



**Universidad
Norbert Wiener**

UNIVERSIDAD PRIVADA NORBERT WIENER

Escuela de Posgrado

Tesis

**ESTRATEGIAS DE AFRONTAMIENTO Y ESTRÉS ACADÉMICO EN ESTUDIANTES
DEL PRIMER CICLO DE LA FACULTAD DE ENFERMERÍA DE UNA UNIVERSIDAD
PRIVADA 2019**

Para optar el grado académico de:

Maestro en docencia universitaria

Autor: AQUISE GARCIA, SALOME MIRIAM

Código ORCID: 0000-0002-9684-5918

Lima – Perú

2021

Tesis

Estrategias de afrontamiento y estrés académico en estudiantes del
primer ciclo de la Facultad de Enfermería de una Universidad

Privada 2019.

Línea de investigación

EDUCACIÓN SUPERIOR

Asesor (a)

Dra. Valia Luz Venegas Mejía

(ORCID: 0000-0003-3032-8720)

Dedicatoria:

A mis padres que me apoyaron en todo momento
y a mi gran amigo César Eguía Elías que me apoyo
incondicionalmente en todo momento para lograr
culminar la tesis.

Agradecimiento:

En especial a la Dra. Valia Luz Venegas Mejía, por sus enseñanzas y empeño en todo momento, que nos guía con sus saberes previos para terminar la tesis.

INDICE DE CONTENIDO

Portada	i
Título	ii
Dedicatoria	iii
Agradecimientos	iv
Índice general	vii
Índice de tablas	viii
Índice de figuras	ix
Resumen	x
Abstract	xi
Introducción	xii
CAPITULO I: EL PROBLEMA	1
1.1. Planteamiento del problema	1
1.2. Formulación del problema	3
1.2.1. Problema general	3
1.2.2. Problemas específicos	4
1.3. Objetivos de la investigación	4
1.3.1. Objetivo general	4
1.3.2. Objetivos específicos	4
1.4. Justificación de la investigación	4
1.4.1. Teórica	4
1.4.2. Metodológica	5

1.4.3. Práctica	5
1.5. Limitaciones de la investigación	5
CAPITULO II: MARCO TEORICO	7
2.1. Antecedentes de la investigación (nacional y extranjera)	7
2.2. Bases teóricas	12
2.3. Formulación de hipótesis	20
2.3.1. Hipótesis general	20
2.3.2. Hipótesis específica	20
CAPITULO III: METODOLOGIA	21
3.1. Método de investigación	21
3.2. Enfoque investigativo	21
3.3. Tipo de investigación	22
3.4. Diseño de la investigación	22
3.5. Población y muestra	23
3.6. Variables y operacionalización	23
3.7. Técnicas e instrumentos de recolección de datos	26
3.7.1. Técnica	26
3.7.2. Descripción	26
3.7.3. Validación	27
3.7.4. Confiabilidad	28
3.8. Procesamiento y análisis de datos	29
3.9. Aspectos éticos	29

CAPITULO IV: PRESENTACION Y DISCUSION DE LOS RESULTADOS	31
4.1. Resultados	31
4.1.1. Análisis descriptivo de resultados	31
4.1.2. Prueba de hipótesis	34
4.1.3. Discusión de resultados	37
CAPITULO V: CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES	40
5.1. Conclusiones	40
5.2. Recomendaciones	41
REFERENCIAS BIBLIOGRAFICAS	42
ANEXOS	48
Anexo 1. Matriz de consistencia	
Anexo 2. Instrumento 1	
Anexo 4. Instrumento 2	
Anexo 5. Validación de instrumento	
Anexo 6. Informe de Turnitin	

Índice de Tablas

Tabla 1. Operacionalización de la variable estrategias de afrontamiento	24
Tabla 2. Operacionalización de la variable estrés académico	25
Tabla 3. Instrumento 1	26
Tabla 4. Instrumento 2	27
Tabla 5. Fiabilidad del instrumento	28
Tabla 6. Niveles de estrategias de afrontamiento	31
Tabla 7. Niveles de estrés académico	32
Tabla 8. Distribución de los datos	33
Tabla 9. Relación de las estrategias del afrontamiento y el estrés académico	34
Tabla 10. Relación de la dimensión cognitivo del afrontamiento y el estrés académico	34
Tabla 11. Relación de la dimensión conductual del afrontamiento y el estrés académico	35

Índice de Figuras

Figura 1. Niveles de estrategias de afrontamiento	31
Figura 2. Niveles de estrés académico	32

RESUMEN

El presente estudio se propuso como objetivo establecer la relación de las estrategias de Afrontamiento y Estrés Académico de la Facultad de Enfermería del primer ciclo de una Universidad Privada 2019 .

La metodología de investigación fue descriptiva, con un diseño no experimental de corte transversal correlacional, estuvo conformada por 80 estudiantes de enfermería, la técnica que se utilizó fue la encuesta, y dos instrumentos CRI-A Estrategias de afrontamiento y SISCO estrés académico, se analizaron los datos en el programa SPSS, y el estadístico coeficiente de correlación de Pearson a través del nivel de significancia de 0.05 permitió contrastar las hipótesis.

Los resultados indicaron en el análisis descriptivo que el 57.5% desarrolla estrategias de afrontamiento medio y 28.7% estrés académico alto. Las conclusiones han demostrado la existencia de relación significativa entre la estrategia de afrontamiento y estrés académico en los estudiantes de enfermería $p=0.005<0.05$; asimismo, entre la dimensión conductual del afrontamiento con el estrés académico, no encontrándose relación con el componente cognitivo del afrontamiento.

Palabra clave: Estrategia de Afrontamiento. Estrés Académica. Conductual. Cognitiva.

ABSTRACT

The objective of this study was to establish the relationship of the Coping and Academic Stress strategies of the Faculty of Nursing of the first cycle of a Private University 2019 .

The research methodology was descriptive, with a non-experimental design of correlational cross-section, it was made up of 80 nursing students, The technique used was the survey, and two instruments CRI-A Coping strategies and SISCO academic stress, the data were analyzed in the SPSS program, and the statistical Pearson correlation coefficient through the significance level of 0.05 allowed contrasting hypotheses.

The results indicated in the descriptive analysis that 57.5% develop medium coping strategies and 28.7% high academic stress. The conclusions have shown the existence of a significant relationship between the coping strategy and academic stress in nursing students $p = 0.005 < 0.05$; also, between the behavioral dimension of coping with academic stress, not finding a relationship with the cognitive component of coping.

Keyword: Afrontamiento Strategy. Academic Stresses. Conductual. Cognitive.

INTRODUCCIÓN

En los últimos años el estrés ha sido considerado uno de los problemas más complejos que se evidencia en los aspectos social, profesional y académico, es uno de los problemas de salud pública el estrés académico, es la reacción normal que tenemos frente a las diversas exigencias y demandas que nos enfrentamos en la universidad, esta acción activa nos moviliza para responder con eficacia y conseguir nuestras metas y objetivos.

La estrategia de afrontamiento, es un conjunto en el aspecto cognitivo y conductual, es la capacidad que tiene el estudiante de afrontar algunos problemas, ellos tienen la capacidad de controlar sus emociones y el estrés durante algunas situaciones de problemas que se presenta.

La presente investigación aborda las estrategias de afrontamiento frente al estrés académico en los estudiantes del primer ciclo de la facultad de enfermería de una universidad privada 2019, son consideradas como uno de los riesgos más importantes en la salud mental en los seres humanos, especialmente en los estudiantes que es un grupo etario más vulnerable siendo afectado en todos sus aspectos holísticos.

La importancia de esta investigación radica en el hecho de obtener información científica estrategias de afrontamiento sobre el estrés académico en los estudiantes de enfermería universitaria.

Este trabajo de investigación comprende seis capítulos:

CAPÍTULO I: Problema de Investigación, comprende el planteamiento del problema que consiste en el reconocimiento previo de la existencia de una situación problemática dentro de la formación universitaria para luego formular el problema general y los problemas específicos, considera la justificación, las limitaciones.

CAPÍTULO II: Marco Teórico, presenta la recopilación ordenada de toda información que se relaciona con la estrategia del afrontamiento y estrés académico.

CAPÍTULO III: Marco Metodológico, desarrolla la formulación de hipótesis, definición conceptual y definición operacional de la variable con sus respectivas dimensiones; asimismo se exponen los diversos métodos, instrumentos y técnicas para recolectar, organizar y analizar los datos.

CAPÍTULO IV: Presentación y discusión de los resultados, que desarrolla la presentación, análisis e interpretación de datos, el proceso de prueba de hipótesis y la discusión de los resultados.

CAPÍTULO V: Conclusiones y recomendaciones, presenta las conclusiones importantes del estudio, sugerencias relevantes para ser tomadas en cuenta en la universidad de estudio.

La parte final del presente trabajo contiene los anexos adjuntando el cuadro de consistencia, Instrumentos de recolección de datos e informes de opinión de expertos de los Instrumentos de investigación.

CAPITULO I

EL PROBLEMA

1.1 Planteamiento del problema

En los últimos años la crisis y las exigencias en las diversas esferas de la vida generan riesgos para el organismo humano, habiendo una vulnerabilidad evidente cuando llevan una carga de actividades muy extensas, situación que se manifiesta preocupantemente en el estudiante universitario, y que se refleja frecuentemente al momento de tomar decisiones académicas, generándoles diversas respuestas de malestar durante el desarrollo de acciones y de tareas, ocasionando un estado de incertidumbre y tensión cognitiva crónica (Ministerio de Salud, 2019).

En el ámbito internacional la Organización Mundial de la Salud (OMS, 2019) informo sobre la población en adolescentes y jóvenes el 16% presenta alguna enfermedad y que podría llegar a más edad, y que repercute en los aspectos de salud física, mental y que limitan preocupantemente una vida satisfactoria, además, nos refiere que los trastornos emocionales como el estrés y los cambios repentinos de ánimo son habituales y que se asocian con trastornos conductuales más severos, inclusive afecta notoriamente el rendimiento académico y la asistencia a las clases, notándose exacerbada menté el aislamiento y el retraimiento. En tanto, Baca en el año (2015) encontró en

un estudio, que el 56% alumnos de una universidad moderados niveles de estrés en sus actividades académicas, habiendo una alta intensidad, y utilizándose pocos recursos para afrontarlos.

