativa (Carver & Connor, 2010). Por esta razón el presente trabajo de grado abordará la relación entre los factores de personalidad y las estrategias de afrontamiento al estrés en una muestra de empleados, con el fin de analizar la vinculación de estas variables en la adaptación a las exigencias del medio. Un tema que se revisa en los siguientes capítulos.

Capítulo 2. La personalidad y el modelo de los Cinco Grandes

La personalidad se define como la integración dinámica de un conjunto relativamente estable de rasgos que configuran las características individuales y el comportamiento en el ajuste único de cada persona a la vida, incluyendo sus principales intereses, predisposiciones, valores, habilidades, autoconcepto y patrones emocionales (Giordano, 2013). Sin embargo, debe tenerse en consideración que en la actualidad no existe consenso sobre su definición, con el correspondiente debate acerca de la forma correcta de medirla (Judge & Miliffe, 2015).

Esta discusión sobre la naturaleza de la personalidad inició desde la historia temprana de la disciplina, donde ha surgido gran cantidad de aproximaciones teóricas y herramientas psicométricas para la medición de este constructo; como teorías psicoanalíticas y psicodinámicas, teorías humanistas basadas en el ciclo vital, en la identidad, la autorrealización o en la jerarquías de necesidades, teorías del aprendizaje operante y social, teorías genéticas, cognoscitivas, y de los rasgos y factores (Schultz & Schultz, 2010). Todas ellas han hecho un aporte al estudio científico de la personalidad y presentan precedentes de gran relevancia para la comprensión de la complejidad de este fenómeno.

Sin embargo, de todos estos modelos, en la actualidad ha destacado y cobrado gran relevancia el Big Five, o modelo de los Cinco Grandes, que debido a su estabilidad y alcance explicativo se ha convertido en la estructura más empleada para la investigación sobre el tema de la personalidad en las últimas décadas (Soto, Kronauer & Liang, 2015).

Este modelo de la personalidad surgió de la implementación del método de análisis factorial propuesto por Cattell (1988) para la investigación psicológica de la teoría de los rasgos. Como su nombre lo indica, esta aproximación plantea la existencia de cinco factores básicos de la personalidad (Cloninger, 2003). Estos fueron desarrollados originalmente a partir del análisis de las palabras que la gente utiliza en el lenguaje cotidiano para describir a las personas, una forma de estudio conocida como enfoque léxico de la personalidad (Saucier & Goldberg, 2001).

La consistencia de este modelo ha sido documentada ampliamente y se han detectado sus factores y rasgos en más de 50 países orientales y occidentales con diferentes culturas (Schultz & Schultz, 2010); por lo que McCrae & Costa (1997), dos de los investigadores más destacados de este modelo, han señalado que estos factores podrían representar una estructura común de la personalidad humana que trasciende las diferencias culturales. Por estas razones se puede explicar la popularidad actual del modelo y la gran cantidad de investigación que se ha conducido acerca de cada uno de los factores y su correlación con una amplia gama de comportamientos y variables psicológicas (Cloninger, 2003).

Los cinco factores de personalidad

Según McCrae & Costa (2008), estos se suelen denominar comúnmente como: factor O (Openness, o Apertura a la experiencia; aunque también es llamado Intelecto); factor C (Conscientiousness, o Responsabilidad); factor E (Extraversion, o Extraversión); factor A (Agreeableness, o Afabilidad); y factor N (Neuroticism, o Inestabilidad emocional). Cada uno se define por una cantidad de rasgos más específicos y se manifiesta a través de una gran variedad

de comportamientos. En la tabla que se presenta continuación, se sintetiza la descripción de cada factor:

Tabla 1. *Conceptualización de los cinco factores de personalidad.*

Factor	Definición	Ejemplos comportamentales
Apertura a la experiencia o Intelecto	Este factor describe la amplitud, profundidad, originalidad y complejidad de la vida mental y experiencial. La persona es culta, original e imaginativa, creativa, con gran curiosidad intelectual acerca del mundo exterior e interior, llevan vidas ricas en experiencias y se interesan por las ideas nuevas y valores no convencionales	En el polo más alto: mejor desempeño en actividades que requieran creatividad; éxito en carreras artísticas o intelectuales, búsqueda de actividades estimulantes. En el polo contrario: poco interés por la reflexión, actitudes conservadoras, comodidad con la familiaridad y el orden establecido.
Responsabilidad	Este factor describe un control de los impulsos prescritos socialmente, que facilita el comportamiento dirigido a tareas y metas, como pensar antes de actuar, retrasar la gratificación inmediata para conseguir un objetivo a largo plazo, seguir las normas, planificar, organizar y priorizar tareas.	En el polo más alto: buen rendimiento académico, mejor desempeño en el trabajo, mejor adherencia a tratamientos. En el polo contrario: proclividad a problemas escolares y en el trabajo, a abuso de sustancias, a malos hábitos y signos relacionados al TDAH
Extraversión	Este factor describe un enfoque energético hacia el mundo social; una preferencia a estar rodeado de personas e interactuar de forma activa. Incluye rasgos como la sociabilidad, la asertividad y la emotividad positiva.	En el polo más alto: estatus social alto en los grupos, posiciones de liderazgo, expresión emocional positiva, número alto de amigos y parejas sexuales.

		<p>En el polo contrario: interacción reducida, baja dependencia de los demás, preferencia por lo habitual; riesgo de relaciones interpersonales pobres o incluso rechazo por parte de sus pares.</p>
<p>Afabilidad</p>	<p>Este factor describe una orientación prosocial y comunal hacia los otros; incluye rasgos como el altruismo, la calidez y la confianza. Indica una personalidad amistosa y complaciente, que evita la hostilidad y tiende a llevarse bien con los demás.</p>	<p>En el polo más alto: mejor rendimiento en trabajos grupales, las personas les consideran simpáticos y bondadosos, tienen buenas relaciones interpersonales.</p> <p>En el polo contrario: hostilidad, insensibilidad, poco colaborador, suspicaz, escéptico, desconfiado.</p>
<p>Neuroticismo o Inestabilidad Emocional</p>	<p>Este factor define la estabilidad emocional y de temperamento. Un puntaje alto implica la proclividad a experimentar emocionalidad negativa, ansiedad, nervios, tristeza y tensión. Se caracteriza por falta de homogeneidad en la conducta, observando cambios drásticos de humor y baja tolerancia al estrés y la frustración.</p>	<p>En el polo más alto: bajas capacidades para lidiar con el estrés, la enfermedad y las dificultades en general; mayor propensión al burnout, cambios drásticos de humor.</p> <p>En el polo contrario: mayor autoestima, satisfacción vital, mejores relaciones interpersonales</p>

Basado en las definiciones propuestas por John, Naumann & Soto (2008) y Soto, Kronauer & Liang (2015).

En resumen, se considera que el modelo del Big Five está compuesto por las dimensiones más básicas de la estructura de la personalidad humana, y que éstas ejercen gran influencia en una variedad de características individuales, como la forma de pensar, sentir y comportarse; de modo

que todas las personas, independientemente de su género, edad o cultura, comparten los mismos rasgos fundamentales, pero difieren en el grado de su manifestación (Novikova, 2013). Por estas razones, dichos factores se han relacionado extensamente con otras variables psicológicas y se consideran predictores de una gran variedad de comportamientos (De Raad & Mlačić, 2015).

Entre ellos, se considera un importante predisponente para la forma como las personas perciben las experiencias estresantes y lidian con ellas (Semmer, 2006); por esta razón, el estudio de las diferencias individuales en las capacidades de adaptación a las condiciones estresantes y los mecanismos para afrontarlas ha cobrado gran relevancia en la psicología desde las últimas décadas, dado el impacto del estrés en la salud de las personas. Un tema que se discute a continuación.

Capítulo 3. El estrés

Puede entenderse como una respuesta psicofisiológica, resultado de una interacción persona-ambiente donde se presenta un desajuste real o percibido entre las demandas de la situación y las capacidades del sujeto para responder a ellas, siendo la magnitud de esta discrepancia un factor determinante en su aparición (Berrío & Mazo, 2012). De esta manera, este estado elevado de activación no es necesariamente patológico, ya que cumple una función adaptativa, haciendo posible una reacción intensa e inmediata del organismo frente a una situación específica.

Todas las personas son susceptibles de experimentar estrés en situaciones de la vida cotidiana que requieren de cierta activación para afrontarlas (Richardson, 2017); sin embargo, cuando el estrés se sobrepasa los umbrales de normalidad referentes al criterio de intensidad y duración, comienza a tener repercusiones negativas en la salud. A modo general se han planteado dos grandes tipos de estrés, según Procházková & Honzák, (2008):

El eustrés o estrés positivo. Es la respuesta natural y común de adaptación, que consiste en una activación durante un período corto de tiempo con el fin de responder ante un estímulo amenazante o resolver una situación determinada que requiera mayor esfuerzo.

El distrés o estrés negativo. Es una activación psicofisiológica excesiva que supera el potencial de homeostasis o equilibrio del organismo, donde el resultado es la incapacidad de adaptarse completamente a los factores amenazantes, causándole fatiga, altos niveles de ansiedad, irritabilidad e ira, entre otros síntomas.

