



FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD

ESCUELA PROFESIONAL DE PSICOLOGIA

TESIS

**Afrontamiento y estrés académico en estudiantes
de secundaria de una institución educativa del
distrito de José Leonardo Ortiz, 2022**

**PARA OPTAR EL TÍTULO PROFESIONAL
DE LICENCIADO(A) EN PSICOLOGIA**

Autor(es)

Bach. Diaz Quispe Walter Hildebrando
<https://orcid.org/0000-0001-7705-411X>
Bach. Sanchez Coronel, Itala
<https://orcid.org/0000-0002-4803-2066>

Asesor(a)

Dra. López Ñiquen Karla Elizabeth
<https://orcid.org/0000-0001-6036-2095>

Línea de Investigación
Desarrollo Humano, Comunicación y Ciencias Jurídicas
Para Enfrentar Los Desafíos Globales

Sublímela de Investigación
Bienestar y Desarrollo de Habilidades para la vida

Pimentel – Perú
2024



Universidad
Señor de Sipán



DECLARACIÓN JURADA DE ORIGINALIDAD

Quien(es) suscribe(n) la DECLARACIÓN JURADA, soy(somos) **egresado(s)** del Programa de Estudios de **Psicología** de la Universidad Señor de Sipán, declaro (amos) bajo juramento que soy (somos) autor(es) del trabajo titulado:

Afrontamiento y estrés académico en estudiantes de secundaria de una institución educativa del distrito de José Leonardo Ortiz, 2022

El texto de mi trabajo de investigación responde y respeta lo indicado en el Código de Ética de la Universidad Señor de Sipán, conforme a los principios y lineamientos detallados en dicho documento, en relación con las citas y referencias bibliográficas, respetando el derecho de propiedad intelectual, por lo cual informo que la investigación cumple con ser inédito, original y autentico.

En virtud de lo antes mencionado, firman:

Diaz Quispe Walter Hildebrando	DNI: 48407892	
Sanchez Coronel Itala	DNI: 46183086	

Pimentel, 20 de setiembre de 2024

REPORTE DE SIMILITUD TURNITIN

Reporte de similitud

NOMBRE DEL TRABAJO

Diaz_quispe_sánchez_coronel_modonitin.docx

RECuento DE PALABRAS

4978 Words

RECuento DE CARACTERES

28239 Characters

RECuento DE PÁGINAS

17 Pages

TAMAÑO DEL ARCHIVO

96.1KB

FECHA DE ENTREGA

Sep 25, 2024 8:44 AM GMT-5

FECHA DEL INFORME

Sep 25, 2024 8:44 AM GMT-5

● 19% de similitud general

El total combinado de todas las coincidencias, incluidas las fuentes superpuestas, para cada base de datos.

- 16% Base de datos de Internet
- Base de datos de Crossref
- 15% Base de datos de trabajos entregados
- 5% Base de datos de publicaciones
- Base de datos de contenido publicado de Crossref

● Excluir del Reporte de Similitud

- Material bibliográfico
- Coincidencia baja (menos de 8 palabras)
- Material citado

Resumen

**AFRONTAMIENTO Y ESTRÉS ACADÉMICO EN ESTUDIANTES DE
SECUNDARIA DE UNA INSTITUCIÓN EDUCATIVA DEL DISTRITO DE JOSÉ
LEONARDO ORTIZ, 2022**

Aprobación del jurado



**MG. BERNAL MARCHENA LUISA PAOLA
DE LOS MILAGROS
Presidente del Jurado de Tesis**



**MG. LLACSA VASQUEZ MERCEDES
Secretario del Jurado de Tesis**



**MG. OLAZABAL BOGGIO ROBERTO DANTE
Vocal del Jurado de Tesis**

AFRONTAMIENTO Y ESTRÉS ACADÉMICO EN ESTUDIANTES DE SECUNDARIA DE UNA INSTITUCIÓN EDUCATIVA DEL DISTRITO DE JOSÉ LEONARDO ORTIZ, 2022

Resumen

La investigación tuvo como objetivo determinar la relación entre el afrontamiento y estrés académico en estudiantes de secundaria de una institución educativa del distrito de José Leonardo Ortiz, siendo desarrollada bajo el enfoque cuantitativo y diseño transversal correlacional, se trabajó con una muestra no probabilística de 130 estudiantes de 2do grado de nivel secundario. Para la recaudación de datos se aplicó la escala de afrontamiento para adolescentes ACS de Frydenberg y Lewis (1993) y el inventario de estrés académico SISCO SV adaptado al contexto covid-19 por Alania et al. (2020). Los hallazgos reflejan que existe una relación positiva no significativa con tamaño del efecto pequeño entre ACS y SISCO SV ($Rho=.140$; $p>.05$), y una correlación entre las estrategias y dimensiones de ambas variables. En el análisis descriptivo se identificó que el 33.08% de estudiantes tiende a utilizar como estrategia la interacción con amistades para regular su estrés, no obstante, los estresores predominantes con un 17% fueron, sobrecarga de actividades académicas y el tiempo limitado otorgado por sus docentes en la entrega de sus deberes. Se concluye que estilos de afrontamiento frente al estrés escolar no guardan una correlación positiva, lo que significa que los estudiantes no utilizan una adecuada estrategia de afrontamiento en presencia de un eventual estresor

Palabras Clave: Estrés, aprendizaje socioemocional, actitud del estudiante.

Abstract

The objective of the research was to determine the relationship between coping and academic stress in high school students from an educational institution in the José Leonardo Ortiz district. It was developed under the quantitative approach and correlational cross-sectional design. A non-probabilistic sample of 130 2nd grade students from the secondary level was used. To collect data, the ACS adolescent coping scale by Frydenberg and Lewis (1993) and the SISCO SV academic stress inventory adapted to the covid-19 context by Alania et al. (2020) were applied. The findings reflect that there is a non-significant positive relationship with a small effect size between ACS and SISCO SV ($Rho = .140$; $p > .05$), and a correlation between the strategies and dimensions of both variables. In the descriptive analysis, it was identified that 33.08% of students tend to use interaction with friends as a strategy to regulate their stress; however, the predominant stressors with 17% were, overload of academic activities and the limited time given by their teachers to hand in their homework. It is concluded that coping styles against school stress do not have a positive correlation, which means that students do not use an adequate coping strategy in the presence of an eventual stressor.

Keywords: Stress, socio-emotional learning, student attitude.

I. INTRODUCCIÓN

El mundo ha vivenciado durante 3 años la pandemia del COVID-19, evento que ha ocasionado a nivel educacional la migración de la presencialidad a la virtualidad con fines de prevenir la difusión del virus SARS cov-2; luego de haberse controlado la letalidad y morbilidad por el contagio, en el 2022 los estudiantes del sistema educativo básico regular retornaron progresivamente a lo presencial, adoptando nuevas estrategias de afrontamientos ante situaciones de estrés como las dificultades para resolver actividades propias del grado de estudio (Chanto & Mora, 2021).

Teniendo en cuenta la premisa base, se toma al afrontamiento como un proceso de ayuda para manejar y responder ante situaciones estresantes, variando según las interacciones y dependiendo de las percepciones individuales sobre la situación y los recursos disponibles para enfrentarla (Cabanach, Valle, Rodríguez, Piñeiro & Freire, 2010).

Actualmente, después de haber vivenciado dicho suceso se ha retomado la asistencia a clases de manera tradicional, observándose cambios en el Afrontamiento de las situaciones estresantes que, debido a que de por sí la educación es tediosa para muchos de los estudiantes, para los adolescentes la educación es la más compleja y muchas veces no encuentran el control adecuado de cómo afrontar este nivel de estrés o no de la manera propicia y adecuada (Asociación médica peruana 2023).

Por tal sentido, ante una situación post pandemia resalta el interés de conocer la relación existente entre el afrontamiento y el estrés escolar, siendo el estrés escolar una sucesión sistemática con un enfoque tanto adaptativo como psicológico en relación al contexto de su ambiente escolar y el estudiante (Rodríguez, Maury, Troncoso, Morales & Parra, 2020).

Asimismo, se considera al estrés como aquellas reacciones fisiológicas que en ocasiones inducen al cuerpo a realizar acciones con un esfuerzo mayor al que debe (Ramos - Maquera, 2021).

En cuanto a la relación entre afrontamiento y estrés se identificaron dos factores los

que detectan relación y los que no existe relación. Por un lado, los estudios que identificaron la relación directa entre las variables: Vásquez (2024), investigó la relación entre el estrés académico y las estrategias de afrontamiento en escolares de nivel secundario, su muestra fue de 306 alumnos de ambos sexos, de entre 12 y 18 años. Estudio de tipo descriptivo, transversal y correlacional. Se descubrió una relación estadísticamente significativa entre el estrés académico y las estrategias de afrontamiento, presentando un valor p de 0,462. Concluyendo que los educandos del primer y último grado de secundaria optan por emplear más estrategias de afrontamiento cuando enfrentan mayores dificultades académicas.

Así mismo, Paredes de la Torre y Torero (2024), en la ciudad de Lima, en su estudio tuvieron como finalidad determinar la relación entre el estrés académico y las estrategias de afrontamiento en alumnos de último grado de secundaria en un colegio privado. La muestra, que consistió en 114 estudiantes, fue seleccionada a través de un muestreo no probabilístico. Los hallazgos mostraron una relación significativa y positiva entre el estrés académico y las estrategias de afrontamiento, cuyo valor fue $\rho=0,614$. Lo que indicaría que, a mayor nivel de estrés académico, los alumnos tienden a utilizar con más frecuencia estrategias de afrontamiento.

