

**Licenciatura en Psicología Clínica**

*“Análisis descriptivo de las estrategias de afrontamiento al estrés y la actitud que manifiestan los beneficiarios del sistema jubilatorio de IPS”*

**Alumnas:**

**Benítez Jara, Alejandra Soledad  
Fernández Cabrera, Milena María**

**Asunción, Paraguay  
2020**

## ÍNDICE

|   |    |
|---|----|
| Resumen.....  | 9  |
| Introducción.....   | 10 |
| Capítulo I.....   | 11 |
| PLANTEAMIENTO Y FORMULACIÓN DEL PROBLEMA .....  | 11 |
| 1.1 Jubilación .....  | 11 |
| 1.2 Objetivos de la investigación.....  | 15 |
| 1.2.1 Objetivo General.....   | 15 |
| 1.2.2 Objetivos Específicos.....  | 15 |
| Capítulo II.....  | 16 |
| MARCO TEÓRICO.....  | 16 |
| 2.1 Psicología del desarrollo .....   | 16 |
| 2.1.1 Adulto Mayor.....   | 16 |
| 2.1.2 El Adulto Mayor en el Paraguay .....  | 18 |
| 2.1.3 Teorías del envejecimiento .....  | 20 |
| 2.2 Jubilación .....  | 21 |
| 2.2.1 Jubilación del Instituto de Previsión social.....                                 | 23 |
| 2.2.2 Modelo del proceso de jubilación.....   | 24 |
| 2.2.3 Definiciones de Jubilación según diferentes autores. ....                         | 25 |
| 2.2.4 Adaptación a la jubilación. ....  | 26 |
| 2.3 Definiciones de Actitud según diferentes autores. ....                              | 28 |
| 2.3.1 Actitud hacia la jubilación.....  | 30 |
| 2.4 Estrés.....   | 31 |
| 2.5 Estrategias de afrontamiento al estrés.....   | 32 |
| Capítulo III.....   | 35 |
| MARCO METODOLÓGICO .....  | 35 |
| 3.2 Tipo de estudio.....  | 35 |
| 3.2 Variables de la investigación.....  | 37 |
| 3.2.1 Variable 1. Estrategias de afrontamiento al estrés.....                           | 37 |
| 3.2.2 Variable 2. Actitud hacia la jubilación.....                                      | 38 |
| 3.3 Población y muestra.....  | 39 |
| 3.4 Técnicas para la recolección de datos. ....   | 39 |
| 3.5 Plan de análisis.....   | 42 |
| 3.6 Implicaciones éticas .....  | 43 |
| Capítulo IV.....  | 44 |
| ANÁLISIS DE DATOS Y RESULTADOS .....  | 44 |
| 4.1 Características sociodemográficas de los participantes del estudio. ....            | 44 |
| 4.2 Estresores que manifiestan los participantes del estudio.....                       | 47 |
| Datos estadísticos.....   | 50 |
| 4.3 Niveles de aplicación de las estrategias de afrontamientos: Métodos cognitivo. .... | 52 |
| 4.3.1 Método cognitivo: Foco de Evitación .....   | 52 |
| 4.3.2 Método Cognitivo: Foco de Aproximación .....                                      | 53 |
| 4.4 Niveles de aplicación de las estrategias de afrontamientos: Método conductual. .... | 54 |
| 4.4.1 Método conductual: Foco de Evitación .....  | 54 |

|   |    |
|---|----|
| 4.4.2 Método conductual: Foco de Aproximación. ....   | 55 |
| 4.5 Comparativo de las estrategias de afrontamiento: focos de respuestas del método cognitivo.....      | 56 |
| 4.6 Comparar las estrategias de afrontamiento según los focos de respuestas del método conductual. .... | 57 |
| 4.7 Actitud hacia la jubilación manifestados por los participantes del estudio.....                     | 58 |
| 4.7.1 Cognitivo.....  | 58 |
| 4.7.2 Afectiva .....  | 63 |
| 4.7.3 Conductual.....   | 67 |
| 4.7.4 Análisis de la actitud hacia la jubilación. ....  | 71 |
| Capítulo V.....   | 72 |
| CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES .....  | 72 |
| Conclusiones.....   | 72 |
| Recomendaciones.....  | 75 |
| Bibliografía .....  | 76 |
| Anexos y apéndices .....  | 80 |
| ANEXO A-1 GUIA DE ENTREVISTA ESTRUCTURADA .....   | 80 |
| ANEXO A-2 INVENTARIO DE RESPUESTAS DE AFRONTAMIENTO (CRI-A) DE R.H.MOOS.....                            | 84 |

## RESUMEN

La investigación tuvo por objetivo analizar las estrategias de afrontamiento al estrés y la actitud que manifiestan los beneficiarios del sistema jubilatorio del Instituto de Previsión Social. La metodología respondió a un diseño no experimental, de forma aplicada o de campo, con un enfoque cuantitativo-cualitativo de tipo descriptivo y de nivel exploratorio, con un corte transversal. La muestra quedó conformada con 33 sujetos mediante la técnica de muestreo no probabilístico. Para la recolección de datos se llevó a cabo una entrevista estructurada que fue validada por expertos jueces y se aplicó el instrumento inventario de respuestas de afrontamiento para adultos (CRI-A) de R.H Moos. En base a los resultados obtenidos se concluyó que las estrategias de afrontamiento al estrés más utilizadas por los jubilados son la de aceptación-resignación que corresponde al método cognitivo de foco evitación, y la estrategia de búsqueda de guía y soporte que corresponde al método conductual de foco de aproximación. Además, se encontró que la actitud positiva hacia la jubilación va disminuyendo conforme van cumpliendo más años.

**Palabras claves:** Estrés, estrategias de afrontamiento, actitud, adulto mayor, vejez, jubilación.