Del mismo modo, en el contexto nacional el Ministerio de Salud en el año (2019), se ha reportado datos preocupantes acerca de la salud mental de los adolescentes considerando al 20% del grupo >12 de edad que padece un trastorno mental, siendo más prevalente los trastornos emocionales como el estrés y la depresión focalizadas en ciudades como Ayacucho, Pucallpa, entre otros, y que solo en Lima existe un 10.4% en zonas rurales. En tanto, Poch et al. (2015) precisó que diversas investigaciones diferencian a las mujeres y varones para la utilización conjunta de formas estratégicas para sobrellevar las condiciones adversas de la vida. Por su parte, De Dios, (2017) precisó un nivel alto de estrés académico en estudiantes de enfermería, y que sería necesaria identificar las causantes y proponer un plan de intervención para reducirlo. En tanto, es importante entrenar a los estudiantes en estrategias de afrontamiento más eficaces en situaciones generadoras de estrés académico (Rodríguez, 2018). A nivel local, estudios en universitarios, realizado por Chávez, Ortega y Palacios (2016) informó que el recurso personal menos utilizados por los estudiantes en el contexto académico está centrada en la evitación del problema del estrés. En este sentido, en las conductas consideradas como estrategias desadaptativas estaría vinculadas a problemas de evitación, pasividad, creencias negativas y de culpa (Moanack, 2016).

Se hace necesario entender que las estrategias de afrontamiento, son recursos cognitivos y conductuales personales que hacen frente a situaciones de estrés, y pueden ser cambiantes, y evaluadas como desbordante debido a factores personales, sociales y profesionales, por parte, Bernal (2017), mencionó que los “estímulos estresores” son las respuestas fisiológicas ante un evento en particular exigente. En el contexto académico las situaciones estresantes son evidentes,

en donde los estudiantes experimentan dificultades de control frente a una nueva condición ambiental (Sicre y Casaros, 2015).

Al respecto, los estudiantes de Enfermería afrontaban situaciones muy estresantes debido al cumulo de carga académica de exámenes trabajos, prácticas clínicas y comunitarias entre otros, además, es evidente comportamientos asociados al nerviosismo de salir desaprobado en sus materias y peor aún a sentirse con temor a perder el ciclo de estudios, en ocasiones se desenvuelven de manera muy tensa y desconectados con la actividad académica, generándoles experiencias incómodas y cambios notorios de comportamiento, reflejado en su desempeño académico.

En este contexto, es necesario contar con información teórica e empírica que demuestre la situación de los universitarios frente a las exigencias en la formación profesional, que muchas genera formas inequívocas de afrontamiento a condiciones complejas generando nocivos síntomas de estrés perjudicando el desempeño, además de generarle una situación psicosocial vulnerable, y que posteriormente requiere de acciones de intervención educativas y correctivas para el fortalecimiento de los recursos personales para afrontar la vida académica de manera saludable.

1.2. Formulación del problema

1.2.1 Problema general

- ¿Cuál es la relación que existe entre las estrategias de afrontamiento y el estrés académico en estudiantes del primer ciclo de la Facultad de enfermería en una universidad privada en 2019?

1.2.2 Problemas específicos

- ¿Cuál es la relación que existe entre las estrategias de afrontamiento y el estrés académico cognitivo de los estudiantes del primer ciclo de la facultad de enfermería?
- ¿Cuál es la relación que existe entre las estrategias de afrontamiento y el estrés académico conductual de los estudiantes del primer ciclo de la facultad de enfermería?

1.3. Objetivos de la investigación

1.3.1 Objetivo general

- Determinar la relación entre las estrategias de afrontamiento y el estrés académico en estudiantes de la facultad de enfermería del primer ciclo de una universidad privada 2019.

1.3.2 Objetivos específicos

- Establecer la relación entre las estrategias de afrontamiento cognitivo y el estrés académico en estudiantes del primer ciclo de la facultad de enfermería 2019.
- Establecer la relación entre las estrategias de afrontamiento conductual y el estrés académico en estudiantes del primer ciclo de la facultad de enfermería 2019.

1.4. Justificación y viabilidad de la investigación

1.4.1. Teórica.

Permitió ampliar la información teórica científica basados en el análisis de diversos modelos teóricos y antecedentes de estudios actualizados publicados en base de datos, que describen y explican el desarrollo de los fenómenos de las estrategias de afrontamiento

enfocada en la teoría de Moss y estrés académico basado en el modelo de Barraza en los estudiantes.

1.4.2. Metodológica

Las estrategias y recursos metodológicos permitieron lograr los objetivos propuestos en la investigación, orientados mediante un método cuantitativo, de diseño no experimental, con tiempo trasversal y correlacional, estimando una muestra representativa de participantes, contando con instrumentos válidos y confiables, además, de procedimientos viables para recolectar información de las variables en la muestra, y luego analizarlo en programas estadísticos que demostrarán los resultados obtenidos.

1.4.3. Práctica

Los resultados de la investigación permitió desarrollar una serie de actividades preventivas y promocionales, considerando el desarrollo de programas de intervención mediante charlas y talleres educativas que tengan la finalidad de fortalecer los recursos personales como estrategia de afrontamiento en los estudiantes, además, de jornadas de enseñanza de salud educativa de técnicas para reducir el estrés académico mejorando la salud emocional y mental generando un adecuado bienestar personal en estudiantes de educación superior.

La investigación fue viable realizarla porque se cuenta con los medios económicos, tiempo y disponibilidad de realizar las coordinaciones pertinentes en la institución universitaria.

1.5 Limitaciones de la investigación

1.5.1. Temporal: Una limitación fue la cobertura de la programación de actividades del trabajo en el periodo académico lectivo de la universidad privada solo para el semestre 2019-1 y 2,

desarrollándose en el mes de abril y culminando las acciones de investigaciones en el mes de junio del año 2019.

1.5.2. Espacial: Para acceder a las instalaciones físicas y/o servicios de la Facultad de enfermería y aulas fue dificultoso debido a la interrupción del desarrollo de las clases para los estudiantes.

1.5.3. Recursos: Fue difícil el acceso a los materiales y herramientas necesarias para desarrollar las acciones técnicas de recogida de información, como instrumentos actualizados para el proceso recolección de datos, inaccesibilidad a los programas para el procesamiento y análisis de la información digital.

CAPITULO II

MARCO TEORICO

2.1 Antecedentes de la Investigación

2.1.1. Antecedentes nacionales

Del análisis de la información en diversos repositorios y bases de datos científicas, se destaca a Guevara y Martínez del Carrión (2018) realizaron un estudio sobre la “Relación entre el nivel del estrés y estrategia de afrontamiento de los estudiantes de enfermería en una universidad nacional Lambayeque”. Tuvo como objetivo determinar la relación que existe entre el nivel de estrés y estrategia de afrontamiento en los estudiantes de enfermería en la Universidad nacional de Lambayeque, la metodología que empleo este trabajo de investigación es cualitativo, descriptivo, comprendido entre participantes del 1er y 8vo, validado. Podemos concluir este estudio de investigación que existe una relación directa entre el nivel de estrés y la estrategia de afrontamiento.

Además, Garay (2017) quién elaboro un estudio que se tituló como “Calidad de vida y estrés en los estudiantes de la Escuela académica profesional de Enfermería de la Universidad de Huánuco”. Tuvo como objetivo esta investigación asociar las variables

destacadas. El método empleado en el estudio fue observacional, correlacional y de tiempo de desarrollo transversal, participaron 144 alumnos que cursaron enfermería, se utilizaron dos pruebas “la escala sobre la calidad de vida y la escala de estrés académico” para recolectar los datos relevantes. En los resultados se destacaron niveles moderados de la calidad de vida, asimismo, alto porcentajes de niveles de estrés en las actividades académicas. Podemos concluir de la siguiente manera, que la calidad de vida se vincula con el estrés en la muestra de estudiantes.

Por otro lado, también Chávez y Peralla (2017) elaboraron un estudio sobre “Estrategia de afrontamiento al estrés en estudiantes universitarios, trabajadores y no trabajadores de la universidad Católica de Santa María” Tuvo como objetivo de esta investigación fue describir la estrategia de afrontamiento al estrés que utilizan los estudiantes universitarios que trabajan y los que no trabajan. La metodología de este estudio de investigación se empleó un enfoque de aplicar una encuesta para obtener datos descriptivos de la muestra misma, y también se aplica cuestionarios, para esta investigación se muestreo, concluye los estudiantes universitarios que trabajan utilizan estrategia de afrontamiento al estrés. Se sugiere realizar investigación en la vida universitaria sobre el estrés con la finalidad de disminuir el estrés y buscar la mejora de calidad de vida en los estudiantes.

Por su parte, Chávez, Ortega y Palacios (2016) desarrollaron un estudio sobre las “Estrategia de Afrontamiento frente al estrés académico que utilizan los estudiantes de una academia preuniversitaria de Lima Metropolitana”. Tuvo como objetivo de esta investigación es de determinar las estrategias de afrontamiento frente al estrés usando con mayor frecuencia por los docentes de la academia preuniversitaria (Asociación del Centro de estudiantes de Medicina de la UNMSM) distrito Cercado de Lima enero. La metodología

que empleo fue de tipo correlacional y que se basó en un procedimiento observacional y de tiempo transeccional, con 110 estudiantes preuniversitarios participantes, se utilizó una encuesta de estrés y el test de Brief COPE sobre afrontamiento al estrés. En cuanto a los resultados, se encontró que las estrategias que mayormente se usan para afrontar situaciones estresantes en el ámbito académico fue el estilo enfocado al problema 76%, luego 78% enfocada a lo activo al problema, y 55% se utilizaba con mayor proporción la reinterpretación de tipo positiva que se focaliza en la emoción, y de menor porcentaje la estrategia basada a la auto distracción focalizado en la evitación hacia el problema. Las conclusiones a partir de los resultados demostraron que hubo relación significativa entre las dos variables sobre el estrés en las actividades universitarias que encuentra centrada afectivo habilidades, competencias que desarrolla para resolver problema.