En tal sentido, Larico y Rivera (2023), cuyo objetivo fue determinar la relación entre las estrategias de afrontamiento y el estrés académico en alumnos de nivel secundario en Oxapampa, teniendo una muestra de 221 estudiantes, fue de tipo básico y cuantitativo, con un diseño no experimental, transversal, y correlacional. Los hallazgos revelaron la existencia de una relación significativa entre las estrategias de afrontamiento y el estrés académico, con un $p= 0,009$. Haciendo referencia que los alumnos tienden a utilizar estrategias de afrontamiento, evidenciando así una menor presencia de estrés académico.

De igual manera, Sánchez (2022), realizó un análisis correlacional para estudiar la relación entre el estrés académico y las estrategias de afrontamiento en adolescentes, siendo de tipo transversal, no experimental, con una muestra de 110 estudiantes. Los hallazgos revelaron una correlación negativa entre el estrés académico y las estrategias de afrontamiento, denotando que los estudiantes evaluados experimentan un moderado estrés

académico al 69.1%, donde las más afectadas son las mujeres en comparación con los hombres. Además, los estudiantes aplican estrategias de afrontamiento a niveles promedio, siendo predominantemente del sexo femenino.

Arteaga y Dorado (2020) en la ciudad de Quito, en su análisis cuya finalidad fue identificación de las estrategias empleadas para afrontar el estrés escolar entre escolares de 16 a 18 años en dos instituciones educativas. Esta investigación de carácter cuantitativo, descriptivo y de campo, incluyó una muestra de 288 estudiantes, tanto hombres como mujeres. Los resultados evidenciaron la presencia de similitudes entre las estrategias de afrontamiento empleadas ante el estrés estudiantil por parte de ambas instituciones, de tal manera se evidencia que el desarrollo de estas estrategias no está ligada al contexto sociodemográfico de las instituciones en mención.

Así también, Lasluisa (2020), su estudio tuvo como finalidad determinar la relación entre el estrés académico y el rendimiento escolar en estudiantes de una unidad educativa privada, llevándose a cabo el estudio con un enfoque cuantitativo y empírico, de alcance descriptivo correlacional y de corte transversal. La muestra consistió en 154 educandos. Los resultados indicaron una correlación muy baja significativa, interpretándose como una relación de ausencia de -0.135 , esto sugiere, que no existe un impacto significativo del estrés académico ante el rendimiento escolar en este contexto.

Por otro lado, Condorimay y Quiro (2020), investigaron la correlación entre el estrés y las estrategias de afrontamiento en educandos de nivel secundario, de los grados 1 a 5, de una unidad educativa nacional. El estudio adoptó un enfoque correlacional no experimental e incluyó una muestra de 99 estudiantes, tanto varones como damas, de entre 11 y 18 años. Los hallazgos evidenciaron una relación positiva y significativa entre el estrés académico y las estrategias de afrontamiento, con un valor de $p=0.24$, evidenciando una asociación notable entre el estrés académico, las estrategias de afrontamiento y las respectivas dimensiones de cada variable.

Por otro lado, Vila (2019) descubrió que no había una relación entre el afrontamiento y estrés, donde se evidencian que las variables de estudio estaban distribuidas; así también,

se observó que dentro de aquellos estilos de afrontamiento por sus dimensiones se halló que, dentro de las dimensiones de los estilos de afrontamiento, la muestra reflejaba que, el 36.7% de la población estudiada utilizaba un estilo orientado a la resolución de problemas, un 54.2% empleaba un estilo orientado a nivel emocional, y un 21.1% adoptaba otros estilos de afrontamiento. Finalmente, González, Souto-Gestal, González-Doniz, y Franco, (2018) hallaron la relación entre los estrés académico y afrontamiento en cuatro grupos de estudiantes, en los dos primeros grupos de estudio se evidenciaron elevados niveles de afrontamiento activo – social y en los dos últimos, se revelaron bajos niveles de afrontamiento social.

Para fines de esta investigación se ha asumido el modelo sistémico cognoscitivista del estrés académico (Barraza, 2006), (Betarlanfy, 1991) así mismo también bajo la transaccional del estrés por (Lazarus,2000). Modelo transaccional (Lazarus, 1986) estilos de afrontamiento.

Lazarus y Folkman (1986), toman a las estrategias de afrontamiento a manera de cambios conductuales en los esfuerzos tanto en el área cognitiva como en el desarrollo conductual mismos que responden a las diferentes formas de necesidades específicas, intrínsecas o externas que se evalúan como desbordantes de las demandas personales. Estas estrategias constituyen un intento real de eliminar o al menos reducir los efectos estresantes y así prevenir las respuestas de estrés. Aunque la función de las estrategias de afrontamiento está muy contextualizada, en general, las estrategias de carácter aproximado son más adaptativas que las estrategias de carácter evitativo (Syed & Seiffge-Krenke, 2015).

Lazarus y Folkman (1986) en base a este modelo estableció tres dimensiones; la resolución de problema, dimensión que se definió como aquel ahínco que realiza la persona, que integra el concentrarse para poder darle una solución al problema; afrontamiento en relación con su entorno, como aquella fuerza para hallar las soluciones vinculados a grupos sociales, buscar apoyo en la sociedad y ayuda especializada para sus problemas específicos, por otra parte, afrontamiento in productivo; es la preocupación anticipatoria de un individuo frente a lo incierto que se pueda dar en el futuro; las alucinaciones, se caracterizan por sostener expectativas sobre lo que está por suceder; la falta de afrontamiento se compara

con el impedimento personal para resolver problemas (Lazarus y Folkman 1986), citado en Arias & Huamaní, 2019).

La utilización de dichas estrategias para lograr un afrontamiento depende de la forma en que el menor, adolescente o individuo entiende el evento que está viviendo y puede escoger enfrentarlo o decidir por la estrategia de afrontamiento adaptado a los recursos aprendidos, controlado por su identidad o personalidad, teniendo en cuenta el diferente dominio de sus estrategias para su afrontamiento (Arias & Huamaní, 2019)

Según Lazarus (1966) proponía al estrés como un término con un trasfondo organizador, bajo la finalidad de entender el rol que este cumple en el proceso adaptativo de la persona, tomándolo en cuenta no solo como variable sino también como un grupo de procesos que permitirían conceptualizar u obtener rasgos multidimensionales e integrales de su estado o situación. Amparado en la Teoría General Sistémica, la cual refiere que parte de las conjeturas o presunciones tiene una estructura o naturaleza sistémica, tomando en consideración la totalidad para estructurarla en partes componentes de modo que se estudien la relación entre sí para una mayor comprensión, remarcando que siempre se priorizara la totalidad por sobre sus partes.

Barraza (2017) menciona tres dimensiones de estrés académico. Dimensión Estresores. Existen distintos tipos de estresores académicos, por ende, no todas las personas tienen la misma capacidad para realizar distintas actividades; Síntomas. Donde los define como alertas de que la salud puede estar siendo amenazada considerando Síntomas Físicos, psicológicos y comportamentales; finalmente Estrategias de afrontamiento. Aquellos esfuerzos que permitan saber manejar la situación estresante cognitivamente.

La Teoría del estrés Richard Lazarus (1966), asimismo elaborada, por Cohen (1977) y Folkman (1984), se basa en los procesos cognitivos que se presentan en circunstancias incómodas. En el estudio plantean que las respuestas que realizamos ante un evento no deseado en realidad dependen de otras variables, toma parte de los modelos transaccionales. Esta teoría, toma en cuenta como la persona se comporta ante un evento. Según los autores un evento resulta estresante a causa del impacto ambiental entre persona, agente estresor y

los recursos que presenta esta, para afrontarlo ante dicho agente.

También, Lazarus y Folkman (1984), justifican que el afrontamiento se utiliza en las actividades para afrontar un evento catastrófico y lo caracterizan como, la habilidad de conocimientos y comportamientos constantes del individuo para resolver problemas, midiendo el resultado de sus creencias, valores y limitaciones personales (Hashemi et al. 2019).

La insatisfacción o infelicidad de los acontecimientos están relacionados con el estrés en la vida cotidiana de la persona, mismo que intentamos mejorar en la medida que estos se producen en el contexto de su entorno bajo emociones fluctuantes. En consecuencia, estos cambios se desarrollarán durante el proceso de sus vivencias y se adaptarán a su proceso de desarrollo (Lazarus, 2006). Por lo mismo a dicha teoría otros autores la incluyen dentro de los modelos transaccionales, pues relaciona al individuo, ambiente, situación y la influencia en su estado de la persona (Amayo, 2021).

Este estudio tiene como objetivo principal, determinar la relación entre estrategias de afrontamiento y estrés académico en estudiantes de secundaria de una institución educativa del distrito de José Leonardo Ortiz, 2022. A su vez, determinar las estrategias de afrontamiento, conocer los estresores predominantes, como también, encontrar la relación entre estrategias de afrontamientos con las dimensiones de estresores, síntomas y afrontamiento del estrés. Siendo importante el haber conseguido resultados que conllevarán al desarrollo de futuras investigaciones que fomenten prácticas de afrontamiento al estrés escolar. Por consiguiente, la hipótesis fue, existe correlación entre las estrategias de afrontamiento y estrés académico en estudiantes de secundaria de una institución educativa del distrito de José Leonardo Ortiz, 2022.

II. MATERIALES Y MÉTODO

Se ejecutó una investigación de tipo básica, enfocada en recopilar y complementar información sin intentar desafiar o contraponer los datos existentes (Muntané, 2010), a su vez, el estudio sigue un enfoque cuantitativo y emplea un método hipotético-deductivo, el cual emplea metodologías para medir y asignar valores a las variables, así como para analizar datos con el fin de probar hipótesis (Hernández-Sampieri & Mendoza, 2018). Finalizando con un diseño observacional, no experimental y transversal, enfocada en la descripción a través de la observación descriptiva sin manipular variables y transversal porque las mediciones se realizaron en un solo momento (Sánchez, Reyes & Mejía, 2018).