Estos no deben entenderse como dos tipos aislados e independientes de estrés, sino como una transición entre un estado moderado y temporal de activación hacia una presencia constante de niveles altos de estrés con características de cronicidad que comienzan a considerarse patológicas (Naranjo, 2009). Por esta razón se plantean las siguientes fases o etapas de la aparición de la respuesta ante el evento estresor (según Camargo, 2010):

Fase de alarma. Ante la percepción de estímulo estresor, el organismo desarrolla una serie de respuestas psicofisiológicas que lo preparan para hacer frente a la situación. Hay aspectos influyentes en la aparición de los síntomas, tales como los parámetros físicos del estímulo, factores personales, el grado de amenaza percibido, el grado de control sobre el estímulo amenazante y la presencia de otros estímulos.

Fase de resistencia. Es cuando se intenta lograr la adaptación a la situación estresante. Aquí se desarrolla un conjunto de procesos fisiológicos, cognitivos, emocionales y comportamentales destinados a resolver la situación estresante de la manera menos lesiva para el organismo. A esta etapa puede sucederle una llamada “recuperación”, que se da cuando los mecanismos de compensación han superado exitosamente el efecto estresor o eliminado el factor que lo causaba. En el caso contrario, sucede la fase de agotamiento.

Fase de agotamiento. Cuando la resistencia fracasa y los mecanismos de adaptación resultan ineficientes, se entra en esta fase, donde los recursos que disponía el organismo se han agotado y es incapaz de mantener su funcionamiento normal. Aquí es donde los síntomas iniciales de la fase de alarma causados por el sistema nervioso autónomo reaparecen (sudoración, aumento del

ritmo cardiaco, etc.). Cuando la permanencia en esta etapa es prolongada, puede haber daño a largo plazo, pues el sistema inmunológico decae y las funciones corporales se ven perjudicadas, dando paso a trastornos fisiológicos y psicológicos, que podrían ser crónicos o irreversibles.

El estrés en el ámbito laboral

Según la Organización Internacional del Trabajo, los factores de riesgo psicosociales se definen como “aquellas características de las condiciones de trabajo que afectan a la salud de las personas a través de mecanismos psicológicos y fisiológicos a los que se llama estrés” (OIT, 2013); siendo 5 principales grupos de riesgo psicosocial definidos por la OIT: 1) El exceso de exigencias psicológicas del trabajo; 2) La falta de control, influencia y desarrollo en el trabajo; 3) La falta de apoyo social y de calidad de liderazgo; 4) Las escasas compensaciones del trabajo; y 5) Doble jornada o doble presencia.

Como puede apreciarse, estos factores de riesgo tienen alta probabilidad de presentarse en diversos contextos laborales, en los cuales la exigencia de los puestos de trabajo y un clima organizacional inapropiado pueden incrementar las consecuencias negativas del estrés laboral (Gutiérrez & Vilorio, 2014). Desde este punto de vista, éste último se define como la reacción del individuo frente a determinadas demandas y presiones laborales que no se ajustan a sus conocimientos y capacidades, o donde no tiene oportunidades para tomar decisiones y ejercer control de sus funciones en el cargo para poner a prueba sus habilidades de afrontamiento ante la situación (Griffiths, Leka, & Cox, 2004).

El manejo inadecuado del estrés puede generar unas consecuencias negativas notables a nivel personal en la salud de los empleados, puesto que el estrés crónico ha sido relacionado con la aparición de cuadros comórbidos de depresión y ansiedad (Vergara, Cárdenas, & Martínez, 2013). A nivel físico, la constante activación fisiológica y los malos hábitos de un ritmo de vida estresante se ha asociado a trastornos del sueño, gastrointestinales, cardiovasculares, endocrinos, sexuales y musculares (Del Hoyo, 2004).

También se ha registrado la prevalencia de consumo de sustancias en personas que experimentan altos niveles de estrés (Andersen & Teicher, 2009) y un detrimento de las funciones cognitivas y afectivas, caracterizado por la disminución en sus capacidades de atención, memoria, razonamiento, tolerancia a la frustración, cambios drásticos de humor, baja regulación emocional entre otros síntomas (Pechtel & Pizzagalli, 2011). Así como experiencias subjetivas de preocupación excesiva, incapacidad para tomar decisiones, sensación de confusión, sensación de falta de control y desorientación, bloqueos mentales, hipersensibilidad a las críticas y mal humor (Del Hoyo, 2004).

Así mismo, se observa un impacto negativo a nivel organizacional, donde es posible esperar un déficit en la productividad, baja satisfacción en los empleados, un clima organizacional inadecuado, conflictos interpersonales, quejas, absentismo e incluso despidos y renunciaciones constantes, con las consecuencias económicas que todos estos factores implican (Coduti, Gattás, Sarmiento & Schmid, 2013).

Teniendo en cuenta la incidencia de este fenómeno en el bienestar y funcionamiento del individuo y las organizaciones, se reafirma la importancia de la realización del presente trabajo de grado, ya que este busca una comprensión sobre la influencia de los factores de personalidad como predisponentes al momento de hacer frente a las situaciones estresantes de la vida cotidiana; un tema de gran relevancia para la correcta gestión de los recursos personales en la adaptación al medio que será discutida a continuación.

Capítulo 4. El afrontamiento al estrés

El surgimiento del Modelo Transaccional del estrés añadió un componente cognitivo a la concepción fisiológica existente, considerando la influencia de los factores psicológicos en la experiencia subjetiva del estrés (Goh, Sawang & Oei, 2010). Dicho enfoque supera las versiones previas que centraban su atención solo en el ambiente o el individuo, y pasa a entenderlo como una relación dinámica, particular y bidireccional entre el organismo y el entorno, donde dependerá del individuo el que un acontecimiento sea estresante o no, según su forma de percibirlo y valorarlo, estando su percepción influida por factores cognitivos, su experiencia previa, y otras variables personales y situacionales (Lazarus y Folkman, 2013).

Sin embargo, el factor más relevante es la propia capacidad de reacción del sujeto, pues, aunque cada individuo valora de forma distinta las situaciones amenazadoras, todos disponen de habilidades, recursos y capacidades, tanto personales como sociales, para hacer frente a ellas; ya que, según Lazarus y Folkman (2013), la ineficacia de estas herramientas o la incapacidad para utilizarlas será lo que determine el nivel de estrés que experimente la persona. Lazarus (2006) define como “Afrontamiento” (o coping) a los esfuerzos cognitivos y conductuales del sujeto para hacer frente a exigencias externas o internas evaluadas subjetivamente como estresantes. Las estrategias de afrontamiento tienen principalmente tres objetivos o funciones:

1. Eliminar o modificar las condiciones que originan el problema.
2. Controlar perceptivamente el significado de la experiencia, neutralizando los aspectos problemáticos.
3. Mantener las consecuencias emocionales dentro de los límites tolerables.

Los estilos o estrategias de afrontamiento tienen implicaciones cognitivas, emocionales, conductuales y fisiológicas, al tratarse, en esencia, de cualquier medida que tome el sujeto para responder a las distintas situaciones estresantes (Macías, Madariaga, Valle, & Zambrano, 2013). Por ende, su conceptualización y categorización es difícil de lograr sin cierto grado aparente de arbitrariedad y siempre va a depender del punto de vista que proporcione el modelo teórico subyacente, por lo cual es posible encontrar varias escalas de medición y clasificaciones para ellas (Castaño & León, 2010).

Según el modelo teórico de Lazarus y Folkman (2013), existen estrategias de afrontamiento que favorecen más que otras la resolución de situaciones desencadenantes de estrés que afectan el bienestar y desempeño ocupacional de los individuos de manera distinta. Este modelo identifica 8 estilos de afrontamiento básicos, que son medidos por una escala psicométrica de su autoría: confrontación, distanciamiento, autocontrol, búsqueda de apoyo social, aceptación de la responsabilidad, huida-avoidancia, planificación y reevaluación positiva.

Sin embargo, aunque esta categorización propuesta en el cuestionario WCQ de Lazarus & Folkman (1984) sea la más famosa, se han derivado numerosas escalas para la evaluación del proceso de afrontamiento, tales como las de Billings & Moos (1982), Carver, Scheier & Weintraub (1989), Endler & Parker (1990), y Roger, Jarvis & Najarian (1993). En el caso del idioma español, la escala más utilizada fue construida y validada por Sandín & Chorot (2003). Las estrategias evaluadas por esta escala se presentan en una tabla a continuación:

Tabla 2. *Definición de las estrategias o estilos de afrontamiento al estrés.*

Estrategia	Comportamientos característicos
Focalizado en la Solución del Problema (FSP)	Analiza las causas, planea y ejecuta soluciones para afrontar la situación.
Autofocalización Negativa (AFN)	Se autoculpa, tiene sentimientos de indefensión e incapacidad, resignación, dependencia, pérdida de control y pesimismo.
Reevaluación Positiva (REP)	Reconoce el evento estresante, pero se centra en los aspectos positivos de la situación como aprendizaje.
Expresión Emocional Abierta (EEA)	Descarga su mal humor, insulta, agrede, es hostil, irritable y se desahoga con los demás.
Evitación (EVT)	Busca distraerse, centrándose en cosas ajenas al problema, prefiere no pensar en él.
Búsqueda de Apoyo Social (BAS)	Identifica personas y redes de apoyo que puedan aportar al adecuado manejo de la situación estresante.
Religión (RLG)	Acude a creencias religiosas para afrontar la situación, pues siente que no tiene el control.

Propuesta por Sandín & Chorot (2003) en sus investigaciones con población hispanohablante.