Mientras tanto, Baca (2015) desarrolló un estudio sobre el “Estrés técnica de afrontamiento de estudiantes universitarios en Quito”. Tuvo como objetivo de esta investigación es conocer el nivel de estrés académica y la estrategia de afrontamiento que utilizan los estudiantes universitarios. La metodología a cumplir es de estudio descriptivo y correlacional, la población por 100 estudiantes que oscila entre los 21 a 24 años para la recolección de datos, se utiliza el inventario Sisco de estrés académica y el inventario Brief Cope, se realizó la prueba, el 56% se utiliza la muestra en mujeres y un 44% se utiliza en varones. Se encontró en ambos géneros presentando un nivel de estrés académico moderado con intensidad alta. Podemos concluir este estudio de investigación que el estrés que causa a estudiantes en la dificultad para la concentración en todos los aspectos básicos y necesidades del ser humano.

También, Gutiérrez, Julca y Medina (2014) realizaron una investigación sobre la “Relación entre el estrés y la estrategia de afrontamiento en los estudiantes de la escuela profesional de enfermería de la Universidad Nacional del Callao”. Tuvo como objetivo general determinar el estrés como estrategia de afrontamiento en los estudiantes de la escuela profesional, utilizo la metodología de tipo descriptivo correlacional de corte transversal, está constituido por estudiantes. El estrés en los estudiantes de enfermería es leve con un 37,4% presentando la estrategia de afrontamiento regular con un 65.4% en los estudiantes de enfermería. Se concluye este estudio con el objetivo un 30% de la muestra en los estudiantes presentando el estrés leve, con un afrontamiento un 22.6%, presentando este estrés moderado. Con afrontamiento que el estudiante presta un 37.4% estrés leve y un 27.6%, presenta estrés moderado. Por eso es importante realizar un plan de intervención, con el propósito de disminuir el estrés practicando talleres de relajación, ejercicio, con la finalidad de disminuir el estrés.

2.1.2. Antecedentes internacionales

Al respecto, Guano y Berneo (2017) realizaron una investigación acerca de las “Estrés académico y afrontamiento en estudiantes de medicina de la Universidad Técnica de Abanto”. Tuvo como objetivo determinar la relación del estrés académico con el afrontamiento que utilizan los estudiantes de medicina de la Universidad Técnica Abanto, se emplea la metodología para desarrollar esta investigación con el instrumento que utiliza el Sisco. Podemos concluir esta investigación que los factores académicos que afectan a los estudiantes fueron de excedentes pruebas en la realización de un examen y el exceso académico y la responsabilidad por cumplir el docente fomente la confianza y seguridad en

los estudiantes a través de mecanismos de talleres para controlar su estado de ánimo del estrés académico.

Mientras tanto, De Dios et al. (2017) elaboraron un estudio sobre el “Estrés en estudiantes de enfermería. Educación Superior volumen 31 N°3 Ciudad de la Habana”. Tuvo como objetivo de esta investigación es determinar el estrés en los estudiantes de enfermería durante el periodo de formación práctica. La metodología que utiliza instrumentos percibidos de estrés (PSS14) cuestionario que mide a través de estresores en la práctica clínica. Se concluye que es importante conocer la causa en el personal de enfermería basado en un plan operativo de intervención que ayuda a manejar el estrés y así pueda percibir durante la práctica clínica con el fin de superar el estrés.

Barsallo y Moscoso (2015) desarrollo un estudio sobre la “Prevalencia del estrés académico, factores de riesgo y su relación con el rendimiento académico en los estudiantes de la escuela de medicina en la Universidad de Cuenca”. Tuvo como objetivo determinar la prevalencia del estrés académico y sus factores de riesgo, estudio que ha empleado es de tipo descriptivo, cuantitativo y transversal, el mismo que conforma con una muestra de 285 alumnos de la facultad del 1er hasta el décimo ciclo. Concluimos este estudio de investigación que la escuela de medicina ha sido reconocida por sus logros y trayectoria más prestigiosa de este nombre, el resultado es de excelente preparación académico de los docentes que aplican a los alumnos y genera hoy en día, como el estrés académico.

Por último, Silva (2015) elaboro un estudio sobre el “Estrés en estudiante de enfermería de la Universidad Francisco de Paula de Santander”, tuvo como objetivo identificar el estrés académico en los estudiantes de enfermería ha sido investigado en distintos países con evidencia de alto nivel de estrés en la evaluación y práctica. En

conclusión, los estudiantes de enfermería se dan en diferentes ocasiones el estrés en diferentes dimensiones que se presentan, y los maestros deben motivar el uso de estrategia de afrontamiento, con la finalidad de reducir el estrés en todos los aspectos biopsicosocial.

2.2 Bases teóricas

2.2.1. Variable 1. Estrategias de Afrontamiento

Concepciones de las Estrategias de Afrontamiento

El afrontamiento es un conjunto de esfuerzo en los aspectos conductuales, cognitivos que realizan todo ser humano, para ser frente ante situaciones que se presenta estresante. Es el conjunto de estrategia con los cuales se presenta el estrés propio en fases cotidianas en diferente manera positiva o negativa, con el propósito de manejar el estrés que conduce al bienestar percibido. Las estrategias de afrontamiento, son aquellos procesos de respuesta (Cognitivo, emocional o conductual dirigido a manejar, entre ellos tenemos la tolerancia interna y externa y los conflictos que se dan en ella misma. Con el propósito de reducir el estado de malestar que produce el estrés (Lazarus y Folkman 1986). Según, Omar (2011), sería un proceso que identifica las características personales del temperamento y respuestas hacia los cambios; en ese sentido el afrontamiento puede ser considerado como adecuado y positivo con la finalidad de buscar una solución activa del problema. Estrategia de afrontamiento, son conductas, son procesos psicológicos que generan el estrés como consecuencia de diferentes sucesos, no son los deseables.

Teorías de las Estrategias del Afrontamiento

(i) Teoría Cognitiva.

Formulada por Lazarus y Folkman (1986), la teoría de la evolución cognitiva explica que el estrés, es constante cambiante, que se desarrolla de manera externa o interna, excedente desbordante. Por su parte, Cornejo y Lucero (2005) refiere “por su parte encontrón que las estrategias de afrontamiento como la solución del problema y la búsqueda de apoyo social se asocian con bienestar psicológico”. La estrategia de afrontamiento puede ser abordada de distintas perspectivas ya sea considerada, en otro punto de vista, vemos que el estrés viene a ser un estímulo, vivimos en una sociedad muy acelerada donde todo ser humano tiene estrés constante por diversas situaciones que se presentan, que viene en proceso que implican cargas motivacionales. En tanto, la teoría de Lazarus y Folkman, propusieron el modelo de evaluación de las cogniciones, y que tiene influencia sobre los factores del estrés, este es un proceso de doble vía, que viene a ser la producción de factores de estrés por parte del ambiente y la respuesta de todo ser humano, sometido a estos factores, su idea del estrés condujo a la elaboración de la Teoría de la Evaluación Cognitiva.

(ii). Teoría de la evaluación cognitiva.

Se produce cuando una persona toma en cuenta dos factores principales que influye en la persona y estos son la teoría de Sandín de la psicología positivista y cognitivista en el año 1995, este tema se emplea sobre los modos de afrontamiento, sobre los esfuerzos conductuales y cognitivista para tratar la demanda externa o interna que genera el estrés. Había diferente estilo de afrontamiento, importancia establecieron 5 formas implícitas.

Dimensiones de las estrategias de afrontamiento

En cuanto, a las dimensiones tiene más positivo que se incluyen en dos categorías centrados en las emociones y otro en las problemáticas, siendo el primero como características regular consecuentemente las emociones, y el segundo centrado en el problema que tiene el individuo y lograr seguirlo. En cuanto a los modelos teóricos de afrontamiento, tenemos dos aspectos:

a. Dimensión Cognitivo: que viene a ser la aproximación a los problemas entendiendo el estilo cognitivo como el modo habitual, del proceso de información y utilizar los recursos cognitivos (como la percepción, la memoria y procesamiento).

b. Dimensión conductual: es un estilo a un estado o proceso, que depende de la situación se analiza la estrategia o acciones llevado a cabo por una persona ante distintas situaciones o problemas. Se entiende el afrontar el estrés como un estado personal para afrontar el estrés frente a las diferentes situaciones que se presentan dentro de un contexto. Debido al malestar en estudiantes de enfermería presentan los factores físicos y emocionales, en el rendimiento académico, creación, desarrollo de habilidades, participación activa, conocimiento, para resolver problemas o situaciones que se puedan dar.

2.2.2. Estrés Académico

Conceptualización del Estrés Académico

Es un sentimiento de tensión emocional y física que viene a ser una reacción o un desafío a una demanda de un proceso que se da dentro de un contexto de un ser humano. En el contexto académico el estrés sería la respuesta física, cognitiva y fisiológica que emite el

estudiante ante diversas actividades o eventos educativos tanto a exigencia individual, como de manera grupal.

Por otra parte, Barraza (2006) define al estrés académico como un proceso sistémico, que se da de forma adaptativa y psicológica cuando el alumno se encuentra sometido a diversas tareas y responsabilidades considerados estresores. Según la OMS (2019) su causa son enfermedades inadmisibles, estrés y manifestaciones endocrinas, además, emocionales, afectando nuestra integridad emocional, mental y fisiológica: Cansancio, problemas de conciliar el sueño, malestar de estómago y pérdida o aumento del apetito.

Impacto del Estrés Académico

Entre las causas existen muchas causas, pero entre ellas vamos a definir lo más importante que se puede presentar en el ser humano: Problema de una enfermedad grave y problema de trabajo. Los factores desencadenantes, describe todas las cargas que se puede presentar y provoca una reacción de estrés, entre ellos tenemos: El entorno físico: Que viene a ser un estímulo físico como pueda situarse, el calor, el frío, el ruido. Dependiendo de la exigencia en el rendimiento a cada uno de ellos sometidos a través en diferentes contextos, que se presentan, la separación, la experiencia de pérdida de un ser querido, el aislamiento, un comportamiento tóxico, dependencia, sustento de culpabilidad. En este sentido, existen 3 dimensiones, el componente fisiológico, es un proceso de reacción sistemática que ocurre para determinada posición que se presenta, que está constituida en lo físico. Una serie de síntomas físicos de gran intensidad en diferentes formas según las personas y respuesta del estímulo estresante, entre ellos tenemos: sudoración, tensión, dolor muscular, palpitación,

taquicardia, malestar del estómago, dificultad para respirar, sequedad de la boca, náuseas, vómitos y cefaleas.