Asimismo, la población se conformó por alumnos pertenecientes al segundo grado de nivel secundario de una institución educativa en la ciudad de Chiclayo del 2022 con un rango de edades entre los 13 y 15 años, la muestra empleada fue de 130 estudiantes. Utilizando el muestreo no probabilístico, por conveniencia, es decir, “se enfoca en la conveniente disponibilidad y proximidad del investigador al sujeto” (Otzen & Manterola, 2017).

La técnica empleada fue la encuesta, con el propósito de almacenar y obtener información mediante una muestra que represente una población de la cual se busca examinar, describir, predecir o explicar una secuencia de características para obtener un resultado (Falcón, Pertile & Ponce, 2019).

Para la presente investigación se trabajó con dos fichas técnicas, a continuación, se describirán los dos instrumentos:

La Escala de Afrontamiento para Adolescente (ACS), elaborado por Frydenberg y Lewis (1993), mismo que fue adaptado al español por Rebaza et al., (2017); Que toma como base de estudio a escolares de entre los 12 a 18 años, este instrumento abarca 80 ítems con respuestas de escala al estilo Likert que indagan entre dieciocho estrategias de afrontamiento delimitadas tanto conceptual como empíricamente; cabe mencionarse que este instrumento se puede ser distribuido en 3 dimensiones: El 1ro; resolución del problema, donde se identifica la regularidad que el individuo ejerce en el proceso de búsqueda de solución. La

antepenúltima dimensión; búsqueda de ayuda en los demás, se trabaja la frecuencia de los evaluados en la búsqueda de ayuda de otras personas, como también el expresar sus situaciones preocupantes. La tercera y última dimensión; el afrontamiento improductivo, describiendo una errónea búsqueda de solución sin gran beneficio teniendo aún las estrategias utilizadas.

Así mismo, da la existencia de una versión corta elaborada por el autor Richar de Minzi, (2003). Que de igual forma consta de 3 estilos y 11 estrategias de afrontamiento. El instrumento contiene 46 reactivos, aplicándose tanto individual como de forma colectiva entre un tiempo estimado de 25 min según la escala tipo Likert con una valoración de 1 (no me ocurre nunca) al 5 (me ocurre siempre).

En el Perú, el instrumento se adaptó por Caycho et, al. (2014). Tomando como referencia el modelo corto del autor Richard de Minzi (2003). También, la Escala de Afrontamiento Para Adolescentes (ACS) de Frydenberg y Lewis (1993), fue validada por Rebaza (2018). Utilizándose una muestra de 450 adolescentes cuyas edades iban de 12 a menos 19 años.

El inventario de Estrés Académico SISCO SV adaptado al contexto de la crisis por COVID-19 por los autores Alania, Llancari, De la Cruz y Ortega (2020). Validado con experticia por 20 profesionales involucrados en las distintas áreas que este abarca; el objetivo del instrumento es identificar las características del estrés académico que suele aparecer en su etapa escolar de los estudiantes, percibidas en el desarrollo de sus 3 dimensiones, siendo estas estresores, síntomas y afrontamiento.

Basado en la estructura del instrumento se describe: La dimensión 1; estresores, busca precisar aquellas situaciones que son percibidas por los escolares como aquellos frecuentes estresores estimulantes. La dimensión 2; Siendo los síntomas, es el apartado por el cual se busca indicadores que describen las reacciones tanto a nivel físico, psicológico como comportamental en los estudiantes. Para finalizar; la tercera dimensión denominada estrategias de afrontamiento, donde se precisa las estrategias más empleadas en sus eventos estresantes. Cada dimensión, está conformada entre 15 ítems dando como totalidad

la cantidad de 45 ítems respondiéndose a través de una escala tipo Likert con seis tipos de puntuación entre: nunca, casi nunca, raras veces, algunas veces, casi siempre y siempre. Puede aplicarse tanto de forma individual como colectiva, en un lapso aproximado de 15 minutos.

En calidad de la validez, el inventario de Estrés Académico SISCO SV adaptado al contexto de la crisis por COVID-19 cuenta con un excelente puntaje. Los resultados datan (.75) para la validez de contenido tanto genérica como específica; mientras que, en la r de Pearson arrojó un valor ($< a .20$). Con relación a la confiabilidad del instrumento, la consistencia interna del coeficiente en el alfa de Cronbach por cada dimensión se obtuvo: (.92) para los estresores, (.95) en los síntomas y (.88) para la dimensión de estrategias de afrontamiento; corroborando de este modo, tanto la validez como su confiabilidad. Como tal, se sumaron 2 ítems en las estrategias de afrontamiento, estos son “navegación en internet y los juegos en videojuegos” obteniéndose una totalidad de 47 ítems. A partir de los cambios, se obtuvieron para la validez del instrumento puntajes de (.94 en la V de Aiken), donde la dimensión de (1.E obtuvo .97), (2.S un .94) y (3.E .95). Es necesario dejar constancia que los creadores ejecutaron el instrumento con una población de adolescentes, a diferencia de los autores en Perú que lo aplicaron en el ámbito académico, no obstante, los autores refieren que su aplicación se pudo dar en las distintas poblaciones anteriores.

En relación al momento de recopilación de datos, se obtuvo la autorización de la I.E. correspondiente a la población objeto de estudio. En línea con esto, se llegó a acuerdos con los docentes de nivel secundario para explicarles el objetivo del estudio y proporcionarles los permisos necesarios. Se pidió tanto el consentimiento como el asentimiento informado para asegurar la participación de los estudiantes, así como la fecha en la que se llevaría a cabo la aplicación. Finalmente, se implementaron los instrumentos de análisis, cada uno con una duración de 20 minutos aproximadamente.

Una vez que se administraron correctamente los cuestionarios, se procedió al estudio de los datos obtenidos. En el procesamiento inicial, se empleó la versión 2019 de Microsoft Excel. Posteriormente, la base de datos generada se transfirió al software estadístico SPSS

versión .27, para una manipulación más avanzada. El estudio de los datos se dividió en dos enfoques principales: primero, se llevó a cabo un análisis descriptivo, que involucró la elaboración de tablas y gráficos estadísticos para representar las variables de estudio. Luego, se realizó un análisis inferencial, comenzando con la evaluación de la normalidad de los datos a través de la prueba Kolmogorov-Smirnov, y finalmente, se examinó la relación entre las variables empleando el estadígrafo de correlación Rho de Spearman.

La presente investigación ha estimado los criterios éticos planteados por la comunidad científica, APA (2020) séptima edición. Así mismo, se tendrá en cuenta las normas, métodos y técnicas, con la organización del conocimiento científico que avala su validez a nivel internacional. De esta manera, se observa el código de ética del Colegio de Psicólogos Nacionales (2018) donde indica que las investigaciones ejecutadas indistintamente de los resultados finales se deben evitar caer en plagio. En capítulo III, indica que se debe respetar las normas internacionales; toda investigación debe contar con un consentimiento informado y si estuviera discapacitado se procede el consentimiento con un representante legal

Se consideraron los siguientes criterios del informe Belmont: el primer criterio que se consideró es respeto a las personas, valorar la autonomía del individuo, respetando derechos, libertad de expresión y elección en la participación de una investigación, mediante, el consentimiento informado. Como segundo criterio, la beneficencia, todo individuo debe ser tratado con respeto, evitando que presenten algún tipo de daño o perjuicio y maximizando los beneficios que pueda otorgarle la investigación. Por último, la justicia, brindar un trato justo y equitativo con los individuos, evitando de manera arbitraria y discriminatoria su no participación en la investigación (USA, 1979).

III. RESULTADOS Y DISCUSIÓN

3.1 Resultados

Tabla 1.

Relación entre las estrategias de afrontamiento y estrés académico en estudiantes de secundaria de una institución educativa del distrito de José Leonardo Ortiz, 2022

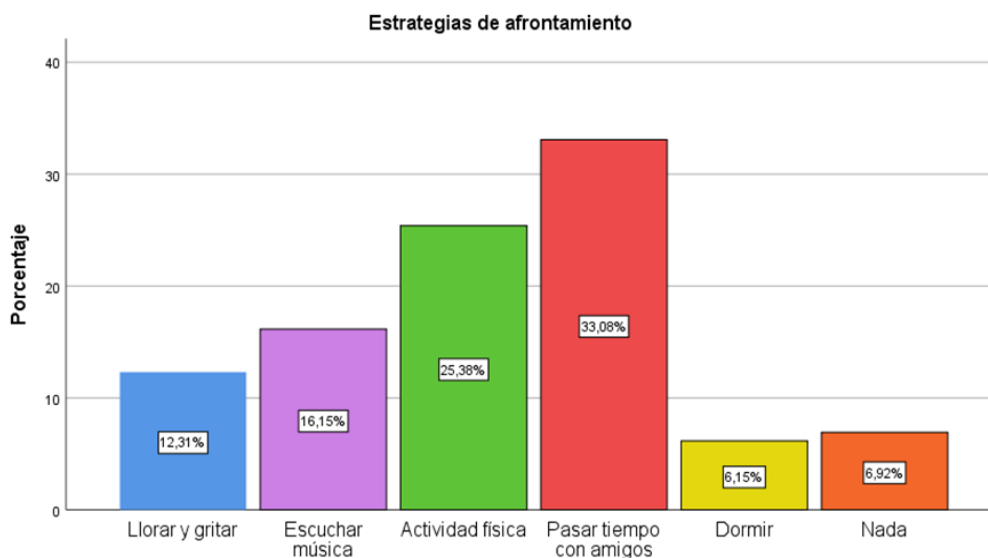
	Estrés académico	
	P	Rho
Estrategias de afrontamiento	.112	.140

Nota: $p > 0.05$; rho: coeficiente de correlación de Spearman

En la tabla 1, se observa la no existencia de una correlación estadísticamente significativa entre Estilos de afrontamiento y Estrés académico. Evidencia que permite aceptar la H_0 y rechazar la hipótesis de estudio. Es decir, el estrés académico y las variables de estilos de afrontamiento reaccionan de forma independiente entre sí.

Figura 1.