La relación entre la personalidad y el afrontamiento

Las situaciones estresantes son normativas en la vida cotidiana y no existen realmente mecanismos para eliminar el estrés en un sentido estricto. Por estas razones el estudio de los procesos de afrontamiento ha cobrado tal importancia en la psicología, en tanto capta la necesidad de comprender la forma como las personas lidian con estas dificultades poniendo a prueba sus propios recursos para la adaptación. Con respecto a ello, según Semmer (2006), se ha encontrado que los factores de personalidad desempeñan un rol a nivel explicativo y predictivo

de las diferencias individuales en la experiencia subjetiva del estrés y las estrategias de afrontamiento ante los estresores.

Como se ha observado, en la literatura académica se considera que algunas estrategias de afrontamiento representan recursos de gran utilidad adaptativa para los individuos, al ser formas de focalizar la activación del estrés hacia la solución oportuna de las problemáticas y propiciar un aprendizaje para la planeación de futuras eventualidades, llegando incluso a aumentar la productividad personal. Asimismo, existen estrategias que no tienen un valor adaptativo, y se centran primordialmente en la descarga emocional, el escape y la evitación o la renuncia al control sobre la situación, de modo que representan un alivio o disminución de la tensión a corto plazo, pero en esencia, no contribuyen a la solución de las problemáticas que desencadenaron el estrés (Cano, Rodríguez & García, 2007).

Con respecto a ello, el hallazgo más constante que se ha encontrado tiene que ver con la relación entre el factor Neuroticismo con estrategias de afrontamiento pasivas centradas en la emoción, que no se consideran adaptativas (ver Contreras, Espinosa & Esguerra, 2009; Fornes, García, Frías & Rosales, 2016); al igual que se vincula con una mayor percepción y sensibilidad a las situaciones y estímulos estresores (Łukasik y colaboradores, 2018); además guarda una relación negativa con la resiliencia (Liu, Wang, Wang, Chen & Li, 2018), y junto al factor de Psicoticismo, -del modelo de Eysenck (1981)- se relaciona con mayor expresión de ira y conducta antisocial (De Barragán, Acosta & Gerena, 2002).

Por su parte, los factores Extraversión, Amabilidad y Responsabilidad, han mostrado correlación con el afrontamiento activo y centrado en la solución de problemas (Contreras, Espinosa & Esguerra, 2009); igualmente, el estudio longitudinal de Fornes, García, Frías & Rosales (2016) encontró que estos tres factores aumentaron a lo largo del curso de una carrera universitaria junto a estrategias de afrontamiento centradas en el problema, mostrando la relevancia de estas características para el desempeño en el área profesional; y además, el factor Extraversión se relaciona positivamente con la resiliencia (Liu, Wang, Wang, Chen & Li, 2018), siendo una asociación tan común que dicho factor incluso se considera un predictor de la resiliencia (Sarubin et al., 2015).

Sin embargo, los estudios citados anteriormente han sido conducidos en muestras de estudiantes, pacientes clínicos y personal de las áreas de salud. Aunque los resultados son constantes y es posible esperar que se repliquen, no existen antecedentes investigativos sobre este tema en Norte de Santander, por lo que uno de los principales aportes del presente trabajo de grado consiste en suplir esta carencia de datos en la región y analizar la relación entre estas variables psicológicas en el entorno laboral de docentes de colegio y contrastar en qué medida concuerdan o difieren con el cuerpo de evidencias presentado.

Marco contextual

La población que participará en la presente investigación está formada por docentes de tres colegios de la ciudad de Cúcuta durante el primer semestre del 2019; estas instituciones educativas son: Colegio Municipal Aeropuerto, Colegio Toledo Plata y Colegio Manuel Fernández de Novoa.

La sede principal del Colegio Municipal Aeropuerto está ubicada en la dirección Cll 9, #3-60 del barrio Aeropuerto. Inició labores educativas en 1975, y actualmente ofrece sus servicios en tres sedes (Colegio Municipal Aeropuerto, Luis Carlos Galán y Virgilio Barco) para estudiantes de primaria y bachillerato en las jornadas de la mañana y la tarde; además de un programa de bachillerato en jornada nocturna. Por su parte, el Colegio Toledo Plata está ubicado en la dirección Cll 12, #14-12 del barrio Toledo Plata. Este inició labores educativas en 1992 y actualmente ofrece sus servicios a estudiantes de primaria y bachillerato en las jornadas de la mañana y la tarde.

Por último, el Colegio Manuel Fernández de Novoa está ubicado en la dirección Av 11, #3-14 del barrio Carora. Inició labores educativas en 1992 y actualmente cuenta con cuatro sedes (La sede Principal, La sede No. 2 - Reyes Mantilla, la sede No.3 - Los Alpes y la sede No. 4 - Hombres y Mujeres de Pensamiento Nuevo) donde también ofrece sus servicios a estudiantes de primaria y bachillerato en las jornadas de la mañana y la tarde.

Los primeros dos colegios mencionados, de los barrios Aeropuerto y Toledo Plata, están ubicados en la comuna 6 de Cúcuta; en ella, el estrato socioeconómico promedio es el número 2, indicando una zona de clase económica baja, según la jerarquización propuesta por el DANE en Colombia. Por su parte, el barrio Carora, donde se encuentra el Colegio Manuel Fernández de Novoa hace parte de la comuna 9 y tiene en promedio un estrato número 3, que indica un estatus socioeconómico medio-bajo, lo cual, en teoría, representa una leve mejoría en las condiciones de vida con respecto a los dos barrios mencionados anteriormente.

Metodología

Diseño a utilizar

Esta es una investigación cuantitativa y transversal con un diseño correlacional. Según Hernández, Fernández & Baptista (2010), “este tipo de estudios tiene como finalidad conocer la relación o grado de asociación que exista entre dos o más conceptos, categorías o variables en un contexto en particular” (p. 81). La transversalidad de la investigación se debe a que se toma datos de la muestra en un único momento determinado, sin realizar algún tipo de seguimiento a su evolución; además, se ha elegido el diseño correlacional debido a su pertinencia para medir, cuantificar y vincular las variables psicológicas que serán evaluadas: los factores de personalidad del Big Five y los estilos de afrontamiento al estrés.

Población

Se cuenta con el acceso a una población de 195 docentes de tres colegios de la ciudad de Cúcuta durante el primer semestre del año 2019.

Muestra

Se emplea una técnica de muestreo no probabilística por conveniencia. Este tipo de muestra se selecciona debido a la disponibilidad de los casos a los cuales tiene acceso el investigador (Hernández, Fernández & Baptista, 2010). La elección de esta técnica de muestreo se debe a que la población que participará en el estudio estará compuesta por todos los docentes que asistan a una citación que hará el rector de cada uno de los colegios.

Definición de variables

A continuación, se describen las variables que serán evaluadas de forma cuantitativa y correlacionadas en este trabajo de grado.

Personalidad. Es la integración dinámica de un conjunto relativamente estable de rasgos que configuran las características individuales y el comportamiento en el ajuste único de cada persona a la vida, incluyendo sus principales intereses, predisposiciones, valores, habilidades, autoconcepto y patrones emocionales (Giordano, 2013)

Modelo de los Cinco Grandes. Es un modelo teórico plantea la existencia de cinco factores básicos de la personalidad; estos son: Extraversión, Neuroticismo, Responsabilidad, Afabilidad e Intelecto/Apertura (McCrae & Costa, 2008).

Estilos de Afrontamiento al estrés. Se definen como todos los esfuerzos cognitivos y conductuales del sujeto para hacer frente a exigencias externas o internas evaluadas subjetivamente como estresantes (Lazarus & Folkman, 2013).

Procedimiento

Primera fase. Se cuenta con la aprobación de los rectores de las respectivas instituciones educativas, quienes citarán a los docentes para una reunión en un horario fuera de clases, donde se les presentarán los objetivos del estudio y se les dará las debidas instrucciones para que den respuesta a las escalas que serán entregadas en medio físico en dos hojas tamaño carta para cada

uno de ellos. Las estudiantes autoras del presente trabajo de grado se encontrarán presentes durante el momento de la aplicación para resolución de dudas o sugerencias por parte de los participantes.

Segunda fase. Después de haber recolectado la información se procederá a calificar manualmente las escalas e introducir los resultados en una matriz de datos del programa *Statistical Package for the Social Sciences* (SPSS), donde se hará un análisis de correlación de Pearson para observar el nivel de asociación de las variables evaluadas.

Tercera fase. Posteriormente se hará un análisis de los coeficientes de correlación de acuerdo con el planteamiento del problema y los trabajos citados en el estado del arte y el marco teórico acerca de este tema, orientado a cumplir los objetivos de investigación propuestos.

Instrumentos

Se empleará un cuestionario con preguntas correspondientes a edad y género. Además, se aplicarán las siguientes escalas psicométricas validadas en español:

Escala Léxica del Big Five. Creada y validada por Goldberg (1999), traducida al idioma español por Oliveira, Cherubini, & Oliver (2013). Es una escala de 50 ítems que mide los factores de personalidad del Big Five: Extraversión ($\alpha=.87$), Afabilidad ($\alpha=.82$), Responsabilidad ($\alpha=.79$), Neuroticismo ($\alpha=.86$) e Intelecto (.84). Los coeficientes alfa expresados muestran que este instrumento posee una alta confiabilidad para fines investigativos.