Es evidente estos síntomas causan la activación del sistema nervioso central ante una respuesta de estímulo. Componente Cognitivo, son pensamientos que tiene el individuo, es un proceso de estrés o un estímulo cuando una situación que se presenta o se produce. Este componente es de gran importancia, estos pensamientos son involuntarios que se presenta en forma intencionada en cada persona, no suele ajustarse a la realidad y no son objetivos. Componente conductual, es el comportamiento ante una situación que se presenta y la persona está inmersa en el proceso de elaboración donde se desarrolla una sintomatología fisiológica, y por otro lado pensamiento que interpreta la situación. Esta respuesta conductual es más común en situaciones de estrés, la razón de que aumente estos comportamientos es porque en situaciones de estrés se encuentra y toma diferente hábito de vida, con el propósito.

Teorías del Estrés Académico

a. Cognitiva del Estrés de Selye.

La teoría del estrés basado en un enfoque cognitivo, que se puede entender en el ser humano, como un estado de síndrome específico que ocurre en diferentes cambios, el agente desencadenante del estrés (estresor) es un elemento que ocurre en el equilibrio del cuerpo ante cualquier estímulo, siendo un estresor. Esta teoría influyó para el supuesto del planteamiento de la “homeostasis” enfocado al estrés sujeta a una reacción, siendo una respuesta que transmite el organismo en amenaza de ello mismo, esta respuesta interviene el sistema simpático que libera la hormona de la Corteza por la médula suprarrenal. Esta teoría está basada en dos fenómenos: Estresor, que viene a ser cualquier demanda que

provoca una respuesta del estrés (físico, psicológico, cognitivo y emocional). Etapa sistemática y de agotamiento.

b. De los Factores del Estrés.

Propuesto por Saldívar Pérez (1996) empleó un cuestionario sobre el estrés elaborado por la OIT – OMS, para identificar la presencia de factores de estrés organizada desde la percepción de los directivos. Por otro lado, la Universidad como una institución de enseñanza superior que se divide en facultades según la especialidad que ofrece diferentes instituciones.

c. Sistémico Cognoscitivista del Estrés Académico

El argumento del modelo se basa ciertamente de dos teorías implicadas, la general de sistemas y el transaccionalista que enfocan sus explicaciones sobre el desarrollo del estrés en el estudiante vinculado con su entorno académico desde la perspectiva sistémica, que involucra la relación del individuo con el entorno o ambiente en donde se desarrolla que permite en un círculo una regulación esperada en el ingreso de la información y su salida de los datos (Barraza, 2006). Desde la perspectiva cognoscitiva la valoración del ambiente en donde se desenvuelve el estudiante genera las demandas y la utilización de recursos para poder enfrentarse adecuadamente a los retos académicos, en esta circunstancia los estresores afectan a la persona, generando un desequilibrio provocado por las sobrexigencias, en un segundo aspecto el estudiante utilizaría sus recursos para afrontar las demandas, siendo capaz de manejar las condiciones ambientes y los estresores apropiadamente, luego en el tercer aspecto consigue un ajuste de las estrategias personales cognitivas y conductuales hacia las evaluaciones y actividades académicas; por otro lado, si el individuo no logra

manejar el estrés académico presentará tanto síntomas mentales como físicos como los episodios depresivos, conductas como la cólera, reacciones agresivas, dificultades de concentración, inestabilidad emocional, debilidad, ansiedad, dolores musculares, alteraciones cardíacas, entre otros.

Técnicas para afrontar el estrés

En cuanto a los procedimientos que permiten disminuir las sintomatologías nocivas de las sobrexigencias académicas, proponiendo algunos pasos para controlar el estrés, todo ser humano sufre de estrés en cualquier momento, y cada ser humano percibe el estrés en diferentes formas:

El primer paso que se debería considera para reducir el estrés en las actividades de tipo académico, será el, de Buscar apoyo: Significa cuando se necesita rodearse personas que le importan su bienestar y salud mental, hablar con adulto en que confíe, especialmente con los padres, parientes y amigos. Tratar de resolver el problema: Cuando se siente colmado de muchos problemas busca ayuda a un adulto o amistades, que pueden ser un buen momento para resolver situaciones de problemas. Necesita darse cuenta cual es el problema con el propósito de resolver y buscar alternativas y soluciones. No desquitarse contigo mismo: Esto no es una buena idea, buscar ayuda y apoyo para poder lidiar con situaciones que atraviesa para poder reducir el estrés. La mejor técnica es la de relajación, respiración, escuchar música, escribir a diario para sentirse mejor.

Los teóricos del estrés lo enfocan a diversos factores causales, es así que el Doctor Hans Selye (que consideran el padre en el estudio del estrés) a inicios del siglo pasado, explica que la diferencia de las manifestaciones adaptativas en el individuo debido a los

estresores y los componentes del “Síndrome General de Adaptación”, es un elemento que ocurre en la Homeostasis de nuestro organismo ante cualquier estímulo que pueda ser un estresor y provoca el estrés. Por parte del ambiente y todo ser humano sometido a estos factores que condiciona dicha teoría explicada.

En tanto, la teoría propuesta por Saldívar Pérez (1996), refiere que el estrés es una situación vulnerable en todas las personas, y que se sitúa en diversas circunstancias sociales y ambientales.

Dimensiones del Estrés Académico

En este sentido, se entiende que existen 3 formas de respuestas académicas de estrés: (Rossi, como se citó en Rosales, 2016).

En cuanto a la sintomatología física, se consideran a los dolores de cabeza, debilidad, limitaciones de metas, dolores musculares, problemas de sueño, disminución de peso, molestias articulares en el rostro, la gripe, entre otros.

Podemos entender los síntomas psicológicos: están consideradas las personas nerviosas, desanimadas, sentimientos que no están tomando en cuenta, mucha ira, problemas para decidir, problemas para dominar situaciones, ideas negativas hacia la vida diaria, ansiedad por los problemas que causan el estrés, inquietud para enfocarse entre las personas.

En relación sintomatología conductuales: deseos del cigarro continuamente, extraviar las cosas continuamente, problemas habituales que se presentan, problemas para hacer las labores que se les indique, incremento o descenso en las comidas, limitaciones de expectativa que se les presenta ante las demás personas.

2.3. Formulación de hipótesis

2.3.1. Hipótesis General

- Existe relación significativa entre las estrategias de afrontamiento y estrés académico en estudiantes del primer ciclo de la facultad de enfermería de una Universidad privada 2019.

2.3.2. Hipótesis específicas

- Existe relación significativa entre las estrategias de afrontamiento cognitivo y el estrés académico en estudiantes del primer ciclo de la facultad de enfermería.
- Existe relación significativa entre las estrategias de afrontamiento conductual y el estrés académico en estudiantes del primer ciclo de la facultad de enfermería.

CAPITULO III

METODOLOGÍA

3.1. Método de investigación

Se consideró el hipotético-deductivo, que permitió hacer inferencias lógicas de las proposiciones de los fenómenos teóricos y empíricos, derivadas en expresiones de hipótesis que luego se contrastaron con las pruebas e interpretarán en un proceso crítico que se llevó a cabo y que se precisaron mediante conclusiones científicas (Hernández y Mendoza, 2018).

3.2. Enfoque

Se desarrolló mediante el análisis cuantitativo, el cual permitió la utilización de los datos numéricos, además, del procesamiento y análisis de la información en el desarrollo de la investigación, y que posteriormente genera una inferencia de los resultados expuestos (Hernández y Mendoza, 2018).

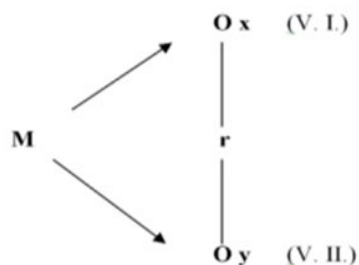
3.3. Tipo de investigación

En el estudio se utilizó el tipo aplicada que permite resolver un problema en el plano teórico o práctico que conlleve a conclusiones pertinentes. En el nivel sería descriptiva, en ese sentido, Hungler y Polit (2000) menciona que este tipo de estudio descriptivo, enfoca el análisis sobre la realidad de hechos y sus características de una población o muestra en una investigación.

3.4. Diseño de investigación

Considerado como procedimiento con diseño observacional, observándose la ocurrencia de las variables o fenómeno investigados, considerando las condiciones en donde se desenvuelven los individuos; además, es transversal desarrollo en un momento específico o tiempo. Además, con diseño correlacional, en donde se asocia dos o más variables de estudio en un contexto controlado (Hungler y Polit, 2000).

Diseño:



M= Muestra

VI= Estrategias de Afrontamiento

VII= Estrés Académico

3.5 Población y muestra

3.5.1. Población.

En cuanto a la población es el total de casos que concuerdan con una población u objetos (Hernández y Mendoza, 2018). Al respecto se configura para el estudio la constitución de 80 estudiantes del 1° ciclo de la carrera profesional de enfermería de una universidad privada de Lima.

3.5.2. Muestra.

Según Hernández y Mendoza (2018) es un subconjunto de elementos que pertenecen a ese conjunto definido en sus características. Se utilizó la forma censal conformada por toda la población 80 estudiantes, considerando criterios de inclusión como ser estudiantes del 1er ciclo enfermería que estudia en la universidad privada, de ambos sexos, que participan voluntariamente. En el criterio de exclusión, estudiantes de ciclos superiores, que tengan problemas de salud, o que no desearan participar.

3.5.3. Muestreo.

Se usó el método censal, en donde no se utilizó el cálculo de probabilidades para estimar la cantidad de participantes, siendo a criterio del investigador, en este caso específico se considera al 100% del total de la población o unidades de investigación como parte de la muestra (Hernández y Mendoza, 2018).