Estrategias de afrontamiento en estudiantes de secundaria de una institución educativa del distrito de José Leonardo Ortiz, 2022

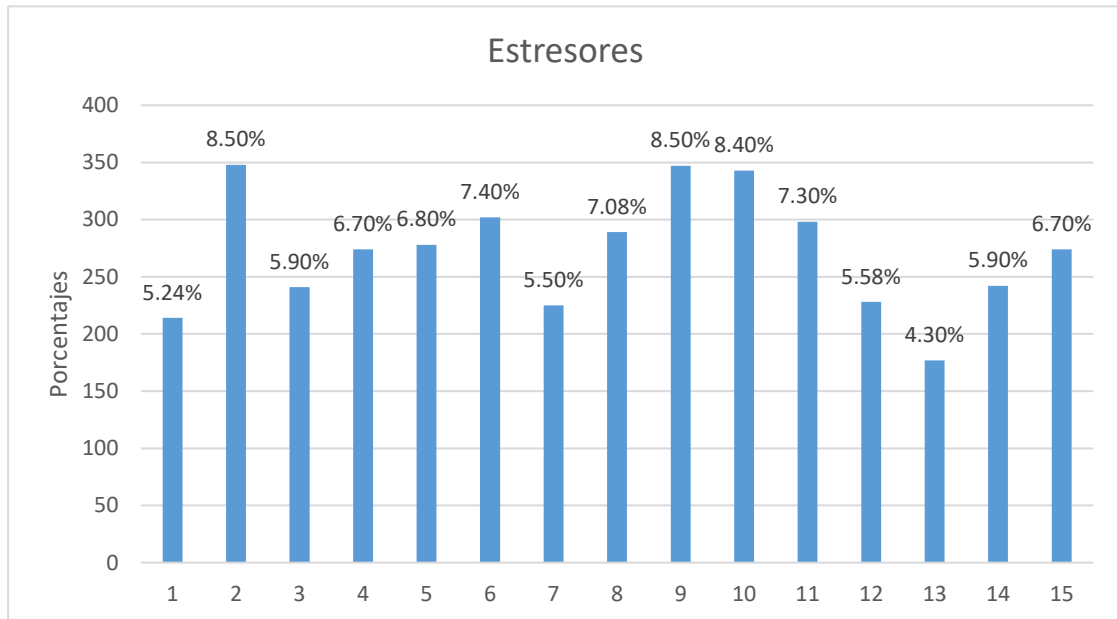


En la figura 1, se obtuvo que el 33.08% de la población emplea como estrategia de afrontamiento para el estrés, pasar tiempo con amigos; mientras que el menos utilizado con un 6.15%, dormir como forma de afrontar el estrés. Lo que significa que un gran porcentaje

de los escolares ven a la interacción con sus amistades como una fuente calmante que puede servir como un distractor o un apoyo.

Figura 2.

Estresores en estudiantes de secundaria de una institución educativa del distrito de José Leonardo Ortiz, 2022



En la figura 2, se obtuvo que, la suma equitativa de los estresores con un nivel de igualdad porcentual: sobrecarga de tareas, trabajos diarios y el estresor tiempo limitado para el cumplimiento de actividades, representan el 17%. Mientras que el, 4.30% representa la mala preparación de los profesores frente al manejo de la asignatura o dominio de la tecnología. Lo que muestra que las altas demandas de actividades escolares tanto internas como externas influyen de forma negativa provocándoles estrés.

Tabla 2.

Relación entre estrategias de afrontamientos con la dimensión de estresores en estudiantes de secundaria de una institución educativa del distrito de José Leonardo Ortiz, 2022

	Estresores	
	P	Rho
Estrategia de afrontamiento	.677	.037

Nota: $p > 0.05$; rho: coeficiente de correlación de Spearman

En la tabla 2, se observa que no existe una relación estadística significativa entre la estrategia de afrontamiento y la dimensión estresores. Evidenciando que independientemente de cómo los estudiantes elijan afrontar sus desafíos académicos, estos estresores son persistentes y no se mitigan por las estrategias elegidas.

Tabla 3.

Determinar la correlación entre la estrategia de afrontamiento y la dimensión síntomas en estudiantes de secundaria de una institución educativa del distrito de José Leonardo Ortiz, 2022

	Síntomas	
	P	Rho
Estrategia de afrontamiento	.673	.037

Nota: $p > 0.05$; rho: coeficiente de correlación de Spearman

En la tabla 3, se percibe que no existe una relación estadística significativa entre la estrategia de afrontamiento y la dimensión síntomas. Datos que reflejan que las estrategias de afrontamiento empleadas para enfrentar situaciones estresantes no están siendo efectivas para la reducción de los síntomas del estrés.

Tabla 4.

Relación entre la estrategia de afrontamiento y la dimensión afrontamiento en estudiantes de secundaria de una institución educativa del distrito de José Leonardo Ortiz, 2022

	Afrontamiento	
	P	Rho
Estrategia de afrontamiento	.255	.101

Nota: $p > 0.05^*$, $p < 0.01^{**}$, rho: coeficiente de correlación de Spearman

En la tabla 4, se observa que no existe una relación estadística significativa entre la estrategia de afrontamiento y la dimensión afrontamiento. Esto significa que los estudiantes pueden emplear diversas tácticas para enfrentar el estrés académico, pero estas no necesariamente se alinean con sus enfoques generales de afrontamiento.

objetivo principal determinar la correlación entre las estrategias de afrontamiento y estrés académico en estudiantes de secundaria de una institución educativa del distrito de José Leonardo Ortiz, 2022. A su vez, determinar las estrategias de afrontamiento más empleadas, junto con conocer los estresores predominantes, sin obviar, que se pretende determinar la correlación entre estrategias de afrontamientos con las dimensiones de estresores, síntomas y afrontamiento. Siendo importante el haber conseguido resultados que conllevarán al desarrollo de futuras investigaciones que fomenten prácticas de afrontamiento al estrés escolar

3.2 Discusión

El estudio analiza como objetivo principal la relación entre afrontamiento y estrés escolar en estudiantes de una institución educativa secundaria de Chiclayo, para su fin se utilizaron 2 instrumentos debidamente validados, la escala de Afrontamiento para adolescentes –ACS Conformada por 80 ítems, 79 de aspecto cerrado y 1 abierto y Adaptación del Inventario de Estrés Académico SISCO SV al contexto de la crisis por COVID-19 con una totalidad de 47 ítems cerrados. Posteriormente se realizó un análisis estadístico donde se pretendió hallar la relación de las variables en mención, evidenciando como resultado, una no correlación estadísticamente significativa ($Rho=.099$). En contraste, comparándola con investigaciones como la de Condogaray y Quiro, (2020), cuya muestra fue de 99 estudiantes, siendo correlacional, no experimental, quienes utilizaron como instrumentos el ACS y SISCO paralelamente, se observan como resultado una relación estadísticamente significativa con un $Rho=0.412$, reflejando que, la teoría de Lazarus (1966) refuerza el hecho de que las respuestas y el resultado de las acciones, o sea, un afrontamiento que realizamos ante un evento no deseado al que se denominara como estrés, en realidad depende de distintas variables personales.

Esto se debería a que el Adolescente al ser inmaduro en el aspecto emocional, tiende a utilizar estrategias que no ayudan en una solución eficaz orientadas a la superación de las situaciones cambiantes frente a las secuelas post- pandemia covid -19.

En la institución educativa, bajo nuestra premisa específica de conocer la estrategia empleada con mayor frecuencia por los estudiantes, se obtuvo que el 33.08% interactúa con sus amistades como ente regulador del estrés, conforme a ello, Valdez, Marentes, Correa, Hernández, Enríquez y Quintana (2022), en su investigación con una muestra de 250 participantes, obtuvo que la búsqueda de apoyo emocional y aceptación son estrategias utilizadas para regular el estrés, abarcando este principio un 60.4%. Frydenberg y Lewis, (1993), recalcan el afrontamiento adolescente como procesos emocionales, que se moldean según la necesidad que esté presente en la recuperación de su bienestar, en consecuencia, busca mediante su círculo social liberar cualquier malestar generado por el estrés.

A su vez, los estresores predominantes en los escolares son, la sobrecarga de actividades académicas y el tiempo limitado otorgado por sus docentes en la entrega de sus deberes, con un 17%, de igual manera, en la investigación de Pérez (2018), empleó el inventario SISCO a una muestra de 280, obtuvo que, la sobrecarga de tarea y las evaluaciones, son estresores predominantes con un 82%, a su vez, Valdivieso-León, Lucas, Tous-Pallarres y Espinoza-Díaz (2020), empleó el instrumento CSI con muestra de 276, evidenció que, la sobrecarga de tarea, el ritmo y organización de trabajo, son estresores que predominan con un 44.8%, además, Tacca, Alva y Tacca (2022), en cuya investigación utilizó el instrumento SISCO, obteniendo como resultado que la sobrecarga de tarea y trabajos son estresores perennes en los estudiantes.

Por otra parte, la estrategia de afrontamiento y la dimensión estresores, tienden a no correlacionarse con un $p > 0.05$, caso contrario con la investigación de Paredes de la Torre y Torero (2024), quienes encontraron una relación significativa con un $p < 0.05$, esto significa

que, sus formas de afrontamiento están ligadas de acuerdo a lo que están viviendo adaptando su enfoque a cada circunstancia estresante que se les presenta.

Al determinar la relación entre la estrategia de afrontamiento y la dimensión síntomas, se halló, que no tienen una correlación con un $p > 0.05$, no obstante, en la investigación de Paredes de la Torre y Torero (2024) y Sifuentes (2022), encontraron una relación estadísticamente significativa, este hallazgo indica que las formas que tienen de afrontar situaciones desafiantes en el entorno educativo, les ayudan a reducir la sintomatología de un estrés escolar.