Cuestionario de Afrontamiento al Estrés (CAE). Creada y validada en español por Sandín & Chorot (2003). Es una escala de 42 ítems que mide las estrategias de afrontamiento, definidas como los esfuerzos que lleva a cabo el individuo para hacer frente al estrés. Tiene 7 subescalas: Búsqueda de apoyo social ($\alpha=.92$), Expresión emocional abierta ($\alpha=.74$), Religión ($\alpha=.86$), Focalización en la solución del problema ($\alpha=.85$), Evitación ($\alpha=.76$), Autofocalización negativa ($\alpha=.64$) y Reevaluación positiva ($\alpha=.71$). Este cuestionario se ha empleado en Colombia en investigaciones realizadas por: Gaviria, Vinaccia, Riveros & Quiceno (2011); Contreras, Espinosa & Esguerra (2009); Cano et al. (2006); Contreras, Esguerra, Espinosa & Gómez (2007); Espinosa, Contreras & Esguerra (2009).

Cómo se analizará la información recolectada

La información recolectada recibirá un análisis estadístico a través del programa *Statistical Package for the Social Sciences* (SPSS), donde se realizará la correlación de Pearson entre las subescalas de cada instrumento psicométrico. Posteriormente se interpretarán estos resultados cuantitativos de acuerdo con el marco teórico y los antecedentes investigativos citados con anterioridad.

Presentación de resultados

En esta sección del trabajo de grado se presentan los datos cuantitativos obtenidos por medio de la aplicación de los instrumentos mencionados y su correspondiente análisis:

Datos de la muestra

En este estudio participó voluntariamente una muestra por conveniencia compuesta por 92 profesores de los tres colegios de Cúcuta mencionados previamente en el marco contextual.

Estadísticos descriptivos

A continuación, se presentan los resultados generales de las puntuaciones obtenidas por los participantes en cada factor de las escalas de Personalidad y Estilos de Afrontamiento al estrés, los cuales permitirán posteriormente dar respuesta a los objetivos específicos número 1 y 2.

Tabla 3. *Estadísticos descriptivos de los factores de personalidad.*

	Mínimo	Máximo	Media	Desviación
Afabilidad	24	49	37,8	5,9
Responsabilidad	24	48	37,1	5,9
Intelecto/Apertura	23	48	36,5	5,1
Extraversión	17	46	30,4	6,3
Neuroticismo	12	42	27,8	6,1

Como puede observarse en la Tabla 3, el orden descendiente en la media de los factores de personalidad es: Afabilidad, Responsabilidad, Intelecto/Apertura, Extraversión y Neuroticismo.

Tabla 4. Estadísticos descriptivos de los estilos de afrontamiento al estrés.

	Mínimo	Máximo	Media	Desviación
FSP	3	24	17,5	4,7
REP	5	24	15,9	3,4
RLG	0	24	14,9	6,4
BAS	0	24	12,5	6,3
EVT	1	24	11,6	4,2
AFN	0	19	7,8	3,9
EEA	0	18	6,7	3,9

Nota: FSP: Focalización en la solución del problema; AFN: Autofocalización negativa; REP: Reevaluación positiva;

EEA: Expresión emocional abierta; EVT: Evitación; BAS: Búsqueda de apoyo social; RLG: Religión.

Como se observa en la Tabla 4, el orden descendiente en los estilos de afrontamiento al estrés prevalentes en la muestra es: Focalización en la solución del problema, Reevaluación positiva, Religión, Búsqueda de apoyo social, Evitación, Autofocalización negativa y Expresión emocional abierta; siendo los estilos más desadaptativos (AFN y EEA) los menos comunes, lo cual representa un aspecto positivo en la muestra evaluada.

Correlaciones de Pearson

Se llevó a cabo el procedimiento estadístico de correlación de Pearson en el programa SPSS entre los cinco factores de la personalidad (Extraversión, Afabilidad, Responsabilidad, Neuroticismo e Intelecto/Apertura) y los siete estilos de afrontamiento al estrés (Búsqueda de apoyo social, Expresión emocional abierta, Religión, Focalización en la solución del problema, Evitación, Autofocalización negativa y Reevaluación positiva). A continuación, se presenta la tabla de resultados:

Tabla 5. *Matriz de correlaciones de Pearson.*

	FSP	AFN	REP	EEA	EVT	BAS	RLG
Extraversión	.21*	.14	.04	.20	.07	.30**	.10
Afabilidad	.27**	-.21*	.10	-.26*	.08	.17	-.05
Responsabilidad	.25*	-.35**	.08	-.13	.00	.25*	.10
Neuroticismo	-.05	.21*	-.08	.42***	.08	-.11	.01
Intelecto	.40***	-.20	.28**	.10	.12	.26*	-.06

Nota: FSP: Focalización en la solución del problema; AFN: Autofocalización negativa; REP: Reevaluación positiva; EEA: Expresión emocional abierta; EVT: Evitación; BAS: Búsqueda de apoyo social; RLG: Religión. Niveles de significación (valor p): *= $p < 0.05$; **= $p < 0.01$; ***= $p < 0.001$.

Como puede apreciarse en la Tabla 5, a través de este análisis fue posible encontrar que: el factor de Extraversión tiene una correlación positiva con las variables FSP ($r = .21, p < 0.05$), EEA ($r = .20, p > 0.05$) y BAS ($r = .30, p < 0.01$); el factor de Afabilidad también guarda una relación positiva con FSP ($r = .27, p < 0.01$) y correlaciones negativas con AFN ($r = -.21, p < 0.05$) y EEA ($r = -.26, p < 0.05$); el factor de Responsabilidad obtuvo correlaciones positivas con FSP ($r = .25, p < 0.05$) y BAS ($r = .25, p < 0.05$) y una asociación negativa con AFN ($r = -.35, p < 0.01$); por su parte, el factor Neuroticismo guarda relaciones positivas con AFN ($r = .21, p < 0.05$) y EEA ($r = .42, p < 0.001$); y por último, el factor Intelecto obtuvo correlaciones positivas con FSP ($r = .40, p < 0.001$), REP ($r = .28, p < 0.01$) y BAS ($r = .26, p < 0.05$) y una correlación negativa con AFN ($r = -.20, p > 0.05$).

Estos resultados y sus implicaciones serán interpretados en el siguiente apartado, teniendo en cuenta los antecedentes investigativos citados previamente en el marco teórico y el estado del arte, para dar respuesta a los objetivos planteados en el presente trabajo de grado.

Análisis y discusión de resultados

Como se puede apreciar en la Tabla 3, en la muestra evaluada fue posible encontrar que el orden descendiente del promedio obtenido en cada factor de personalidad es: Afabilidad (37,8), Responsabilidad (37,1), Intelecto/Apertura (36,5), Extraversión (30,4) y Neuroticismo (27,8). Así, se observa que el factor menos prevalente en estos docentes es el Neuroticismo, lo cual, de acuerdo con la teoría representa un aspecto positivo, pues este factor se caracteriza por su proclividad a la emocionalidad negativa y se asocia con bajas capacidades para lidiar con el estrés y por lo tanto una mayor propensión al burnout (Soto, Kronauer & Liang, 2015).

Así mismo, como se evidencia la Tabla 4, el orden descendiente en la media de los estilos de afrontamiento al estrés es: Focalización en la solución del problema (17,5), Reevaluación positiva (15,9), Religión (14,9), Búsqueda de apoyo social (12,5), Evitación (11,6), Autofocalización negativa (7,8) y Expresión emocional abierta (6,7). Así, debe tenerse en cuenta que los estilos menos prevalentes (AFN y EEA) son justamente los que la literatura considera desadaptativos y describe como “pasivos” o “centrados en la emoción”, puesto que enfatizan los aspectos negativos de la situación estresante y no contribuyen a su solución (Sandín & Chorot, 2003); por lo cual también se considera positivo para la presente muestra que estas formas de afrontamiento sean las menos frecuentes.

Con respecto a la relación entre los factores de personalidad descritos por el modelo del Big Five y los estilos de afrontamiento al estrés, la presente investigación encontró lo siguiente:

El factor de Extraversión está asociado con estilos los de afrontamiento de Focalización en la solución del problema ($r = .21, p < 0.05$) y Búsqueda de apoyo social ($r = .30, p < 0.01$), los cuáles son descritos por la literatura como “activos” o “centrados en el problema”, ya que en ellos el estrés cumple un papel motivacional que impulsa al individuo a actuar para resolver el evento estresor o buscar la ayuda para lograrlo (Sandín & Chorot, 2003); sin embargo, este factor también obtuvo una correlación leve con la Expresión emocional abierta ($r = .20, p > 0.05$), que es un estilo de afrontamiento pasivo.

Para interpretar este resultado se debe considerar la naturaleza del factor Extraversión, que se caracteriza por una preferencia por el contacto social e incluye rasgos como la asertividad y la emotividad positiva, por lo cual las personas extrovertidas suelen tener círculos sociales muy amplios y heterogéneos (John, Naumann & Soto, 2008); de manera que los resultados obtenidos apoyan la noción de que las personas con altos niveles en este factor tienden a buscar apoyo social para resolver las situaciones estresantes, al igual que expresan abiertamente las emociones asociadas a dichas situaciones.

Además, el factor Afabilidad también obtuvo una correlación positiva con la Focalización en la solución del problema ($r = .27, p < 0.01$), y negativa con la Expresión emocional abierta ($r = -.26, p < 0.05$) y la Autofocalización negativa ($r = -.21, p < 0.05$). Según John, Naumann & Soto (2008), el factor Afabilidad se caracteriza por una orientación prosocial e incluye rasgos como el altruismo, la calidez y la confianza; por lo cual estas personas suelen ser amistosas y complacientes; además suelen evitar la hostilidad y tienden a llevarse bien con los demás.