3.6. Variables y Operacionalización

- Variable I: Estrategia de afrontamiento. Respuesta frente a una situación de demanda interna o externa estresantes, la medición considera dos dimensiones: cognitivo y conductual evaluada a través de un inventario con escala de tipo Likert del 1 al 5.

Tabla 1

Operacionalización de la variable Estrategias de afrontamiento

Variable	Dimensiones	Indicadores	Escala de medición	Escala valorativa	
Estrategias de afrontamiento	1. Cognitivo	Análisis lógico	Nominal	Bajo	
		Recolección positivos			
		Evitación cognitiva			Medio
		Aceptación Resignación			Alto
	2. Conductual	Búsqueda de guía y apoyo			
		Solución de problemas			
		Recompensas alternativas			
		Descarga emocional			

Nota: Elaboración propia

- Variable II: Estrés Académico: mecanismo adaptativo individual desarrollado por estudiantes, la medición considerará 4 dimensiones: estresores, reacción física, psicológica y comportamental, será medida a través de un inventario creado con una escala de Likert del 1 al 5.

Tabla 2*Operacionalización de variable estrés académico*

Variable	Dimensiones	Indicadores	Escala de medición	Niveles de rango
Estrés académico	1. Estresores	<ul style="list-style-type: none"> - Competencia - Sobrecarga - Personalidad - Evaluaciones - Tipo de trabajo - Entendimiento. - Participación - Tiempo 	Nominal	Bajo
	2. Reacción física.	<ul style="list-style-type: none"> - Trastorno - Fatiga - Dolores de cabeza - Problemas de digestión - Rascarse - Somnolencia - Inquietud 		Medio
	3. Reacción psicológica	<ul style="list-style-type: none"> - Depresión y tristeza - Ansiedad y angustia - Problemas de concentración <ul style="list-style-type: none"> - Sentimientos de agresividad - Conflictos - Aislamiento 		Alto
	4. Reacción comportamental	<ul style="list-style-type: none"> - Desgano - Consumo de alimentos. - Habilidad asertiva - Planificación. - Elogios - Búsqueda de información - Verbalización 		

Nota: elaboración propia

3.7 Técnicas e instrumentos de recolección de datos

3.7.1 Técnica: La encuesta

El procedimiento se realizó mediante la encuesta, según Hernández y Mendoza (2018) es un procedimiento que permite obtener datos de una población en una investigación.

3.7.2. Descripción

Los instrumentos de recopilación de datos fueron:

Tabla 3

Instrumento 1

Ficha técnica de instrumento de Estrategias de afrontamiento	
Nombre	: Inventario de Respuestas de Afrontamiento- Adultos.
Autor	: R.H. Moos
Procedencia	: Psychological Assessment Resources, PAR 1993
Adaptación Española	: KichnerNbot, Forns y Santacana, 2010.
Aplicación	: Individual y colectiva.
Ámbito de aplicación	: adultos a partir de los 18 años.
Ítems	: 48 afirmaciones
Duración	: entre 10 a 15 minutos en el formato de
Finalidad	: Evaluación de estrategias de afrontamiento frente al estrés.
Dimensiones	: Cognitiva y conductual
Alternativas	: 1 a 5 Muy de acuerdo hasta Muy en desacuerdo
Valoración	: Bajo-Medio y Alto

Nota: manual del Inventario de respuestas de afrontamiento al estrés, 2010

Tabla 4*Instrumento 2*

Ficha Técnica de instrumento de Estrés Académico

Nombre Original: Inventario de Estrés Académico SISCO.

Autor : Barraza (2006)

Administración: Individual o Colectiva.

Duración : Aproximadamente de 20 minutos.

Ítems : 48 enunciados

Contenido : 4 dimensiones: estresores, reacciones físicas, psicológicas y comportamental.

Usos : Educación, clínico y en la investigación.

Valor : 1 hasta 5

Valoración : Bajo, medio y alto

Aplicación : Edades comprendidas entre los 12 años a más.

Materiales : Manual, cuadernillo y hoja de respuestas.

Nota: manual de inventario de estrés académico, 2006.

3.7.3. Validación

En cuanto a la validez del instrumento, es considerado como que los ítems midan lo que dicen medir a través de diversos métodos (Hernández y Mendoza, 2019). En cuanto al primer instrumento, Zavala en el año 2013 realizó un estudio para validar la prueba de afrontamiento al estrés, aplicando el método de análisis factorial confirmatorio.

Por otro lado, Alania et al. (2019) realizó la validación del inventario de estrés académico SISCO, estableciendo la validez a través del análisis de Aiken con valores que superaron el 0.75, además la validez del constructo permitió verificar los ítems con correlaciones fuertes a 0.20 para la prueba final.

La autora de la investigación también realizó la validez de los instrumentos de estrategias de afrontamiento y estrés académico, mediante el método de criterio de 5 jueces expertos especialistas en el campo de la metodología en investigación y de la enfermería, quienes revisaron la pertinencia, relevancia y claridad del contenido de la formulación de los ítems, dando su conformidad de validación.

3.7.4. Confiabilidad

La fiabilidad es considerada como la consistencia interna del instrumento y que puede generalizarse para medir una variable (Hernández y Mendoza, 2018). En el caso del inventario de respuestas de afrontamiento en el estudio realizado por Zavala en el año 2013 en donde las dimensiones alcanzaron valores mayores a 0.89 de correlación. Asimismo, el inventario de estrés académico en la investigación de Alania et al. (2019) considero en un piloto, valores de correlación mayores a 0.90.

En tanto, para estimar la confiabilidad de las pruebas la autora del estudio realizó una prueba piloto aplicándole las herramientas de medición a una muestra de 80 estudiantes de una Universidad privada de Lima en el año 2019, en donde se encontró valores de alfa de Cronbach obtenidos para cada variable tuvieron niveles altos de fiabilidad, siendo generalizable para medir las variables:

Tabla 05*Fiabilidad del instrumento*

Características	&	Elementos
Estrategias - Afrontamiento	.848	80
Cognitivo	.910	45
Conductual	.877	35
Estrés Académico	.890	48
Estresores	.780	18
Reacción física	.880	12
Reacción psicológica	.899	6
Reacción comportamental	.910	12

Nota: Prueba piloto (2019).

3.8. Plan de procesamiento y análisis de datos

En cuanto a la tabulación de la información se inició el traslado de las respuestas de los encuestados en una hoja en el software matemático Excel, seguidamente se trasladara al programa estadístico SPSS versión 24, en donde se presentaron los resultados en tablas y figuras, para el análisis descriptivos de las variables y dimensiones según las características de la muestra, luego se realizó el análisis inferencial a través de la prueba de normalidad de Kolmogorov Smirnov, en donde se usó el coeficiente de correlación de Pearson para datos paramétricos, con un nivel de significancia de 5% para contrastar las hipótesis (Eguía, 2018).

3.9. Aspectos éticos

Por su parte, Hungler y Polit (2000), plantearon los siguientes principios:

Principio de beneficencia: Consiste no hacer daño ni física, ni psicológicamente a los investigados, se respetó este principio garantizándoles a los sujetos de investigación, que la información que ellos proporcionan no será utilizada de ninguna manera en contra de ello.

Principio de respeto a la dignidad humana: que se le informe sobre los diferentes aspectos de la investigación y también tiene derecho a responder lo que crea conveniente y abandonar la investigación cuando lo decida. Se espera cumplir con este requisito enfatizando que no existe obligatoriedad para participar.

Principio de Justicia: Se refiere a que todo sujeto tiene derecho a un trato justo y derecho a la privacidad en sus argumentos, derecho que prevaleció para esta investigación.

Por otro lado, se utilizó el programa Anti plagio Turnitin precisando el nivel de similitud por debajo de lo impuesto en las normas institucional, considerando las citas de los autores de los párrafos.

Cabe señalar que a los participantes estudiantes se les brindó un consentimiento informado consignado los objetivos del estudio y beneficios del estudio, agregado a los cuestionarios de recolección de datos.

CAPITULO IV

PRESENTACION Y DISCUSIÓN DE RESULTADOS

4.1. Resultados

4.1.1. Análisis descriptivo de resultados

Una vez recolectados los datos proporcionados por los instrumentos, se procedió al análisis estadístico respectivo, en la cual se utilizó el paquete estadístico para ciencias sociales SPSS (Statistical Package for the Social Sciences) Versión 24.

4.1.1.1. Escala valorativa de las variables

Se consignó los puntajes de las pruebas a través de los niveles bajo, medio y alto. Los datos serán presentados en tablas y figuras:

4.1.1.2. Análisis descriptivo de los resultados de la variable estrategias de afrontamiento

Tabla 6

Niveles de Estrategias de Afrontamiento

	Frecuencia	Porcentaje
Bajo	23	28,7
Medio	46	57,5
Alto	11	13,8
Total	80	100,0

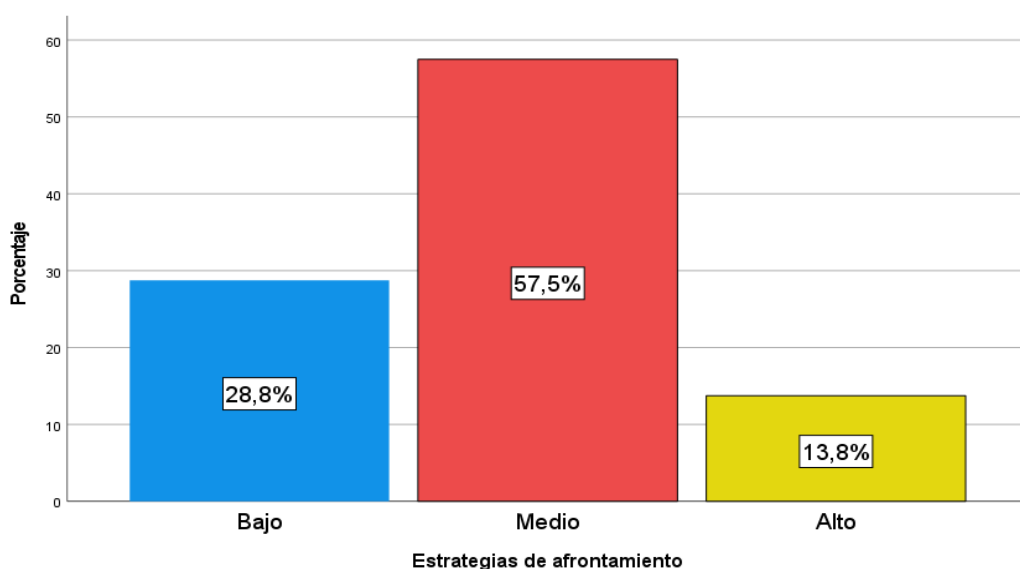


Figura 1. Niveles de estrategias de afrontamiento

Interpretación.