Finalmente, al determinar la relación entre la estrategia de afrontamiento y la dimensión afrontamiento, se tuvo como resultado que no existe una correlación estadísticamente significativa con un $p > 0.05$, aun así, en la investigación de Rojas (2022), donde su muestra fue de 109 escolares de 14 a 17 años, con diseño correlacional y transversal, utilizando el SISCO SV adaptado al contexto covid-19 y el ACS, obtuvo una correlación de estadísticamente significativa con un $Rho = 0.220$.

IV. CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

4.1 Conclusiones

En cuanto al primer objetivo que se propuso determinar la correlación entre las estrategias de afrontamiento y estrés académico en estudiantes de secundaria de una institución educativa del distrito de José Leonardo Ortiz, 2022. Se concluye que no existe una correlación estadísticamente significativa entre los estilos de afrontamiento y estrés académico, esto evidencia que la una variable no nos da información acerca de la otra.

Con relación a los estresores académicos en estudiantes de secundaria de una institución educativa del distrito de José Leonardo Ortiz, 2022. Se visualiza con un nivel de igualdad porcentual: sobrecarga de tareas, trabajos diarios y tiempo limitado para la realización de las actividades representa el 17%. Lo cual el 4.30% evidencia mala preparación de los docentes en el manejo de la tecnología. Lo cual revela que las altas demandas de

actividades tato-internas como externas influyen de forma negativa causándoles estrés.

En cuanto a la correlación entre la estrategia de afrontamiento y la dimensión Estresores en estudiantes de secundaria de una institución educativa del distrito de José Leonardo Ortiz, 2022. Donde demuestra que los estudiantes a pesar de tener estrategias para afrontar situaciones estresantes, estos estresores no disminuyen.

Los resultados para la correlación entre la estrategia de afrontamiento y la dimensión síntomas en estudiantes de secundaria de una institución educativa del distrito de José Leonardo Ortiz, 2022. Se observa que los resultados encontrados evidencian que las estrategias empleadas no tienden a disminuir los síntomas del estrés académico.

Finalmente, en el objetivo, determinar la correlación entre estrategia de afrontamiento y la dimensión afrontamiento en estudiantes de secundaria de una institución educativa del distrito de José Leonardo Ortiz, 2022. Denota que los estudiantes pueden emplear distintas maneras de enfrentar el estrés, pero éstas no necesariamente se alinean de manera general.

4.2 Recomendaciones

Desarrollar un programa de apoyo psicológico institucional para la gestión del estrés escolar mediante asesorías periódicas que incluya un sistema de monitoreo del bienestar psicológico permitiendo intervenciones tempranas y adecuadas a las necesidades de los estudiantes.

Insertar un programa de capacitación emocional y técnicas de enseñanza adaptado a la planilla de docentes. Basadas en el apoyo emocional en el aula, desarrollando un entorno de aprendizaje que promueva el bienestar psicológico.

Diseñar talleres de regulación emocional basados en el enfoque Cognitivo-Conductual (CC). Permitirá desarrollar habilidades para gestionar y reconocer el estrés promoviendo estrategias de afrontamiento más adaptativas frente a estresores presentes.

Fomentar la escuela de padres con un enfoque de entorno escolar integral (padres docentes y estudiantes) mediante la psicoeducación y promoción de la salud mental bajo un

enfoque de modelos sistémicos que aborden Síntomas, estresores y estrategias de afrontamiento, permitiendo un enfoque colectivo para el bienestar escolar.

Promover estudios longitudinales que analicen cambios en las estrategias de afrontamiento post pandémico. Enfocándose en la evolución de las estrategias a lo largo del tiempo mediante la parte cualitativa, con la finalidad que estén permitan una profundización y especificación en el estudio de la problemática trabajada frente a diversos grupos etarios.

REFERENCIAS

American Psychological Association. (2020). *Publication manual of the American Psychological Association (7ª ed.)*. American Psychological Association. https://www.caribbean.edu/Base_de_datos/Nuevas_Normas_del_Manual_APA7.pdf

Amayo, D. C. (2021). *Estrés laboral y estilos de afrontamiento en profesionales de enfermería del sector público* (Tesis de pregrado). Universidad de Lima. <https://hdl.handle.net/20.500.12724/13786>

Alania, R. D., Llancari, R. A., De la Cruz, M. R., & Ortega, D. I. (2020). *Adaptación del Inventario de Estrés Académico SISCO SV al contexto de la crisis por COVID-19*. Socialium, 4(2), 111–130. <https://doi.org/10.26490/uncp.sl.2020.4.2.669>

Arias, W. L. & Huamaní, J. C. (2019). *Escala de Afrontamiento para Adolescentes de Frydenberg y Lewis aplicada a escolares de nivel secundario de la ciudad de Arequipa*. Cátedra Villareal – Psicología. <https://revistas.unfv.edu.pe/CVFP/article/view/324>

Arteaga & Dorado (2020). *Estrategias de afrontamiento utilizadas en estados de estrés académico, de los adolescentes de 16 a 18 años de edad; de la “Unidad Educativa Particular Isaac Newton” de la zona urbana y de la “Unidad Educativa del Milenio Olmedo Pesillo” de la zona rural pertenecientes a la provincia de Pichincha en el año escolar 2019-2020*. (Tesis de pregrado). Universidad central del Ecuador. <https://www.dspace.uce.edu.ec/server/api/core/bitstreams/e6baee60-a1f3-40ab-9ac1-c048cec95537/content>

- Barraza, A. (2020). *El estrés de pandemia (Covid-19) en población mexicana*. Centro de Estudios Clínica e Investigación Psicoanalítica. <http://www.upd.edu.mx/PDF/Libros/Coronavirus.pdf>
- Barraza, A. (2017). *Estrés académico*. México: Universidad Pedagógica de Durango.
- Cabanach, R. G., Valle, A., Rodríguez, S., Piñeiro, I. & Freire, C. (2010). *Escala de afrontamiento del estrés académico (a-cea)*. Revista Iberoamericana de Psicología y Salud, 2010, 1(1): 51-64. <https://www.redalyc.org/pdf/2451/245116411005.pdf>
- Canessa, B., (2002). *Adaptación psicométrica de las Escalas de Afrontamiento para Adolescentes de Frydenberg y Lewis en un grupo de escolares de Lima metropolitana*. Persona, (5), 191-233. <https://www.redalyc.org/pdf/1471/147118132008.pdf>
- Chanto, C. L., & Mora, M. (2021). *De la presencialidad a la virtualidad ante la pandemia de la Covid-19: Impacto en docentes universitarios*. Revista Digital de Investigación en Docencia Universitaria, 15(2), e1342. http://www.scielo.org.pe/scielo.php?pid=S222325162021000200002&script=sci_abstract
- Condorimaray & Quiro (2020). *Estrés y estrategias de afrontamiento en estudiantes de 1ro a 5to. Grado de secundaria de una institución educativa estatal de Juliaca, 2019*. (Tesis de pregrado). Universidad peruana unión. <https://core.ac.uk/download/478795055.pdf>
- Falcón, V., Pertile, V. & Ponce, B. (2019). *La encuesta como instrumento de recolección de datos sociales. resultados diagnósticos para la intervención en el barrio paloma de la paz*. Universidad Nacional de la Plata. https://memoria.fahce.unlp.edu.ar/trab_eventos/ev.13544/ev.13544.pdf
- Frydenberg, E., & Lewis, R. (1993). *Adolescent coping scale*. Australian Council for Educational. Research. <https://doi.org/10.1027/1015-5759.12.3.224>
- Frydenberg, E., Lewis, R. (2000). *ACS Escala de Afrontamiento Para Adolescentes*. España: TEA Ediciones, S.A., Madrid España.

- Frydemberg, E.; Lewis, R. (2015). *ACS: Escalas de afrontamiento para adolescentes*. España: TEA.
- González, R., Souto-Gestal, A., González-Doniz, L., & Franco, V. (2018). *Perfiles de afrontamiento y estrés académico en estudiantes universitarios*. *Revista de Investigación Educativa*. <https://revistas.um.es/rie/article/view/290901>
- Hernández-Sampieri, R., & Mendoza, C. (2018). *Metodología de la Investigación: Las rutas cuantitativa, cualitativa y mixta*. <http://repositorio.uasb.edu.bo:8080/handle/54000/1292>
- Lasluisa (2020). *El estrés académico y su relación con el rendimiento académico en una muestra de adolescentes*. (Tesis de pregrado). Pontificia universidad católica de Ecuador. <https://repositorio.puce.edu.ec/server/api/core/bitstreams/6881f826-0731-49e6-921c-43a6da9be0fd/content>
- Larico & Rivera (2023). *Estrategias de afrontamiento y estrés académico en estudiantes de secundaria de una institución pública en la ciudad de Oxapampa - Pasco 2022*. (Tesis de pregrado). Universidad continental. https://repositorio.continental.edu.pe/bitstream/20.500.12394/12720/2/IV_F_HU_501_TE_Larico_Rivera_2023.pdf
- Lazarus, R. S., & Folkman, S. (1986). *Estrés y procesos cognitivos*. Barcelona: Martínez Roca.
- Lazarus, R. & Folkman, S. (1984). *Stress, appraisal and coping*. <https://n9.cl/mzig6>
- Linares & Mescua (2022). *Estrés académico y estrategias de afrontamiento en estudiantes de secundaria de una institución educativa privada de lima norte*. (Tesis de pregrado). Universidad San Ignacio de Loyola. <https://repositorio.usil.edu.pe/server/api/core/bitstreams/60ebafee-4e4e-4ba7-aaa0-fe8c9867fa5d/content>
- Muntané, J. (2010). *Introducción a la Investigación Básica*. Revisiones temáticas. <https://www.sapd.es/revista/2010/33/3/03/pdf>