Por estas razones, en el presente estudio se observa una correlación negativa entre este factor y el estilo de afrontamiento de Expresión emocional abierta, ya que este último se caracteriza por descargas hostiles del mal humor y la frustración hacia los demás, los cuales son comportamientos incompatibles con el factor de Afabilidad, tal y como es descrito por la teoría del Big Five (McCrae & Costa, 2008). Adicionalmente, la ausencia de Autofocalización negativa y la tendencia a la Focalización en la solución del problema demuestran que las personas con altos niveles de Afabilidad tienen capacidades de afrontamiento adecuadas para el manejo del estrés de la vida cotidiana.

Por su parte, el factor Responsabilidad mostró una asociación positiva con los estilos de Focalización en la solución del problema ($r = .25, p < 0.05$) y Búsqueda de apoyo social ($r = .25, p < 0.05$), y correlacionó negativamente con la Autofocalización negativa ($r = -.35, p < 0.01$). Soto, Kronauer & Liang (2015) mencionan que las personas con altos niveles en este factor suelen ser disciplinadas y tener capacidades de autocontrol que les facilitan el comportamiento dirigido a metas, seguir las normas, planificar, organizar y priorizar tareas eficientemente.

De este modo, las características mencionadas anteriormente aportan sentido al hecho de que este factor haya correlacionado con la Focalización en la solución del problema y la Búsqueda de apoyo social, que son estrategias activas de afrontamiento orientadas hacia la exploración de alternativas para solucionar las problemáticas causantes del estrés. Así mismo la ausencia de Autofocalización negativa en las personas con alto nivel de Responsabilidad puede deberse a que estas respuestas desadaptativas no contribuyen a la superación de las dificultades que se

presentan y por ende no hacen parte de su repertorio conductual, en tanto son personas que optan por tomar un rol activo en la resolución de problemas.

El factor de Intelecto o Apertura a la Experiencia correlacionó positivamente con la Focalización en la solución del problema ($r = .40, p < 0.001$), la Búsqueda de apoyo social ($r = .26, p < 0.05$) y fue el único factor que se asoció con la Reevaluación positiva ($r = .28, p < 0.01$); en cambio, se asoció negativamente con la Autofocalización negativa ($r = -.20, p > 0.05$). Según John, Naumann y Soto (2008) este factor describe la amplitud, profundidad, originalidad y complejidad de la vida mental de una persona; de modo que los individuos con altos niveles en él suelen ser cultos, imaginativos, creativos e interesarse por llevar vidas ricas en experiencias artísticas o intelectuales, valores no convencionales y búsqueda de actividades estimulantes.

Además, según la teoría, los sujetos con altos niveles de este factor tienen mayor disposición a adoptar ideas y prácticas innovadoras que superen lo convencional (McCrae & Costa, 2008), por ende, tiene sentido que prefieran tomar roles activos en la exploración de soluciones a las problemáticas causantes de estrés en sus vidas cotidianas, lo cual es acorde con los resultados obtenidos, en los cuales se aprecia una correlación con estrategias adaptativas de afrontamiento; de hecho, es el único factor que se asoció con la Reevaluación positiva, la cual representa un estilo que favorece el aprendizaje de las situaciones vividas centrándose en los aspectos positivos de esas experiencias para una mejor gestión en el futuro.

Adicional a ello, este factor correlacionó negativamente con la Autofocalización negativa, por lo cual puede observarse que, en conjunto, está asociado con unos estilos de afrontamiento que le

permiten una gestión adaptativa de las tensiones cotidianas y una regulación emocional adecuada, siendo un factor de personalidad que representa un recurso muy positivo para las personas que tienen altos niveles de él, pues favorece una adaptación óptima a las exigencias y dificultades percibidas en el ambiente.

En contraste, el factor Neuroticismo solo obtuvo correlaciones positivas con los estilos de afrontamiento pasivos de Autofocalización negativa ($r = .21, p < 0.05$) y Expresión emocional abierta ($r = .42, p < 0.001$). Este resultado guarda una estrecha relación con la literatura disponible sobre personalidad y afrontamiento, ya que, Según Soto, Kronauer & Liang (2015) el Neuroticismo se caracteriza por una inestabilidad emocional y de temperamento, con proclividad a experimentar emocionalidad negativa y baja tolerancia al estrés y la frustración, de manera que, en resumen, este factor se ha asociado consistentemente con capacidades de regulación emocional deficientes (Bono & Vey, 2007).

Entendido así, el perfil afectivo de este factor de personalidad es corroborado por los resultados de este estudio, ya que las estrategias de Autofocalización negativa y Expresión emocional abierta son respuestas emocionales basadas en la auto culpabilización, la recriminación, la renuncia al control de la situación y la descarga emocional contra otras personas. Por dichas razones, Cano, Rodríguez & García (2007) las describen como respuestas desadaptativas que se mantienen por refuerzo negativo al representar un “desahogo” o alivio momentáneo de la tensión a corto plazo, pero sin contribuir en la solución de las problemáticas que desencadenaron el estrés.

En concordancia, se considera que el Neuroticismo constituye un factor de riesgo de gran relevancia que debe ser tenido en cuenta por las organizaciones al momento de realizar la selección de personal y la asignación de puestos de trabajo, ya que, como se puede apreciar en los resultados obtenidos, y de acuerdo con los antecedentes investigativos disponibles, las personas con altos niveles de este factor tienen dificultades para el afrontamiento efectivo de las tensiones y el estrés de la vida cotidiana, por lo cual son más propensos al burnout que el resto de la población (Azeem, 2013).

En resumen, se plantea que estos resultados corroboran los hallazgos de estudios previos sobre personalidad y afrontamiento, pues en ellos se ha reportado una asociación constante entre los factores Responsabilidad, Afabilidad, Intelecto y Extraversión con menores niveles de estrés laboral, uso de estrategias de afrontamiento activas y mayor resiliencia ante las tensiones experimentadas en el puesto de trabajo e incluso durante el curso de una enfermedad; además se ha obtenido de forma persistente en la literatura una relación entre el Neuroticismo y los estilos de afrontamiento emocionales, menor capacidad de regulación emocional y propensión a las consecuencias del estrés crónico (para profundizar sobre estos estudios ver: Contreras, Espinosa & Esguerra, 2009; Burgess, Irvine & Wallymahmed, 2010; Fornes, García, Frías & Rosales, 2016; Lukasik et al, 2018 y Liu, Wang, Wang, Chen & Li, 2018).

Por último, cabe mencionar que los estilos de afrontamiento de Evitación y Religión no tuvieron ninguna asociación -positiva o negativa- con los factores de personalidad. Acerca de ello, se hipotetiza que esto se debe a que la variable representada por la Religión tiene una fuerte influencia sociocultural que es común al contexto local, pues según una investigación realizada

por Beltrán (2012), aproximadamente el 94% de los colombianos se considera creyente; por ende, se deduce que la asistencia a servicios religiosos o la oración como estilo de afrontamiento puede ser transversal a todos los factores de personalidad y estar presente igualmente en sus polos altos, bajos e intermedios, por lo cual no se aprecia un resultado significativo en la correlación de Pearson, pues esta expresa una medida de relación lineal entre variables.

Así mismo, la ausencia de correlaciones con la estrategia de Evitación es acorde a los hallazgos de Contreras, Espinosa & Esguerra (2009) en una muestra bogotana, en la cual tampoco se asoció con ningún factor de personalidad; ante lo cual se hipotetiza que la distracción o el distanciamiento del evento estresor no necesariamente constituye una respuesta típica de ciertos factores de personalidad y por el contrario, puede considerarse como una alternativa a la que recurre la población de forma generalizada en variedad de contextos.

Conclusiones

En el presente trabajo de grado fue posible encontrar evidencias acordes con la investigación que ha vinculado los factores de personalidad descritos por el modelo del Big Five con los estilos de afrontamiento al estrés.

El factor de Extraversión correlaciona con estilos de afrontamiento activos como la Focalización en la solución del problema y la Búsqueda de apoyo social, aunque también guarda una correlación leve con la Expresión emocional abierta; además, el factor de Afabilidad tiene

una relación positiva con la Focalización en la solución del problema, y por el contrario, una relación negativa con la Expresión emocional abierta y la Autofocalización negativa.

Así mismo, el factor de Responsabilidad se asocia con la Focalización en la solución del problema y la Búsqueda de apoyo social, al tiempo que se relaciona negativamente con la Autofocalización negativa. Por su parte, el factor de Intelecto o Apertura a la experiencia correlaciona también positivamente con la Focalización en la solución del problema, la Búsqueda de apoyo social y es el único factor que se asoció con la Reevaluación positiva, que es un importante recurso de aprendizaje para el afrontamiento de futuras situaciones estresantes; además, se asocia negativamente con la Autofocalización negativa.

En contraste, el factor de Neuroticismo representa un claro predisponente para el desarrollo de estilos de afrontamiento pasivos o centrados en la emoción, que no contribuyen en la solución de los eventos estresores, pues en este caso solo obtuvo correlaciones con la Autofocalización negativa y la Expresión emocional abierta, que son respuestas que resultan de una inadecuada regulación emocional y constituyen factores de riesgo para el desarrollo de problemas de salud asociados al manejo deficiente del estrés.