En los resultados de la tabla y figura se encontró que la mayoría de estudiantes una proporción de 57.5% (46) que se ubican en un nivel medio de las estrategias de afrontamiento, mientras que el 28.8% (23) representa un nivel bajo y el 13.8% (11) con un nivel alto de estrategias.

4.1.1.3. Análisis descriptivo de los resultados de la variable estrés académico

Tabla 7

Niveles de estrés académico

	Frecuencia	Porcentaje
Muy bajo	17	21,3
Bajo	6	7,5
Promedio	13	16,3
Alto	23	28,7
Muy alto	21	26,3
Total	80	100,0

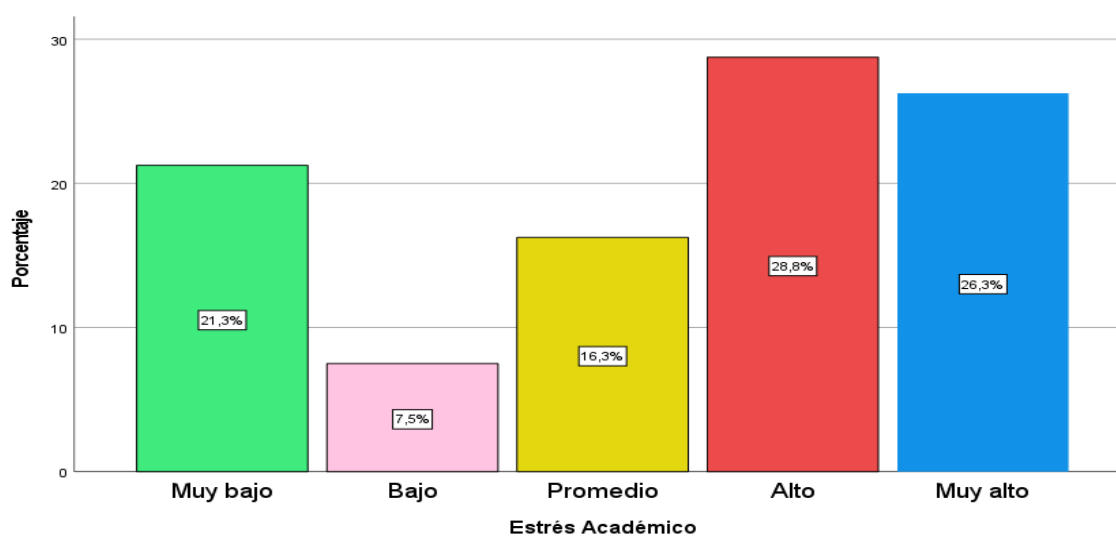


Figura 2. Niveles de estrés académico

Interpretación.

En la tabla y figura se encontró una mayor proporción de estudiantes en el nivel alto de estrés académico 28.8% (23), seguidamente una proporción del 26.3% (21) se ubicó en muy alto, además el 21.3% (17) obtuvo una categoría muy bajo, y 16.3% (13) destacó un nivel promedio y finalmente una minoría de los encuestados 7.5% (6) obtuvo un nivel bajo.

Tabla 8*Distribución de los datos*

	Kolmogórov-Smirnov			Shapiro-Wilk		
	Estadístico	gl	Sig.	Estadístico	gl	Sig.
Estrés Académico	,085	80	,200*	,973	80	,084
Estresores	,059	80	,200*	,985	80	,480
Reacciones físicas	,010	80	,219	,977	80	,168
Reacciones psicológicas	,013	80	,213	,964	80	,024
Reacciones comportamentales	,017	80	,209	,971	80	,062
Estrategias de afrontamiento	,071	80	,200*	,990	80	,819
Cognitivo	,076	80	,200*	,986	80	,528
Conductual	,071	80	,200*	,978	80	,188

En la tabla se aprecia el resultado de la prueba de normalidad de Kolmogorov Smirnov KS para muestras >50 , en donde se encontró en los puntajes de las variables y dimensiones valores mayores $p > 0.05$ indicando que los datos encontrados tienen una distribución normal o también llamado paramétrica, en consecuencia, se sugiere el estadístico coeficiente de correlación de Pearson para relacionar las variables.

4.1.2. Prueba de hipótesis

Hipótesis General:

Ho: No existe relación significativa entre las estrategias de afrontamiento y estrés académico en estudiantes del primer ciclo de la facultad de enfermería de una universidad Privada, 2019.

Ha: Existe relación significativa entre las estrategias de afrontamiento y estrés académico en estudiantes del primer ciclo de la facultad de enfermería de una Universidad Privada, 2019.

Tabla 9*Relación de las estrategias del afrontamiento y el estrés académico*

		Estrés Académico
Estrategias de afrontamiento	Correlación de Pearson	-,310**
	Sig. (bilateral)	,005
	N	80

En conclusión, se encontró a través del coeficiente de correlación un valor de significancia $p=0.005<0.05$, en consecuencia, se deduce la aceptación de la hipótesis alterna, en ese sentido, existe una relación significativa entre las estrategias de afrontamiento y el estrés académico.

En tanto, la correlación $r=-0.310$ tiene una tendencia indirecta y una intensidad moderada, es decir a menor estrategias de afrontamiento mayor será el estrés académico.

Hipótesis específicas:

Ho: No Existe relación significativa entre las estrategias de afrontamiento cognitivo y el estrés académico en estudiantes del primer ciclo de la facultad de enfermería.

Ha1: Existe relación significativa entre las estrategias de afrontamiento cognitivo y el estrés académico en estudiantes del primer ciclo de la facultad de enfermería.

Tabla 10*Relación de la dimensión cognitivo del afrontamiento y el estrés académico*

		Estrés Académico
Cognitivo	Correlación de Pearson	,155
	Sig. (bilateral)	,170
	N	80

En la conclusión, se percibe que el coeficiente de correlación de Pearson expuso un nivel de significancia de $p > 0.05$, por lo tanto, se acepta la hipótesis nula y se rechaza la hipótesis alterna, en consecuencia, no existe relación entre las dimensiones.

En tanto, el valor de coeficiente $r = 0.155$ considera una correlación directa con tendencia directa positiva y baja.

H₀: No existe relación significativa entre las estrategias de afrontamiento conductual y el estrés académico en estudiantes del primer ciclo de la facultad de enfermería.

H_{a2}: Existe relación significativa entre las estrategias de afrontamiento conductual y el estrés académico en estudiantes del primer ciclo de la facultad de enfermería.

Tabla 11

Relación de la dimensión conductual del afrontamiento y el estrés académico

		Estrés Académico
Conductual	Correlación de Pearson	-,359**
	Sig. (bilateral)	,001
	N	80

La conclusión indica que el nivel de significancia $p = 0.001 < 0.05$, por lo tanto, se rechaza la hipótesis nula y se acepta la hipótesis alterna, en consecuencia, existe relación significativa entre el estrés académico y la dimensión conductual.

Por otro lado, se encontró un coeficiente $r = -0.359$ con tendencia indirecta y correlación moderada.

4.1.3. Discusión de los resultados

Partiendo en los hallazgos encontrados, podemos precisar para la hipótesis general planteada, la aceptación significativa habiendo una relación significativa entre las estrategias de afrontamiento y el estrés académico en estudiantes del primer ciclo de la facultad de enfermería de una universidad privada, 2019 con un valor p (0.005), mientras que en el análisis correlacional con un valor de (-0.310), al respecto, se puede deducir que las variables se vinculan entre sí en la población de universitarios, además, las estrategias de afrontamiento y estrés académico se manifiestan en una categoría alta en los estudiantes de enfermería, y establece dos dimensiones cognitiva y conductual, con un nivel significativo.

En tanto, en investigaciones con datos similares se destaca a Chávez, Ortega y Palacios (2016), quienes precisaron que las estrategias de afrontamiento se asocia a los niveles de estrés académico en los estudiantes, debido a las exigencias que desarrollan en las actividades y tareas académicas, además, se encontró que las estrategias de afrontamiento más utilizados frente al estrés fueron el afrontamiento activo (55.46%), en segundo lugar el centrado en la emoción (30%), resumiendo que las estrategias de afrontamiento y el estrés académico tienen similitudes tanto en el afronte de las actividades, así como en los niveles altos; siendo importante la planificación de actividades correctivas educativas que disminuyan los niveles de estrés en la población de estudiantes. En tanto, Gutiérrez, Julca, Medina (2014) en su investigación también concuerdan con los datos encontrados, al reportar niveles altos el estrés de los estudiantes de enfermería 37.4%, habiendo una capacidad alta de afrontar estrategias ante el estrés los estudiantes; en ese sentido de los datos se recomienda un plan de intervención con el propósito de disminuir el estrés practicando talleres, ejercicios de relajación con la finalidad de disminuir el estrés. Por su parte, Baca (2015), encontró en mujeres un 56% y en varones un 44%, estrés en estudiantes con intensidad alta,

habiendo una relación entre el estrés y la variable afrontamiento; sugiriendo el estudio una capacitación psicológica por parte de la institución universitaria para que conlleve el estrés académico y afronte ciertas estrategias para disminuir el estrés en todos sus aspectos. Asimismo, Guevara y Martínez (2018) en referencia a los resultados encontrados pudo relacionar el estrés con las formas de estrategias frente a situaciones académicas en los estudiantes de enfermería de una Universidad pública. En tanto, De Dios et al. (2017) precisó como datos interesantes que el estrés era la causante de las dificultades en la práctica clínica de enfermería, siendo los estresores determinantes en la formación en el campo. También Barsallo y Moscoso (2015) concuerdan en sus resultados que el estrés es un factor de riesgo para el estudiante universitario, como para afrontar su rendimiento académico.