- Otzen, T., & Manterola, C. (2017). *Técnicas de Muestreo sobre una Población a Estudio*. International Journal of Morphology, 35(1), 227-232. <https://hdl.handle.net/11537/25566>
- Paredes de la Torre y Toreto (2024). *Estrés académico y estrategias de afrontamiento en estudiantes de 5to año de secundaria de un colegio particular del distrito de San Miguel, 2022*. (Tesis de pregrado). Universidad Continental. https://repositorio.continental.edu.pe/bitstream/20.500.12394/14978/8/IV_FHU_501_TE_Paredes_Torero_2024.pdf
- Pérez, L. G. (2018). *Estrés académico y estrategias de afrontamiento en estudiantes de División de Ciencias Sociales de la Universidad de Sonora. Su impacto en la calidad de la educación*. (Tesis de pregrado). Universidad de Sonora. México. <http://repositorioinstitucional.uson.mx/bitstream/20.500.12984/1027/1/perezmusinoleticiaguadalupel.pdf>
- Quito, N. (2019). *Propiedades psicométricas del Inventario SISCO del Estrés Académico en estudiantes de nivel secundaria de una institución educativa pública del distrito de Breña – 2019*. (Tesis de pregrado). Universidad Cesar Vallejo. <https://hdl.handle.net/20.500.12692/36627>
- Ramos-Maquera, D. A. (2021). *Estrategias de afrontamiento frente al estrés en estudiantes de Enfermería en una universidad nacional. Investigación E Innovación: Revista Científica De Enfermería*, 1(2), 28–37. <https://revistas.unjbg.edu.pe/index.php/iirce/article/view/1219>
- Rebaza, M. (2018). *Propiedades Psicométricas de las Escalas de Afrontamiento para Adolescentes (ACS) en estudiantes del Distrito de Cascas*. (Tesis de pregrado). Universidad Cesar Vallejo. <https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/24534/rebaza%20am.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Rodríguez, A., Maury, E., Troncoso, C., Morales, M. & Parra, J. (2020). *Estrés académico y estrategias de afrontamiento en estudiantes de carreras de salud de Santiago de Chile*. EDUMECENTRO, 12 (4), 1 -16. <https://revedumecentro.sld.cu/index.php/edumc/article/view/1595>

- Rojas, J. (2022). *Estrés académico y estilos de afrontamiento durante la pandemia de covid-19 en estudiantes de un colegio estatal de Santa Eulalia*. (Tesis de pregrado). Universidad San Ignacio De Loyola. <https://repositorio.usil.edu.pe/server/api/core/bitstreams/68647994-d502-45eb-bd82-12171093431e/content>
- Sanchez (2022). *El estrés académico y su relación con estrategias de afrontamiento en adolescentes en el contexto de educación virtual*. (Tesis de pregrado). Universidad Técnica de Ambato. <https://repositorio.uta.edu.ec/jspui/bitstream/123456789/34793/1/S%c3%a1nchez%20Espinosa%20Jessica%20Estefania%20-Repositorio.pdf>
- Sánchez, H., Reyes, C. & Mejía, K. (2018). *Manual de términos en investigación científica, tecnológica y humanística*. Universidad Ricardo Palma. <https://www.urp.edu.pe/pdf/id/13350/n/libro-manual-de-terminos-en-investigacion.pdf>
- Sifuentes, V. (2021). *Estrés académico y estrategias de afrontamiento en estudiantes del primer grado de secundaria en un colegio público, Callao*. (Tesis de posgrado). Universidad Cesar Vallejo. https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/85305/Sifuentes_BV-SD.pdf?sequence=1
- Syed, M., & Seiffge-Krenke, I. (2015). *Change in ego development, coping, and symptomatology from adolescence to emerging adulthood*. *Journal of Applied and Developmental Psychology*, 41, 110-119. <https://doi.org/10.1016/j.appdev.2015.09.003>
- Tacca, D. R., Alva, M. A., & Tacca, A. N. (2022). *Estrés, afrontamiento y rendimiento académico en estudiantes adolescentes peruanos durante tiempos de covid-19*. Universidad Tecnológica del Perú. <http://www.scielo.org.bo/pdf/rip/n27/2223-3032-rip-27-15.pdf>
- U.S.A. (1979). *Informe de Belmont. Bioética y derecho*. <https://www.bioeticayderecho.ub.edu/archivos/norm/InformeBelmont.pdf>
- Valdez, Y. C., Marentes, R. A., Correa, S. E., Hernández, R. I., Enríquez, I. D., &

Quintana, M. O. (2022). *Nivel de estrés y estrategias de afrontamiento utilizadas por estudiantes de la licenciatura en Enfermería*. *Enfermería global*. https://scielo.isciii.es/pdf/eg/v21n65/en_1695-6141-eg-21-65-248.pdf

Valdivieso-León, L., Lucas, S., Tous-Pallarres, J., & Espinoza-Díaz, I. (2020). *Estrategias de afrontamiento académico universitario: Educación infantil-primaria*. Universidad Nacional de Educación a Distancia. España. <https://www.redalyc.org/journal/706/70664431007/html/>

Vasquez (2024). *Estrés académico y estrategias de afrontamiento en estudiantes de secundaria de una institución educativa estatal en Chiclayo, año 2022*. (Tesis de pregrado). Universidad Señor de Sipán. <https://repositorio.uss.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12802/12703/Vasquez%20Vallejos%2c%20Guillermo%20Hugo%20de%20Jesus.pdf?sequence=12&isAllowed=y>

Vila, G. (2019). *Nivel de estrés y estilos de afrontamiento en madres de niños con multidiscapacidad en los Cebes de Cusco 2018*. (Tesis de maestría). https://alicia.concytec.gob.pe/vufind/Record/UNSA_45890b05e71431da2f796f01c08bb11c/Description#tabnav

ANEXOS




ACTA DE REVISIÓN DE SIMILITUD DE LA INVESTIGACIÓN

Yo **Castillo Hidalgo Efrén Gabriel** docente del curso de **Investigación II** del Programa de Estudios de **Psicología**, luego de revisar la investigación del (los) estudiante(s), **Díaz Quispe Walter Hildebrando, Sánchez Coronel Itala**, titulada:

Afrontamiento y estrés académico en estudiantes de secundaria de una institución educativa del distrito de José Leonardo Ortiz, 2022.

Dejo constancia que la investigación antes indicada tiene un índice de similitud del **porcentaje 19**, verificable en el reporte de originalidad mediante el software de similitud TURNITIN. Por lo que se concluye que cada una de las coincidencias detectadas no constituyen plagio y cumple con lo establecido en la Directiva sobre índice de similitud de los productos académicos y de investigación en la Universidad Señor de Sipán S.A.C. vigente.

En virtud de lo antes mencionado, firma:


Castillo Hidalgo Efrén Gabriel	DNI: 00328631	
--------------------------------	---------------	---

Pimentel, 27 de julio del 2023

ACTA DE APROBACIÓN DEL ASESOR

Yo **López Ñinquen Karla Elizabeth**, quien suscribe como asesor designado mediante Resolución de Facultad N° **Número de resolución**, del proyecto de investigación titulado **Afrontamiento y estrés académico en estudiantes de secundaria de una institución educativa del distrito de José Leonardo Ortiz, 2022.**, desarrollado por el(los) estudiante(s): **Díaz Quispe Walter Hildebrando, Sánchez coronel Itala**, del programa de estudios de **Psicología**, acredito haber revisado, y declaro expedito para que continúe con el trámite pertinentes.

En virtud de lo antes mencionado, firman:

López Ñinquen Karla Elizabeth (Asesora)	DNI: 41417615	
--	---------------	---

Pimentel, 25 de setiembre del 2024

Tablas de Operacionalización de las variables

Variable	Definición contextual	Definición operacional	Dimensiones	Indicadores	Ítems	Técnica e instrumentos	Tipo de variable	Escala de medición
A F R O N T A M I E N T O	Son los recursos y habilidades sociales de los adolescentes ante necesidades internas o externas que el individuo percibe como fuera de control o insuperables (Rebaza, 2018).	Los estilos de afrontamiento se miden mediante los factores de referencia a otros, orientado a la resolución del problema, y afrontamiento no productivo. Estos factores se miden utilizando la Escala de afrontamiento para adolescentes (ACS) (Rebaza, 2018).	Resolución de problemas	Concentrarse en resolver el problema	2, 20, 38, 56, 72	Técnica: Encuesta: Instrumento: Escala de afrontamiento para adolescentes (ACS)	Cualitativa	Escala ordinal
				Triunfo	3, 21, 39, 57, 73			
				Fijarse en lo positivo	15, 33, 51, 69			
				Buscar diversiones relajantes	17,35,53			
				Distracción física	18, 36 54			
				Buscar apoyo espiritual	14, 32, 50, 68			
				Buscar ayuda profesional	16, 34, 52, 70			
				Investir en amigos íntimos	5, 23, 41, 59, 75			
				Buscar pertenencia	6, 24, 42, 60, 76			
				Apontamiento en relación con los demás				

	Buscar apoyo social	1, 19, 37, 55, 71
	Acción social	10, 28, 46, 64
	Hacerse ilusiones	7, 25, 43, 61, 77
	Falta de afrontamiento	8, 26, 44, 62, 78
	Reducción de la tensión	9, 27, 45, 63, 79
No productivo	Ignorar el problema	11. 29, 47, 65
	Auto inculparse	12, 30, 48, 66
	Reservarlo para sí	13, 31, 49, 67
	Preocuparse	4, 22, 40, 58, 74