Teniendo en cuenta estos resultados, y en concordancia con la literatura científica disponible, puede concluirse que, en general, los factores de Extraversión, Afabilidad, Responsabilidad e Intelecto se relacionan con estrategias de afrontamiento al estrés adaptativas, mientras que el factor Neuroticismo está asociado con estilos desadaptativos, producto de bajas capacidades de regulación emocional que representan un riesgo para la salud en tanto suponen un predisponente

para padecer las consecuencias del estrés crónico, al tiempo que puede ser un factor problemático para el desempeño en el área laboral de la docencia, debido a los altos niveles de estrés y síndrome de burnout que se observan en esta profesión.

Además, se encontró que en la presente muestra de docentes, el orden en las estrategias de afrontamiento empleadas con más frecuencia es: Focalización en la solución del problema, Reevaluación positiva, Religión, Búsqueda de apoyo social, Evitación, Autofocalización negativa y Expresión emocional abierta; por ende se puede concluir que en estos participantes predominan las estrategias de afrontamiento activas o “centradas en el problema”, puesto que, a excepción de la Religión, los estilos más prevalentes representan un recurso positivo para la solución de los eventos estresores o problemáticos de la vida cotidiana.

Así mismo, el orden de los niveles de cada factor de personalidad encontrados esta muestra fue: Afabilidad, Responsabilidad, Intelecto/Apertura, Extraversión y Neuroticismo; lo cual resulta acorde a la prevalencia de los estilos de afrontamiento al estrés mencionada previamente, pues el factor de inestabilidad emocional fue también el que tuvo el menor puntaje en los docentes participantes, siendo más comunes los factores de personalidad que representan un recurso positivo frente a las exigencias de la carga laboral del docente.

Recomendaciones

Para un próximo estudio se sugiere emplear técnicas de muestro aleatorizado y métodos online que permitan la captación de una muestra numerosa para conseguir resultados relevantes en grandes poblaciones que puedan ser de utilidad para la investigación de este tema y la posible derivación de planes de intervención basados en esos datos. Así mismo, podría resultar de interés realizar un estudio longitudinal que evalúe la evolución de los niveles de cada factor de personalidad y la prevalencia de los estilos de afrontamiento desde el inicio de un cargo en una organización y a lo largo del desempeño en este.

Además, también se sugiere emplear un cuestionario sociodemográfico más completo junto a las escalas psicométricas para lograr una caracterización más detallada de los participantes y un análisis de posibles variables que pueden guardar relación con el estrés, como el nivel socioeconómico, el tipo de contrato, la carga horaria, el estado civil, entre otras.

Por último, se recomienda a las Instituciones Educativas que participaron tener en consideración los resultados obtenidos en la presente investigación, ya que estos proporcionan una información fiable acerca de la influencia de los factores de personalidad de los docentes en el manejo del estrés causado por las exigencias laborales de su contexto educativo; por lo cual se considera adecuado sugerir la realización de un diagnóstico individualizado que permita a los docentes conocer sus propias predisposiciones para el desarrollo de problemas asociados al afrontamiento inadecuado del estrés o sus factores protectores contra este, junto a la realización de campañas psicoeducativas y capacitaciones en técnicas para la gestión adaptativa del mismo.

Referencias Bibliográficas

- Aamodt, M. (2010). *Psicología industrial/organizacional: un enfoque aplicado*. México: Cengage Learning Editores.
- Andersen, S. L., & Teicher, M. H. (2009). Desperately driven and no brakes: developmental stress exposure and subsequent risk for substance abuse. *Neuroscience & Biobehavioral Reviews*, 33(4), 516-524.
- Azeem, S. (2013). Conscientiousness, neuroticism and burnout among healthcare employees. *International Journal of Academic Research in Business and Social Sciences*, 3(7), 467.
- Beltrán, W. (2012). Descripción cuantitativa de la pluralización religiosa en Colombia. *Universitas Humanística*, 73, 201-237.
- Berrío, N., & Mazo, R. (2012). Estrés académico. *Revista de Psicología, Universidad de Antioquia*, 3(2), 55-82.
- Bono, J. E., & Vey, M. A. (2007). Personality and emotional performance: Extraversion, neuroticism, and self-monitoring. *Journal of Occupational Health Psychology*, 12(2), 177.
- Burgess, L., Irvine, F., & Wallymahmed, A. (2010). Personality, stress and coping in intensive care nurses: a descriptive exploratory study. *Nursing in critical care*, 15(3), 129-140.
- Caldera, J., Pulido, B., & Martínez, M. (2007). Niveles de estrés y rendimiento Académico en estudiantes de la carrera de Psicología del Centro Universitario de los altos. *Revista de Educación y Desarrollo*, 7, 77-82.
- Camargo, B. (2010). Estrés, síndrome general de adaptación o reacción general de alarma. *Revista medico científica*, 17(2), 78-86.

- Cano, E., Quiceno, J., Vinnaccia, S., Gaviria, A., Tobón, S. & Sandín, B. (2006). Calidad de vida y factores asociados en pacientes con diagnóstico de dispepsia funcional. *Universitas Psychologica*, 5 (3), 511-520.
- Cano, F., Rodríguez, L., & García, J. (2007). Adaptación española del Inventario de Estrategias de Afrontamiento. *Actas Españolas de Psiquiatría*, 35 (1), 29-39.
- Carver, C., & Connor, J. (2010). Personality and coping. *Annual review of psychology*, 61, 679-704.
- Carver, C., Scheier, M., & Weintraub, J. (1989). Assessing coping strategies: a theoretically based approach. *Journal of Personality and social Psychology*, 56, 267-283.
- Castaño, E., & León, B. (2010). Estrategias de afrontamiento del estrés y estilos de conducta interpersonal. *International Journal of psychology and psychological therapy*, 10(2), 245-257.
- Cattell, R. (1988). The meaning and strategic use of factor analysis. In *Handbook of multivariate experimental psychology* (pp. 131-203). Boston, MA: Springer.
- Cloninger, S. (2003). *Teorías de la personalidad. (3 Ed.)*. México: Pearson Educación.
- Coduti, P., Gattás, Y., Sarmiento, S., & Schmid, R. (2013). Enfermedades laborales: cómo afectan el entorno organizacional. Facultad de Ciencias Económicas. Universidad Nacional de Cuyo, San Rafael, Mendoza.
- Contreras, F., Esguerra, G., Espinosa, J. & Gómez, V. (2007). Estilos de afrontamiento y calidad de vida en pacientes con insuficiencia renal crónica (IRC) en tratamiento de hemodiálisis. *Revista Acta Colombiana de Psicología*, 10 (2) 169-179.
- Contreras, F., Espinosa, J., & Esguerra, G. (2009). Personalidad y afrontamiento en estudiantes universitarios. *Universitas Psychologica*, 8(2), 311-322.

Costa, P., & McCrae, R. (1992). Four ways five factors are basic. *Personality and individual differences*, 13(6), 653-665.

de Barragán, C., Acosta, M., & Gerena, R. (2002). Estudio descriptivo correlacional entre ira y personalidad a la luz de la Teoría de Hans Eysenck. *Revista colombiana de psicología*, 11, 56-70.

De Clercq, B., Rettew, D., Althoff, R. R., & De Bolle, M. (2012). Childhood personality types: Vulnerability and adaptation over time. *Journal of Child Psychology and Psychiatry*, 53(6), 716-722.

De Raad, B., & Mlačić, B. (2015). Big Five Factor Model, Theory and Structure. *International Encyclopedia of the Social & Behavioral Sciences*, 559–566.

Del Hoyo, M. (2004). *Estrés laboral*. Madrid: Instituto Nacional de Higiene y Seguridad en el Trabajo.

Durán, M. (2010). Bienestar psicológico: el estrés y la calidad de vida en el contexto laboral. *Revista nacional de administración*, 1(1), 71-84.

Enciso, E., & Perilla, L. (2015). Visión retrospectiva, actual y prospectiva de la psicología organizacional. *Acta colombiana de Psicología*, (11), 5-22.

Endler, N., y Parker, D. (1990). Multidimensional assessment of coping: a critical evaluation. *Personality and Individual Differences*, 58, 844-854.

Espinosa, J., Contreras, F., & Esguerra, G. (2009). Afrontamiento al estrés y modelo psicobiológico de la personalidad en estudiantes universitarios. *Diversitas: Perspectivas en psicología*, 5(1), 87-95.

- Extremera, N., Durán, A., & Rey, L. (2010). Recursos personales, síndrome de estar quemado por el trabajo y sintomatología asociada al estrés en docentes de enseñanza primaria y secundaria. *Ansiedad y estrés*, 16(1), 47-60.
- Eysenck, H. (Ed.). (2012). *A model for personality*. Berlin: Springer-Verlag.
- Fornes, J., Garcia, G., Frias, D., & Rosales, G. (2016). Coping, stress, and personality in Spanish nursing students: A longitudinal study. *Nurse education today*, 36, 318-323.
- García, R. (2011). Evaluación del estrés académico en estudiantes de nueva incorporación a la universidad. *Psicología y salud*, 21(1), 31-38.
- Gaviria, A. M., Vinaccia, S., Riveros, M. F., & Quiceno, J. M. (2011). Calidad de vida relacionada con la salud, afrontamiento del estrés y emociones negativas en pacientes con cáncer en tratamiento quimioterapéutico. *Psicología desde el Caribe*, 20, 50-75.
- Gil, P. (2013). Situación actual y perspectiva de futuro en el estudio del estrés laboral: la Psicología de la Salud Ocupacional. *Informació psicológica*, (100), 68-83.
- Giordano, P. (2013). Personality. In K. D. Keith, *The Encyclopedia of Cross-Cultural Psychology*. Hoboken, NJ: John Wiley and Sons.
- Goh, Y. W., Sawang, S., & Oei, T. P. (2010). The Revised Transactional Model (RTM) of occupational stress and coping: An improved process approach. *The Australasian Journal of Organisational Psychology*, 3, 13-20.
- Goh, Y., Sawang, S., & Oei, T. (2010). The Revised Transactional Model (RTM) of occupational stress and coping: An improved process approach. *The Australasian Journal of Organisational Psychology*, 3, 13-20.