Asimismo, no se encontró relación significativa entre las estrategias de afrontamiento cognitivo y el estrés académico, contrastando la hipótesis específica con un nivel de significancia mayor a 0.05. En ese sentido, se puede deducir que los estudiantes tienen dificultades para adoptar recursos cognitivos como pensamientos y creencias necesarias para afrontar el estrés académico. Al respecto, los resultados son similares al encontrado en la investigación desarrollada por Chávez, Ortega y Palacios (2016) precisando que los estudiantes tienen menor predominancia en las estrategias basadas en el componente cognitivo que se focalizaba en la evitación hacia un problema de tipo académico, y que repercute en sus actividades y tareas asignadas. En tanto, Baca (2015) concluyó en su investigación que el estrés generaba dificultades cognitivas para afrontar situaciones académicas, además, que elementos básicos y en las necesidades que tiene el estudiante.

Por otro lado, se encontró una relación significativa entre las estrategias de afrontamiento conductual y el estrés académico, aceptándose la hipótesis específica con un valor significativo

esperado. Al respecto, se deduce que los estudiantes del primer ciclo de enfermería adoptan estrategias personales conductuales como la realización de trabajos grupales y participativos de campo para afrontar el estrés en el ámbito académico, siendo las estrategias más utilizadas los estudiantes resulta ser adecuado al afrontamiento realizando una valoración óptima frente a una serie de problemas presentados, esto permite en futuro afrontar con serenidad y facilidad el estrés académico en el estudio universitario. En ese sentido, los resultados concuerdan con los datos encontrados en el estudio realizado por Chávez, Ortega y Palacios (2016), quienes precisaron que las estrategias mayormente utilizadas por los estudiantes sería las conductuales enfocados en el problema y de manera activa. Por su parte, Guano y Berneo (2017) encontró relación significativa del estrés con el afrontamiento conductual en una población de universitarios, considerando que el aspecto personal como la seguridad y confianza eran importantes para enfrentar las situaciones académicas en actividades como exámenes y responsabilidades de las asignaciones que se le exigía. En tanto, la investigación realizada por Silva (2015) concibe al estrés por la falta de motivación conductual hacia el estudiante, considerando que la reducción del problema a través de la utilización de estrategias de afrontamiento viables en la evaluación y práctica académica.

CAPITULO V: CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

5.1 Conclusiones

Primera: En cuanto a las conclusiones a partir de los resultados se encontró una relación significativa entre las variables estrategias de afrontamiento y estrés académico en los estudiantes del primer ciclo de enfermería de una universidad privada. Sobre la base de la contrastación de las hipótesis expuestas ($p=0.005<0.05$; y correlación con tendencia indirecta, intensidad moderada $r=-0.310$)

Segunda: En referencia al análisis específico no se encontró una relación significativa entre la dimensión afrontamiento cognitivo y el estrés académico en la muestra de estudiantes, considerando un valor significativo estadístico de contraste ($p=0.170>0.05$; y correlación con tendencia directa, con intensidad baja $r=0.155$).

Tercera: Por otro lado, los resultados establecieron una relación significativa del componente afrontamiento conductual con el estrés académico de manera significativa en los estudiantes participantes, precisando un nivel de significancia menor al 5% en la prueba de contraste ($p=0.001<0.05$; y una correlación con tendencia indirecta, con intensidad moderada $r=-0.359$).

5.2 Recomendaciones.

Primera: Entregar a las autoridades académicas de la Institución Superior junto a sus responsables la información del estudio para la implementación de actividades intervenidas preventivas y promocionales para concientizar acerca de manejo adecuado de los recursos de afrontamiento personales y técnicas para reducir el estrés académico en la población universitaria del primer ciclo.

Segunda: Se sugiere a los responsables del departamento Psicopedagógico de la institución el desarrollo de talleres grupales con especialistas sobre temáticas relacionadas a la regulación de los pensamientos negativos hacia el estudio, autocontrol mental para hacer frente al estrés, y administración el tiempo en el estudio. Además, contar con un servicio psicológico que identifique a estudiantes con debilidades para adaptarse a la exigencia universitaria.

Tercera: Se recomienda a los responsables académicos de la institución universitaria que planifique la organización de charlas motivacionales dirigidas a preparar conductualmente al estudiante a la vida universitaria y consecuentemente a la utilización de estrategias para afrontar a las actividades académicas, para disminuir el estrés especialmente en los alumnos que desempeña doble función como el estudio y trabajo. Además, se debería realizar investigaciones similares con poblaciones de universitarios de instituciones privadas y públicas para analizar los resultados que brindarían propuestas para una intervención en beneficio de los estudiantes.

REFERENCIAS BIBLIOGRAFICAS

- Alania, R. D., Llancari, R. A., De La Cruz, M. R. y Ortega, D. I. D. (2020). Adaptación del cuestionario de estrés académico SISCO SV al contexto de la crisis por COVID-19. *Socialismo*, 4(2), 111-130. <https://doi.org/10.26490/uncp.sl.2020.4.2.669>
- Álvarez M. (1989). *El estrés: Un enfoque psico neuroendocrino*. Científico Técnica.
- Álvarez, M. C. (2015). *Estrés y técnicas de afrontamiento de estudiantes universitarios en Quito*. (Tesis de maestría, Universidad de Las Américas). Archivo digital. <http://dspace.udla.edu.ec/jspui/bitstream/33000/7273/1/UDLA-EC-TPC-2015-11.pdf>
- Baca, L. (2015). *Estrés técnico de afrontamiento de estudiantes universitarios en Quito*. (Tesis de pregrado, Universidad de Ambato). Archivo digital. <https://repositorio.uta.edu.ec/jspui/handle/123456789/18011>
- Barzallo, J. y Moscoso, C. (2015). *Prevalencia de estrés académico, factores de riesgo y su relación con el rendimiento académico en los estudiantes de la escuela de medicina de la Universidad de Cuenca en el 2015*. (Tesis de pregrado, Universidad de Cuenca). Archivo digital. <http://dspace.ucuenca.edu.ec/bitstream/123456789/23899/1/tesis.pdf>
- Barraza, A. (2006). El estrés académico en alumnos de maestría y sus variables moduladoras: un diseño de diferencia de grupos. *Avances en Psicología Latinoamericana*, 26 (2), 270-289. ISSN1794-4724. <https://revistas.urosario.edu.co/index.php/apl/article/view/67/59>
- Barraza, A. (2007). Un modelo conceptual para el estudio del estrés académico. *Revista Electrónica Psicología Científica.com*. [en red] <http://www.psicologiacientifica.com/bv/psicologia-167-1-cientifica.html>

- Bernal, L. C. (2017). *Humanización en la prestación de servicios de salud de la empresa social del estado de primer nivel de atención "Ese Salud Aquitania" Departamento de Boyacá*. (Monografía, Universidad Santo Tomás). Archivo digital. <http://dx.doi.org/10.15332/tg.esp.2019.00049>
- Braschi, L., De Dios Duarte, M., Varela Montero, I. y Sánchez-Muñoz, E. (2017). Estrés en estudiantes de enfermería. *Educación Médica Superior*, 31(3), 110-123. ISSN 1561-2902. http://scielo.sld.cu/scielo.php?pid=S0864-21412017000300013&script=sci_arttext&tlng=pt
- Cornejo, M. y Lucero, M. (2005). Preocupaciones vitales en estudiantes universitarios relacionados con el bienestar psicológico y modalidades de afrontamiento. *Fundamento de Humanidades*, 6(12), 143-153. ISSN: 1515-4467. Disponible en: <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=18412608>
- Chávez, M. I., Ortega, E. G. y Palacios, M. V. (2016). *Estrategias de afrontamiento frente al estrés académico que utilizan los estudiantes de una académica preuniversitaria de Lima Metropolitana, enero 2016*. (Tesis de pregrado, Universidad Cayetano Heredia). Archivo digital. <https://hdl.handle.net/20.500.12866/100>
- Chávez, G. F. y Amado, R. Y. (2017). *Estrategias de Afrontamiento al Estrés en Estudiantes Universitarios Trabajadores y No Trabajadores de la Universidad Católica de Santa María*. (Tesis de pregrado, Universidad Católica Santa María). Archivo digital. <https://tesis.ucsm.edu.pe/repositorio/handle/UCSM/6408>
- De Dios Duarte, M., Varela, I., Braschi, L. y Sánchez, E. (2017). Estrés en estudiantes de enfermería. *Educación Médica Superior*, 31(3), 110-123.

http://scielo.sld.cu/scielo.php?pid=S0864-21412017000300013&script=sci_arttext&tlng=pt

- Eguía, C. (2018). *Separata de Estadística Aplicada a la Investigación*. UCSUR. No publicado.
- Fernández-Berrocal, P. y Ruiz, D. (2008). La inteligencia emocional en la educación. *Revista Electrónica de Investigación Psicoeducativa*, 6(2), 421-436.
<https://doi.org/10.25115/ejrep.v6i15.1289>
- Garay Fernández, P. Y. (2017). *Calidad de vida y estrés en los estudiantes de la escuela académico profesional de enfermería de la universidad de Huánuco, 2016*. (Tesis de pregrado, Universidad de Huánuco). Archivo digital. <http://repositorio.udh.edu.pe/123456789/745>
- Guano Bermeo, I. V. (2017). *Estrés académico y afrontamiento en estudiantes de medicina de la Universidad Técnica de Ambato* (Tesis de pregrado, Universidad Técnica de Ambato-Facultad de Ciencias de la Salud-Carrera de Psicología Clínica). Archivo digital. <https://repositorio.uta.edu.ec/bitstream/123456789/25493/2/Ivonne%20Vanessa%20Guan%20Bermeo.pdf>
- Guevara, K. I. y Martínez, R. D. C. (2018). *Relación entre el nivel de Estrés y estrategias de Afrontamiento de las Estudiantes de Enfermería en una Universidad Nacional. Lambayeque-2017*. (Tesis de pregrado, Universidad Pedro Ruiz Gallo). Archivo digital. <https://repositorio.unprg.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12893/2004/BC-TES-TMP-859.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Gutiérrez, M. I., Julca, R. P. y Medina, A. S. (2014). *Relación entre el estrés y las estrategias de afrontamiento en los estudiantes de la Escuela Profesional de Enfermería de la Universidad Nacional del Callao, 2014*. (Tesis de pregrado, Universidad Nacional del Callao). Archivo digital.

http://repositorio.unac.edu.pe/bitstream/handle/UNAC/185/MariaIsabel_Tesis_titulo-profesional_2014.pdf?sequence=3&isAllowed=y

Hernández, R. y Mendoza, C. (2018). *Metodología de la investigación: Las rutas cuantitativa, cualitativa y mixta*. (1° ed.). McGraw Hill.