Variable	Definición contextual	Definición operacional	Dimensiones	Indicadores	Ítems	Técnica e instrumentos	Tipo de variable	Escala de medición
E S T R É S A C A D É M I C O	Reacción fisiológica de una persona frente al estrés, emocional, cognitiva y conductual, ante una incitación de acontecimientos académicos, donde su importancia radica en posibles consecuencias negativas, Inventario (Lazarus, 2006).	El estrés académico se evalúa mediante la intensidad de estresores, síntomas y estrategias de afrontamiento del estudiante. Dimensiones que se miden a través del Inventario SISCO adaptado Alania et al. (2020).	Estresores	Competencias	1	Técnica: Encuesta: Instrumento: Inventario sistémico Cognoscitivista SISCO SV adaptado al contexto de la crisis por COVID- 19.	Cualitativa	Escala ordinal
				Sobrecargas	2			
				Personalidad y carácter de otros	3			
				Exigencias	4, 5			
				Tipo de trabajos	6, 10, 11			
			Síntomas	Participación	8			
				Limitaciones	9, 14			
				Incomprensión	7, 12, 13,15			
				Físicas	1,2, 3, 4, 5			
				Psicológicas	6, 7, 8, ,9, 10, 11			
Estrategias de afrontamiento	Comportamentales	12, 13, 14, 15						
	Estrategias intrínsecas	1, 2, 3, 4, 5, 6, 9, 10						
	Estrategias extrínsecas	7, 8 ,11, 12, 13, 14, 15, 16, 17						

Inventario Sistemico Cognoscitivista (SISCO)

Adaptado al contexto de la crisis por COVID-19 por Alania, Llancari, De la cruz y Révolo 2020, tomado de Barraza, 2018

1. Durante el transcurso de este semestre ¿has tenido momentos de preocupación o nerviosismo (estrés)?

Si

No

En caso de seleccionar la alternativa “no”, el cuestionario se da por concluido, en caso de seleccionar la alternativa “si”, pasar a la pregunta número dos y continuar con el resto de las preguntas.

2. Con la idea de obtener mayor precisión y utilizando una escala del 1 al 5 señala tu nivel de estrés, donde (1) es poco y (5) mucho.

1	2	3	4	5

3. Dimensión estresores

Instrucciones: A continuación, se presentan una serie de aspectos que, en mayor o menor medida, suelen estresar a algunos alumnos. Responde, señalando con una X, ¿Con qué frecuencia cada uno de esos aspectos te estresa?

Nunca	Casi nunca	Rara vez	Algunas veces	Siempre
N	CN	RV	AV	S

A continuación, se presentan una serie de aspectos que, en mayor o menor medida, suelen estresar a algunos estudiantes. Responde, tomando en consideración la siguiente escala de valores.

¿Con qué frecuencia te estresas?

Estresores	N	CN	RV	AV	CS	S
1. La competitividad con o entre mis compañeros de clases.						
2. La sobrecarga de tareas y trabajos académicos que tengo que realizar todos los días.						
3. La personalidad y el carácter de mis profesores/as que me imparten clases.						
4. La forma de evaluación de los(as) profesores/as de las tareas, foros, proyectos, lecturas, ensayos, trabajos de investigación, organizadores, búsquedas en Internet, etc.						
5. El nivel de exigencia de mis profesores/as.						
6. El tipo de trabajo que me piden mis profesores/as (análisis de lecturas, proyectos, ensayos, mapas conceptuales, grabaciones, ejercicios y problemas, búsquedas en Internet etc.)						

7. Que me enseñen profesores/as muy teóricos/as.						
8. Mi participación en clase (conectarme a la clase, responder a preguntas, hacer comentarios, desarrollar argumentaciones, etc.).						
9. Tener tiempo limitado para hacer el trabajo que me encargan mis profesores/as.						
10. La realización de exámenes, prácticas o trabajos de aplicación.						
11. Exposición de un tema ante la clase.						
12. La poca claridad que tengo sobre lo que solicitan mis profesores/as.						
13. Que mis profesores/as están mal preparados/as (contenido de la asignatura y/o manejo de tecnología).						
14. Asistir o conectarme a clases aburridas o monótonas.						
15. No entender los temas que se abordan en la clase.						

4. Dimensión síntomas (reacciones)

Instrucciones: A continuación, se presentan una serie de reacciones que, en mayor o menor medida, suelen presentarse en algunos alumnos cuando están estresados. Responde, señalando con una X, ¿con qué frecuencia se te presentan cada una de estas reacciones cuando estás estresado? tomando en consideración la misma escala de valores del apartado anterior.

¿Con qué frecuencia se te presentan las siguientes reacciones cuando estás estresado?

¿Con qué frecuencia te estresas?

Síntomas	N	CN	RV	AV	CS	S
1. Trastornos del sueño (insomnio o pesadilla).						
2. Fatiga crónica (cansancio permanente).						
3. Dolores de cabeza o migrañas.						
4. Problemas de digestión, dolor de estómago o diarrea.						
5. Rascarse, morderse las uñas, frotarse, etc.						
6. Somnolencia o mayor necesidad de dormir.						
7. Inquietud (incapacidad de relajarse y estar tranquilo).						
8. Sentimientos de depresión y tristeza (decaído).						
9. Ansiedad (nerviosismo), angustia o desesperación.						
10. Dificultades para concentrarse.						
11. Sentimientos de agresividad o aumento de irritabilidad.						
12. Conflictos o tendencia a polemizar, contradecir, discutir o pelear.						
13. Aislamiento de los demás.						
14. Desgano para realizar las labores académicas.						
15. 15. Aumento o reducción del consumo de alimentos.						

5. Dimensión estrategias de afrontamiento

Instrucciones: A continuación, se presentan una serie de acciones que, en mayor o menor medida, suelen utilizar algunos alumnos para enfrentar su estrés. Responde, encerrando en un círculo, ¿con qué frecuencia utilizas cada una de estas acciones para enfrentar tu estrés? Tomando en consideración la misma escala de valores del apartado anterior.

Con frecuencia para enfrentar tu estrés te orientas a:

Estrategias	N	CN	RV	AV	CS	S
1. Habilidad asertiva (defender nuestras preferencias, ideas o sentimientos sin dañar a otros).						
2. Escuchar música o distraerme viendo televisión.						
3. Concentrarse en resolver la situación que me preocupa.						
4. . Elogiar mi forma de actuar para enfrentar la situación que me preocupa						
5. La religiosidad (encomendarse a Dios o asistir a misa).						
6. Búsqueda de información sobre la situación que me preocupa.						
7. Solicitar el apoyo de mi familia o de mis amigos.						
8. Contar lo que me pasa a otros. (verbalización de la situación que preocupa).						
9. Establecer soluciones concretas para resolver la situación que me preocupa.						
10. Evaluar lo positivo y negativo de mis propuestas ante una situación estresante						
11. Mantener el control sobre mis emociones para que no me afecte lo que me estresa.						
12. Recordar situaciones similares ocurridas anteriormente y pensar en cómo las solucioné.						
13. Hacer ejercicio físico.						
14. Elaboración de un plan para enfrentar lo que me estresa y ejecución de sus tareas.						
15. 15. Fijarse o tratar de obtener lo positivo de la situación que preocupa.						
16. Navegar en internet.						
17. Jugar videojuegos.						

Escala de Afrontamiento Para Adolescentes (ACS)

Los estudiantes suelen tener ciertas preocupaciones o problemas sobre temas diferentes, como la escuela, el trabajo, la familia, los amigos, el mundo en general, etc. En este cuestionario encontrarás una lista de formas diferentes con las que la gente de tu edad suele encarar una gama amplia de problemas o preocupaciones. Deberás indicar, marcando la letra correspondiente, las cosas que tú sueles hacer para enfrentarte a esos problemas o dificultades. En cada afirmación debes marcar con una "X" la letra A, B, C, D o E según creas que es tu manera de reaccionar o de actuar frente a los problemas. No hay respuestas correctas o erróneas. No dediques mucho tiempo a cada frase; simplemente responde lo que crees que se ajusta mejor a tu forma de actuar.

Nunca lo hago A

Lo hago raras veces B

Lo hago algunas veces C

Lo hago a menudo D

Lo hago con mucha frecuencia E

Por ejemplo, si algunas veces te enfrentas a tus problemas mediante la acción de "Hablo con otros para saber lo que ellos harían si tuviesen el mismo problema", deberías marcar la "C" como se indica a continuación

A	B	X	D	E
---	---	---	---	---

Hablo con otros para saber lo que ellos harían si tuviesen el mismo problema

ÍTEMS:					
1. Hablo con otros para saber lo que ellos harían si tuviesen el mismo problema.	A	B	C	D	E
2. Me dedico a resolver lo que está provocando el problema.	A	B	C	D	E
3. Sigo con mis tareas como es debido.	A	B	C	D	E
4. Me preocupo por mi futuro.	A	B	C	D	E
5. Me reúno con mis amigos más cercanos.	A	B	C	D	E
6. Trato de dar una buena impresión en las personas que me importan.	A	B	C	D	E
7. Espero que me ocurra lo mejor.	A	B	C	D	E
8. Como no puedo hacer nada para resolver el problema, no hago nada.	A	B	C	D	E
9. Me pongo a llorar y/o gritar.	A	B	C	D	E
10. Organizo una acción en relación con mi problema.	A	B	C	D	E
11. Ignoro el problema	A	B	C	D	E
12. Ante los problemas, tiendo a criticarme.	A	B	C	D	E
13. Guardo mis sentimientos para mí solo(a).	A	B	C	D	E
14. Dejo que Dios me ayude con mis problemas.	A	B	C	D	E
15. Pienso en aquellos que tienen peores problemas, para que los míos no parezcan tan graves.	A	B	C	D	E
16. Pido consejo a una persona que tenga más conocimiento que yo.	A	B	C	D	E
17. Encuentro una forma de relajarme, como oír música, leer un libro, tocar un instrumento musical, ver la televisión, etc.	A	B	C	D	E