- Goldberg, L. (1999). A broad-bandwidth, public domain, personality inventory measuring the lower-level facets of several five-factor models. *Personality psychology in Europe*, 7(1), 7-28.
- González, H., Delgado, H., Escobar, M., & Cárdenas, M. (2014). Asociación entre el estrés, el riesgo de depresión y el rendimiento académico en estudiantes de los primeros semestres de un programa colombiano de medicina. *FEM: Revista de la Fundación Educación Médica*, 17(1), 47-54.
- Griffiths, A., Leka, S., & Cox, T. (2004). *La organización del trabajo y el estrés: estrategias sistemáticas de solución de problemas para empleadores, personal directivo y representantes sindicales*. Ginebra: Organización Mundial de la Salud.
- Gutiérrez, A., & Vilorio, J. (2014). Riesgos Psicosociales y Estrés en el ambiente laboral. *Revista Científica Salud Uninorte*, 30(1). Recuperado de: <https://goo.gl/6UX7At>
- Hernández, R., Fernández, C., & Baptista, P. (2010). *Metodología de la investigación*, (quinta edición). México: McGraw-Hill.
- John, O., Naumann, L., & Soto, C. (2008). Paradigm Shift to the Integrative Big Five Trait Taxonomy History, Measurement, and Conceptual Issues. In O. P. John, R. W. Robins, & L. A. Pervin (Eds.), *Handbook of personality: Theory and research*. (pp. 114-158). New York, US: The Guilford Press.
- Judge, T., & Miliffe, K. (2015). Personality. In C. L. Cooper, *Wiley Encyclopedia of Management*. Hoboken, NJ.: John Wiley and Sons.
- Koppes, L., & Vinchur, A. (2012). Industrial–Organizational Psychology. In *Handbook of Psychology*, Second Edition. Hoboken, NJ: John Wiley & Sons, Inc.
- Lazarus, R. (2006). *Stress and emotion: A new synthesis*. New York: Springer Publishing Company.

- Lazarus, R., & Folkman, S. (1984). *Stress, appraisal, and coping*. New York: Springer publishing company.
- Lazarus, R., & Folkman, S. (2013). Stress: appraisal and coping. In *Encyclopedia of behavioral medicine* (pp. 1913- 1915). Springer, New York, NY.
- Lazarus, R. y Folkman, S. (1984). *Stress, appraisal and coping*. New York: Springer Publishing Company.
- Liu, W., Wang, J., Wang, H., Chen, X., & Li, J. (2018). The impact of stress and personality on resilience of patients with ulcerative colitis. *Zhonghua nei ke za zhi*, 57(2), 107-111.
- Łukasik, M., Talarowska, M., Szykiewicz, P., Dominiak, I., Gromniak, E., Rawska, J., & Gałeczki, P. (2018). The level of experienced stress and personality traits in health professionals - the Polish study. *Polski merkurusz lekarski: organ Polskiego Towarzystwa Lekarskiego*, 45(269), 185-188.
- Macías, M., Madariaga, C., Valle, M., & Zambrano, J. (2013). Estrategias de afrontamiento individual y familiar frente a situaciones de estrés psicológico. *Psicología desde el Caribe*, 30(1), 123-145.
- McCrae, R., & Costa, P. (1997). Personality trait structure as a human universal. *American psychologist*, 52(5), 509-516.
- McCrae, R., & Costa, P. (2008). The five-factor theory of personality. In O. P. John, R. W. Robins, & L. A. Pervin (Eds.), *Handbook of personality: Theory and research*. (pp. 159-181). New York, US: The Guilford Press.
- Messier, S., Castro, D., & Céspedes, E. (2016). Estilo de vida en docentes y administrativos de la Universidad de Santander, Cúcuta. *Semana de la Divulgación Científica*, 38-43.

- Moos, R., & Billings, A. (1982). Conceptualizing and measuring coping resources and processes. In L. Goldberger y S. Breznitz (Eds.), *Handbook of stress: theoretical and clinical aspects* (pp. 212-230). New York: Free Press.
- Naranjo, M. (2009). Una revisión teórica sobre el estrés y algunos aspectos relevantes de éste en el ámbito educativo. *Educación*, 33(2), 171-190.
- Novikova, I. (2013). Big Five (The Five-Factor Model and The Five-Factor Theory). In K. D. Keith, (Ed.), *The Encyclopedia of Cross-Cultural Psychology*, (pp. 136–138). Hoboken, NJ: John Wiley and Sons.
- Nusbaum, E., & Silvia, P. (2011). Are openness and intellect distinct aspects of openness to experience? A test of the O/I model. *Personality and Individual Differences*, 51(5), 571-574.
- Oliveira, R. D., Cherubini, M., & Oliver, N. (2013). Influence of personality on satisfaction with mobile phone services. *ACM Transactions on Computer-Human Interaction*, 20(2), 1–23.
- Organización Internacional del Trabajo. (2013). La organización del trabajo y los riesgos psicosociales: una mirada de género. Hoja informativa. Género, salud y seguridad en el trabajo. Disponible en: <https://goo.gl/burcyj>
- Organización Mundial de la Salud. (2013). Salud mental: un estado de bienestar. Portal web de la OMS. Disponible en: <https://goo.gl/yZ5JMy>
- Ortega, A., Villamizar, D., Fernandes, J., & Ramos, Z. (2014). Árbitros de fútbol de Norte de Santander: La personalidad como perspectiva integradora En la toma de decisiones. *Revista Perspectivas Educativas*, 7(1), 187-201.
- Ortega, L. (2017). ¿Se recurre a la ciencia básica para la solución de problemas psicosociales en Latinoamérica?. *Revista Latinoamericana de Psicología*, 49(3), 161-162.

- Pechtel, P., & Pizzagalli, D. A. (2011). Effects of early life stress on cognitive and affective function: an integrated review of human literature. *Psychopharmacology*, 214(1), 55-70.
- Procházková, A., & Honzák, R. (2008). Stres, eustres a distres. *Interní medicína pro praxi*, 10(4), 188- 192.
- Richardson, C. (2017). Emotion regulation in the context of daily stress: Impact on daily affect. *Personality and Individual Differences*, 112(1), 150-156.
- Roger, D., Jarvis, G., y Najarian, B. (1993). Detachment and coping: the construction and validation of a new scale for measuring coping strategies. *Personality and Individual Differences*, 15, 619-626.
- Sandín, B., & Chorot, P. (2003). Cuestionario de Afrontamiento del Estrés (CAE): Desarrollo y validación preliminar. *Revista de psicopatología y psicología clínica*, 8(1), 39-53.
- Sarubin, N., Wolf, M., Giegling, I., Hilbert, S., Naumann, F., Gutt, D., ... & Bühner, M. (2015). Neuroticism and extraversion as mediators between positive/negative life events and resilience. *Personality and Individual Differences*, 82, 193-198.
- Saucier, G., & Goldberg, L. (2001). Lexical studies of indigenous personality factors: premises, products, and prospects. *Journal of personality*, 69(6), 847-879.
- Schultz, D., & Schultz, S. (2010). *Teorías de la personalidad. (9 Ed.)*. México: Cengage Learning.
- Semmer, N. (2006). Chapter 4: Personality, Stress, and Coping. In M. Vollrath (Ed.). *Handbook of Personality and Health*. Hoboken, NJ: John Wiley & Sons Ltd.
- Silva, D. (2015). Estrés en estudiantes de enfermería: una revisión sistemática. *Revista Ciencia y Cuidado*, 12(1), 119-133.

Soto, C., Kronauer, A., & Liang, J. (2015). *Five-Factor Model of Personality*. In S. Krauss, *The Encyclopedia of Adulthood and Aging*. Hoboken, NJ.: John Wiley and Sons, Inc.

Vergara, K. A., Cárdenas, S. D., & Martínez, F. G. (2013). Síntomas de depresión, ansiedad y estrés en estudiantes de odontología: prevalencia y factores relacionados. *Revista Colombiana de Psiquiatría*, 42(2), 173-181.

Vollrath, M. (2001). Personality and stress. *Scandinavian Journal of Psychology*, 42(4), 335-347.

Wood, R., Roberts, V., & Whelan, J. (2011). Organizational psychology. In *IAAP Handbook of Applied Psychology*, First Edition. Hoboken, NJ: Blackwell Publishing Ltd.

Apéndices

Apéndice 1. Escala léxica del Big Five.

Creada y validada por Goldberg (1999), traducida al español por Oliveira, Cherubini, & Oliver (2013). Opciones de respuesta: 1= Muy impreciso; 2=Moderadamente impreciso; 3= Ni preciso o impreciso; 4=Moderadamente preciso; y 5=Muy preciso.

Ítem	1	2	3	4	5
Soy el alma de la fiesta					
Me preocupo poco por los demás					
Siempre estoy preparado/a					
Me estreso con facilidad					
Tengo un vocabulario amplio					
No hablo mucho					
Me intereso por la gente					
Dejo mis pertenencias en cualquier lado					
Estoy relajado/a la mayor parte del tiempo					
Me cuesta entender ideas abstractas					
Me siento cómodo/a con la gente					
Suelo ofender o insultar a los demás					
Presto atención a los detalles					
Me preocupo por todo					
Tengo mucha imaginación					
Prefiero pasar desapercibido/a					
Simpatizo con los sentimientos de otras personas					
Soy desordenado/a					
Pocas veces me siento triste					
No me interesan las ideas abstractas					
Soy quien inicia las conversaciones					
No me interesan los problemas de otras personas					
Realizo mis tareas inmediatamente					
Me molesto fácilmente					
Tengo excelentes ideas					
No tengo mucho que decir					
Tengo un corazón sensible					

A menudo olvido poner las cosas de vuelta en su lugar					
Me disgusto con facilidad					
No tengo una buena imaginación					
En las fiestas hablo con muchas personas diferentes					
En realidad, no me intereso por los demás					
Me gusta el orden					
Cambio mucho de humor					
Soy rápido/a para entender las cosas					
No me gusta llamar la atención					
Dedico tiempo a los demás					
Suelo evadir mis deberes					
Tengo cambios frecuentes en mi estado de ánimo					
Utilizo palabras complejas					
No me molesta ser el centro de atención					
Siento las emociones de los demás					
Suelo hacer un programa y seguirlo					
Me irrito fácilmente					
Dedico tiempo a reflexionar					
Me mantengo callado/a cuando estoy entre desconocidos					
Hago sentir cómoda a la gente					
Soy perfeccionista en mi trabajo					
Me siento triste frecuentemente					
Estoy lleno de ideas					

Apéndice 2. Cuestionario de Afrontamiento del Estrés (CAE).

Creada y validada en español por Sandín & Chorot (2003). Opciones de respuesta: 0 = Nunca; 1 = Pocas veces; 2 = A veces; 3 = Frecuentemente; y 4 = Casi siempre.

Ítem	0	1	2	3	4
Traté de analizar las causas del problema para poder hacerle frente					
Me convencí de que hiciese lo que hiciese las cosas siempre me saldrían mal					
Intenté centrarme en los aspectos positivos del problema					
Descargué mi mal humor con los demás					
Cuando me venía a la cabeza el problema, trataba de concentrarme en otras cosas					
Le conté a familiares o amigos cómo me sentía					
Asistí a la Iglesia					
Traté de solucionar el problema siguiendo unos pasos bien pensados					
No hice nada concreto puesto que las cosas suelen ser malas					
Intenté sacar algo positivo del problema					
Insulté a ciertas personas					
Me volqué en el trabajo o en otra actividad para olvidarme del problema					
Pedí consejo a algún pariente o amigo para afrontar mejor el problema					
Pedí ayuda espiritual a algún religioso (sacerdote, pastor, etc.)					
Establecí un plan de actuación y procuré llevarlo a cabo					
Comprendí que yo fui el principal causante del problema					
Descubrí que en la vida hay cosas buenas y gente que se preocupa por los demás					
Me comporté de forma hostil con los demás					
Salí al cine, a cenar, a “dar una vuelta”, etc., para olvidarme del problema					
Pedí a parientes o amigos que me ayudaran a pensar acerca del problema					
Acudí a la Iglesia para rogar que se solucionase el problema					
Hablé con las personas implicadas para encontrar una solución al problema					
Me sentí indefenso/a e incapaz de hacer algo positivo para cambiar la situación					
Comprendí que otras cosas, diferentes del problema, eran más importantes para mí					

Agredí a algunas personas					
Procuré no pensar en el problema					
Hablé con amigos o familiares para que me tranquilizaran cuando me encontraba mal					
Tuve fe en que Dios remediaría la situación					
Hice frente al problema poniendo en marcha varias soluciones concretas					
Me di cuenta de que por mí mismo no podía hacer nada para resolver el problema					
Experimenté personalmente eso de que “no hay mal que por bien no venga”					
Me irrité con alguna gente					
Practiqué algún deporte para olvidarme del problema					
Pedí a algún amigo o familiar que me indicara cuál sería el mejor camino a seguir					
Recé					
Pensé detenidamente los pasos a seguir para enfrentarme al problema					
Me resigné a aceptar las cosas como eran					
Comprobé que, después de todo, las cosas podían haber ocurrido peor					
Luché y me desahogué expresando mis sentimientos					
Intenté olvidarme de todo					
Procuré que algún familiar o amigo me escuchase cuando necesité manifestar mis sentimientos					
Acudí a la Iglesia para poner velas u orar					

Anexos



Universidad de Pamplona
Pamplona - Norte de Santander - Colombia
Tels: (7) 5685303 - 5685304 - 5685305 - Fax: 5682750 - www.unipamplona.edu.co

San José de Cúcuta, 14 de Agosto de 2019

Sr. Javier Velasco
Rector
Institución Educativa Manuel Fernández de Novoa
Cúcuta

Cordial Saludo

Las Psicólogas en formación de la Universidad de Pamplona, Dayana Vargas Figueroa, identificado con el código estudiantil No. 1090515190 y Jessica Andrea Cárdenas Diaz, identificada con el código estudiantil No. 1090507922 que se encuentran cursando décimo semestre, solicitan amablemente un espacio en la institución educativa para desarrollar su tesis de grado titulada "Factores de la Personalidad y su relación con las estrategias de afrontamiento al estrés" bajo la dirección de la tutora Esp. Piedad Vega Montaguth, la presente investigación pretende evaluar los factores de la personalidad y su relación con las estrategias de afrontamiento al estrés. Las actividades a realizar son de carácter académico e investigativo.

Sin otro particular.

*Recibido
Javier Velasco
14 AGOSTO 2019
10:00 a.m.*

Piedad Vega M
Ps, Esp. Mg. Piedad Vega Montaguth
C.C. 37440258
Docente del programa de Psicología
Universidad de Pamplona

Dayana Vargas F.
Dayana Vargas Figueroa
C.C. 1090515190
Estudiante de Psicología
Universidad de Pamplona

J.A.C.
Jessica A. Cárdenas
C.C. 1090507922
Estudiante de Psicología
Universidad de Pamplona





Universidad de Pamplona
Pamplona - Norte de Santander - Colombia
Tels (7) 5685303 - 5685304 - 5685305 - Fax 5682750 - www.unipamplona.edu.co

San José de Cúcuta, 13 de noviembre de 2019

Dr. José Antonio Parada Carvajal
Rector
Institución Educativa Colegio Toledo Plata
Cúcuta

Cordial Saludo

Las psicólogas en formación de la Universidad de Pamplona, Dayana Vargas Figueroa, identificado con el código estudiantil No. 1090515190 y Jessica Andrea Cárdenas Diaz, identificada con el código estudiantil No. 1090507922 que se encuentran cursando décimo semestre, solicitan amablemente un espacio en la institución educativa para desarrollar su tesis de grado titulada "Factores de la personalidad y su relación con los estilos de afrontamiento al estrés" bajo la dirección de la tutora Esp. Piedad Vega Montaguth, la presente investigación pretende evaluar los factores de la personalidad y los estilos de afrontamiento al estrés mediante un estudio correlacional, cabe mencionar que las actividades a realizar son de carácter académico e investigativo.

Sin otro particular.



Piedad Vega M
Psi. Esp. Mg. Piedad Vega Montaguth
C.C. 37440258
Docente del programa de Psicología
Universidad de Pamplona

Dayana Vargas
Dayana Vargas Figueroa
C.C. 1090515190
Estudiante de Psicología
Universidad de Pamplona

J.A.C.
Jessica A. Cárdenas
C.C. 1090507922
Estudiante de Psicología
Universidad de Pamplona



Formando líderes para la construcción
de un nuevo país en paz



Universidad de Pamplona
Pamplona - Norte de Santander - Colombia
Tels: (7) 5685303 - 5685304 - 5685305 - Fax: 5682750 - www.unipamplona.edu.co

San José de Cúcuta, 13 de noviembre de 2019

Mg. José Antonio Hernández Carvajal
Rector
Institución Educativa Colegio Municipal Aeropuerto
Cúcuta

Cordial Saludo

Las psicólogas en formación de la Universidad de Pamplona, Dayana Vargas Figueroa, identificado con el código estudiantil No. 1090515190 y Jessica Andrea Cárdenas Diaz, identificada con el código estudiantil No. 1090507922 que se encuentran cursando décimo semestre, solicitan amablemente un espacio en la institución educativa para desarrollar su tesis de grado titulada "Factores de la personalidad y su relación con los estilos de afrontamiento al estrés" bajo la dirección de la tutora Esp. Piedad Vega Montaguth, la presente investigación pretende evaluar los factores de la personalidad y los estilos de afrontamiento al estrés mediante un estudio correlacional, cabe mencionar que las actividades a realizar son de carácter académico e investigativo.

Sin otro particular.

Piedad Vega M
Psi. Esp. Mg. Piedad Vega Montaguth
C.C. 37440258
Docente del programa de Psicología
Universidad de Pamplona

Dayana Vargas F.
Dayana Vargas Figueroa
C.C. 1090515190
Estudiante de Psicología
Universidad de Pamplona

J. A. Cárdenas
Jessica A. Cárdenas
C.C. 1090507922
Estudiante de Psicología
Universidad de Pamplona

RECIBIDO

13/NOV/19

[Signature]

8:08 AM



Formando líderes para la construcción
de un nuevo país en paz