18. Practico un deporte.	A	B	C	D	E
19. Hablo con otros para apoyarnos mutuamente.	A	B	C	D	E
20. . Me dedico a resolver el problema utilizando todas mis capacidades.	A	B	C	D	E
21. Sigo asistiendo a clases.	A	B	C	D	E
22. Me preocupo por buscar mi felicidad.	A	B	C	D	E
23. Llamo a un(a) amigo(a) íntimo(a).	A	B	C	D	E
24. Me preocupo por mis relaciones con los demás.	A	B	C	D	E
25. Espero que un milagro resuelva mis problemas.	A	B	C	D	E
26. Frente a los problemas, simplemente me doy por vencido(a).	A	B	C	D	E
27. Intento sentirme mejor bebiendo alcohol, fumando o tomando drogas.	A	B	C	D	E
28. Organizo un grupo que se ocupe del problema.	A	B	C	D	E
29. Decido ignorar conscientemente el problema.	A	B	C	D	E
30. Me doy cuenta que yo mismo(a) me complico la vida frente a los problemas.	A	B	C	D	E
31. Evito estar con la gente.	A	B	C	D	E
32. Pido ayuda y consejo para que se resuelvan mis problemas.	A	B	C	D	E
33. Me fijo en el aspecto positivo de las cosas y trato de pensar en las cosas buenas.	A	B	C	D	E
34. Busco ayuda o consejo de un profesional para resolver los problemas.	A	B	C	D	E
35. Salgo y me divierto para olvidar mis dificultades.	A	B	C	D	E
36. Realizo ejercicios para mantenerme en forma y con buena salud.	A	B	C	D	E
37. Busco ánimo en otras personas.	A	B	C	D	E
38. Considero otros puntos de vista y trato de tenerlos en cuenta.	A	B	C	D	E
39. Trabajo intensamente (Trabajo duro).	A	B	C	D	E
40. Me preocupo por lo que está pasando.	A	B	C	D	E
41. Empiezo, o si ya existe, mejoro la relación con mi enamorado(a).	A	B	C	D	E
42. Trato de adaptarme a mis amigos.	A	B	C	D	E
43. Espero que el problema se resuelva por sí solo.	A	B	C	D	E
44. Me pongo mal (Me enfermo).	A	B	C	D	E
45. Culpo a los demás de mis problemas.	A	B	C	D	E
46. Me reúno con otras personas para analizar el problema.	A	B	C	D	E
47. Saco el problema de mi mente.	A	B	C	D	E
48. Me siento culpable por los problemas que me ocurren.	A	B	C	D	E
49. Evito que otros se enteren de lo que me preocupa.	A	B	C	D	E
50. leo la Biblia o un libro sagrado.	A	B	C	D	E
51. Trato de tener una visión positiva de la vida.	A	B	C	D	E
52. Pido ayuda a un profesional.	A	B	C	D	E

53. Me doy tiempo para hacer las cosas que me gustan.	A	B	C	D	E
54. Hago ejercicios físicos para distraerme.	A	B	C	D	E
55. Hablo con otras personas sobre mi problema para que me ayuden a salir de él.	A	B	C	D	E
56. Pienso en lo que estoy haciendo y por qué lo hago.	A	B	C	D	E
57. Busco tener éxito en las cosas que estoy haciendo.	A	B	C	D	E
58. Me preocupo por las cosas que me puedan pasar.	A	B	C	D	E
59. Trato de hacerme amigo(a) íntimo(a) de un chico o de una chica.	A	B	C	D	E
60. Trato de mejorar mi relación personal con los demás.	A	B	C	D	E
61. Sueño despierto que las cosas van a mejorar.	A	B	C	D	E
62. Cuando tengo problemas, no sé cómo enfrentarlos.	A	B	C	D	E
63. Ante los problemas, cambio mis cantidades de lo que como, bebo o duermo.	A	B	C	D	E
64. Me reúno con las personas que tienen el mismo problema que yo.	A	B	C	D	E
65. Cuando tengo problemas, me aílo para poder evitarlos.	A	B	C	D	E
66. Me considero culpable de los problemas que me afectan.	A	B	C	D	E
67. Ante los problemas, evito que otros sepan cómo me siento.	A	B	C	D	E
68. Pido a Dios que cuide de mí.	A	B	C	D	E
69. Me siento contento(a) de cómo van las cosas.	A	B	C	D	E
70. Hablo acerca del problema con personas que tengan más experiencia que yo.	A	B	C	D	E
71. Consigo apoyo de otros, como de mis padres o amigos, para solucionar mis problemas.	A	B	C	D	E
72. Pienso en distintas formas de enfrentarme al problema.	A	B	C	D	E
73. Me dedico a mis tareas en vez de salir.	A	B	C	D	E
74. Me preocupo por el futuro del mundo.	A	B	C	D	E
75. Procuro pasar más tiempo con la persona con quien me gusta salir.	A	B	C	D	E
76. Hago lo que quieren mis amigos.	A	B	C	D	E
77. Me imagino que las cosas van a ir mejor.	A	B	C	D	E
78. Sufro dolores de cabeza o de estómago.	A	B	C	D	E
79. Encuentro una forma de aliviar la tensión; por ejemplo, llorar o gritar o beber o tomar drogas.	A	B	C	D	E
80. Anota cualquier otra cosa que sueles hacer para afrontar tus problemas:					

FACULTAD DE DERECHO Y HUMANIDADES
ESCUELA PROFESIONAL DE PSICOLOGÍA
ASIGNATURA: INVESTIGACIÓN II

CONSENTIMIENTO INFORMADO

**AFRONTAMIENTO Y ESTRÉS ACADÉMICO EN ESTUDIANTES DE SECUNDARIA
DE UNA INSTITUCIÓN EDUCATIVA DEL DISTRITO DE JOSÉ LEONARDO ORTIZ,
2022.**

La presente investigación es conducida por y Díaz Quispe Walter Hildebrando y Sánchez coronel Ítala, estudiantes del XI ciclo de la Escuela profesional de Psicología de la Universidad Señor de Sipán.

El objetivo es Determinar la relación entre las estrategias de afrontamiento y estrés académico en estudiantes de secundaria de una institución educativa del distrito de José Leonardo Ortiz, 2022.

Si usted accede a que su hijo participe en este estudio, se le pide firmar en la parte inferior. x

Las encuestas serán **voluntarias, anónimas y confidenciales.**

Este estudio no le traerá riesgo alguno a su salud e integridad.

Los beneficios serán estrictamente académicos.

No presenta costos económicos alguno ni para usted ni para los que dirigen el estudio.

Cualquier duda o información adicional que desee puede comunicarse con los autores vía teléfono 970307218 / 967585067

Su participación será de mucha importancia y desde ya agradecemos su confianza y colaboración.

¡Muchas gracias!

Firma

DNI: _____

**FACULTAD DE DERECHO Y HUMANIDADES
ESCUELA PROFESIONAL DE PSICOLOGÍA
ASIGNATURA: INVESTIGACIÓN II**

ASENTIMIENTO INFORMADO

**AFRONTAMIENTO Y ESTRÉS ACADÉMICO EN ESTUDIANTES DE SECUNDARIA
DE UNA INSTITUCIÓN EDUCATIVA DEL DISTRITO DE JOSÉ LEONARDO ORTIZ,
2022.**

Estimado/a estudiante:

Te invitamos a participar en un estudio que tiene como objetivo determinar la relación entre las estrategias de afrontamiento y estrés académico en estudiantes de secundaria de una institución educativa del distrito de José Leonardo Ortiz, 2022. Queremos entender mejor cómo te enfrentas a situaciones de estrés relacionadas con la escuela y qué métodos utilizas para manejarlo.

¿Qué implica participar en este estudio?

Completarás un cuestionario sobre tus estrategias de afrontamiento y el estrés académico. La actividad tomará aproximadamente 20-30 minutos. Tu participación es confidencial. No se compartirá información que pueda identificarte. Además, tu participación es voluntaria, puedes retirarte en cualquier momento sin consecuencias. Así mismo, contribuirás a entender como se pueden vincular las estrategias de afrontamiento con el estrés académico y finalmente, si te sientes incómodo, puedes optar por no contestar algunas preguntas.

Consentimiento

Si estás de acuerdo en participar, por favor firma a continuación. Si tienes alguna pregunta sobre el estudio, no dudes en preguntar.

Yo, _____ (nombre del estudiante), he leído y comprendido la información anterior y consiento participar en este estudio.

Firma del estudiante: _____

Fecha: _____

AUTORIZACIÓN PARA LA RECOLECCIÓN DE INFORMACIÓN



-AÑO DE LA UNIDAD, LA PAZ Y EL DESARROLLO-

Pimentel, Julio de 2023

Señor:
Dr. Isaiás Coico Roque
I.E San Lorenzo N° 11057

Presente. -

Asunto: Autorización para realizar la aplicación de instrumento.

De mi especial consideración:

Es grato dirigirme a usted para expresarle mi cordial saludo a nombre de la Facultad de Derecho y Humanidades - Escuela Profesional de Psicología de la Universidad Señor de Sipán, asimismo teniendo presente su alto espíritu de colaboración, le solicito gentilmente autorice el ingreso a su institución a la que representa, a los alumnos Sánchez Coronel Itala y Díaz Quispe Walter Hildebrando, de la asignatura "Investigación II, para que ejecute su investigación denominada "Afrontamiento y estrés académico en estudiantes de secundaria de una institución educativa del distrito de José Leonardo Ortiz, 2022".

Sin otro en particular, agradecido de su amable consideración a la presente y oportuna respuesta, me despido no sin antes expresarle las muestras de mi especial consideración y estima.

Atentamente,



USS

Dr. Zupcin Jacquelin Rejano Benites
Directora de la Escuela Profesional
de Psicología
UNIVERSIDAD SEÑOR DE SIPÁN S.A.C.



Isaiás Coico Roque
Director

CAMPUS UNIVERSITARIO
Km. 5 carretera a Pimentel
T. 074 481610

/ussipan

CENTROS EMPRESARIALES
Avenida Luis Gonzales 1004
T. 074 481621

ussipan

ESCUELA DE POSGRADO
Calle Elías Aguirre 933
T. 074 481625

Central 074 481610

EVIDENCIA DE EJECUCIÓN