Hungler, P. y Polit, D. (2000). *Investigación científica en ciencias de la salud*. Interamericana.

Kirchner, T., Forns I. y Santacana, M. (2010). *Adaptación española del Inventario de Respuestas de Afrontamiento de R.H. Moos*. Facultad de Psicología. Universidad de Barcelona, TEA.

Lazarus, R. & Folkman, S. (1986). *Estrés y procesos cognitivos*. Martínez Roca.

Lazarus, R. (2000). *Estrés y Emoción. Manejo e implicación en nuestra salud*. Desclee de Brouwer.

Martín, I. (2007). Estrés académico en estudiantes universitarios. *Apuntes de Psicología*, 25 (1), 87-99. ISSN 0213-3334. https://idus.us.es/bitstream/handle/11441/12812/file_1.pdf

Ministerio de Salud (21 de octubre del 2019). *Lineamientos de políticas sectorial en salud mental*. MINSA. <http://bvs.minsa.gob.pe/local/MINSA/4629.pdf>

Moanack, P. M. A., Jiménez, E. P. y Aponte, F. L. (2016). Estrategias de afrontamiento en mujeres víctimas de violencia intrafamiliar. *Cultura educación y sociedad*, 7(2), 105-121. DOI: 10.17981/cultedusoc.07.2.2016.7

Moscoso, M. (1998). Estrés, salud y emociones: Estudio de la ansiedad, cólera y hostilidad. *Revista de Psicología*, 3(3), 1-12.

Omar, A., Paris, L., Uribe Delgado, H., Silva Junior, S. H. A. D. y Souza, M. A. D. (2011). Un modelo explicativo de resiliencia en jóvenes y adolescentes. *Psicología en Estudio*, 16, 269-277. ISSN 1807-0329.

<https://www.scielo.br/j/pe/a/7cgxNkVBV558WkT5Jfpz4Px/?lang=es>

- Omar, A. (2011). *Bienestar subjetivo y perspectivas de futuro como predictores de resiliencia en adolescentes*. En J.M. Moysen (Coord). *El claroscuro de la vida juvenil (5-22)*. Artes Gráficas.
- Organización Mundial de la Salud (3 de julio del 2019). *Salud Mental en adolescentes*. <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/adolescent-mental-health>
- Poch, F. V., Carrasco, M. G., Moreno, Y. G., Cerrato, S. M. y Aznar, F. C. (2015). Los estilos y estrategias de afrontamiento y su relación con el bienestar personal en una muestra de adolescentes. *Anales de Psicología/Annals of Psychology*, 31(1), 226-233. <https://doi.org/10.6018/analesps.31.1.163681>
- Rodríguez, F. M. M. (2018). Estrategias de afrontamiento en una muestra de estudiantes universitarios. *Revista INFAD de Psicología. International Journal of Developmental and Educational Psychology*, 2(1), 289-294. <https://doi.org/10.17060/ijodaep.2018.n1.v2.1228>
- Rosales, J. (2016). *Estrés académico y hábitos de estudio en universitarios de la carrera de psicología de un centro de formación superior privada de LIMA-SUR*. (Tesis de Licenciatura en Psicología, Universidad Autónoma del Perú). Archivo digital. <https://repositorio.autonoma.edu.pe/handle/AUTONOMA/124>
- Selye, H. (1974). *Stress without distress*. JB Lippincott.
- Sicre, E. y Casari, L. (2019). Estrategias de afrontamiento en estudiantes de Psicología. *Revista de Psicología*, 10(20), 61-72. <https://erevistas.uca.edu.ar/index.php/RPSI/article/view/2293/2124>
- Silva-Fhon, J. R. C. S., Ramón-Córdova, S., Vergaray-Villanueva, S., Palacios-Fhon, V. y Partezani-Rodrigues, R. (2015). Percepción del paciente hospitalizado respecto a la

- atención de enfermería en un hospital público. *Enfermería universitaria*, 12(2), 80-87.
<https://doi.org/10.1016/j.reu.2015.04.001>
- Silva-Sánchez, D. C. (2015). Estrés en estudiantes de enfermería: una revisión sistemática. *Revista Ciencia y Cuidado*, 12(1), 119-133. <https://doi.org/10.22463/17949831.332>
- Sobrino, J. (1986). La centralidad del "reino de Dios" en la teología de la liberación. *Revista latinoamericana de teología*, 3, (9), 247-281.
<http://www.redicces.org.sv/jspui/bitstream/10972/1017/1/RLT-1986-009-B.pdf>
- Zaldívar Pérez D. (1986). *Conocimiento y dominio del estrés*. Editorial Científico- Técnica.
- Zavala, E. R. P. (2013). Propiedades psicométricas del inventario de respuestas de afrontamiento— forma adultos en estudiantes de institutos superiores del distrito la esperanza. *Rev. Psicológica*, 3(15), 159. DOI: 10.18050/RevUCV-SCIENTIA

ANEXOS

Anexo 1. Matriz de consistencia

Formulación del Problema	Objetivos	Hipótesis	VARIABLES	Dimensiones	Diseño metodológico
Problema General	Objetivo general:	Hipótesis General	Variable 1		
¿Existe una relación significativa entre las estrategias de afrontamiento y el estrés académico que presentan los estudiantes del primer ciclo de la facultad de enfermería de la universidad privada de Lima 2019?	Determinar la relación de las estrategias de afrontamiento y el estrés académico que presentan los estudiantes del primer ciclo de la facultad de enfermería de la universidad privada de Lima 2019.	Existe relación significativa entre las estrategias de afrontamiento y el estrés académico que presentan los estudiantes del primer ciclo de la facultad de enfermería de la universidad privada de Lima 2019	Estrategias de afrontamiento	1. Cognitivo 2. Conductual	Tipo de Investigación: Aplicada Nivel: Descriptivo Enfoque Cuantitativo Diseño: No experimental, correlacional, de corte transversal. Población y muestra: 80 estudiantes Instrumentos: 1. CRI-A Inventario e Respuestas e Afrontamiento. 2. Inventario SISCO de Estrés Académico de Barraza.
Problema Específicos	Objetivos específicos	Hipótesis Específicas	Variable 2		
¿Existe una relación significativa entre las estrategias de afrontamiento cognitivo y el estrés académico de los estudiantes del primer ciclo de la facultad de enfermería de la universidad privada de Lima 2019?	Establecer la relación de las estrategias de afrontamiento cognitivo y el estrés académico en los estudiantes del primer ciclo de la facultad de enfermería de la universidad privada de Lima 2019.	Existe relación significativa de las estrategias de afrontamiento cognitivo y el estrés académico de los estudiantes del primer ciclo de la facultad de enfermería de la universidad privada de Lima 2019.	Estrés académico	1.Reaccion física.	
¿Existe una relación significativa entre las estrategias de afrontamiento conductual y el estrés académico de los estudiantes del primer ciclo de la facultad de enfermería de la universidad privada de Lima 2019?	Establecer la relación de las estrategias de afrontamiento conductual y el estrés académico de los estudiantes del primer ciclo de la facultad de enfermería de la universidad privada de Lima 2019.	Existen estrategia de afrontamiento conductual y el estrés académico de los estudiantes del primer ciclo de la facultad de enfermería de la universidad privada de Lima 2019.		2.Reaccion psicológica 3.Reaccion comportamental	

Anexo 2. Operacionalización de las variables

Variable	Dimensiones	Indicadores	Escala de medición	Escala valorativa
Estrategias de afrontamiento	3. Cognitivo	Análisis lógico	Nominal	Bajo Medio Alto
		Recolección positivos		
		Evitación cognitiva		
	Aceptación Resignación			
	4. Conductual	Búsqueda de guía y apoyo		
		Solución de problemas		
		Recompensas alternativas		
		Descarga emocional		

Fuente: Elaboración propia

Variable	Dimensiones	Indicadores	Escala de medición	Niveles de rango
Estrés académico	1.Estresores	<ul style="list-style-type: none"> - Competencia - Sobrecarga - Personalidad - Evaluaciones - Tipo de trabajo - Entendimiento. - Participación - Tiempo 	Nominal	Bajo
	2. Reacción física.	<ul style="list-style-type: none"> - Trastorno - Fatiga - Dolores de cabeza - Problemas de digestión - Rascarse - Somnolencia 		Medio
	3.Reaccion psicológica	<ul style="list-style-type: none"> - Inquietud - Depresión y tristeza - Ansiedad y angustia - Problemas de concentración <ul style="list-style-type: none"> - Sentimientos de agresividad - Conflictos - Aislamiento - Desgano - Consumo de alimentos. 		Alto
	4.Reaccion comportamental	<ul style="list-style-type: none"> - Habilidad asertiva - Planificación. - Elogios - Búsqueda de información - Verbalización 		

Fuente: elaboración propia

Anexo 2. Instrumento 1

INVENTARIO SISCO DE ESTRÉS ACADEMICO

Instrucciones: El cuestionario tiene como objetivo central reconocer las características del estrés que suele acompañar a los estudiantes de educación media superior, superior y de postgrado durante sus estudios. La sinceridad con que respondan a los cuestionamientos será de gran utilidad para la investigación. La información que se proporcione será totalmente confidencial y solo se manejarán resultados globales. La respuesta a este cuestionario es voluntaria por lo que usted está en su derecho de contestarlo o no contestarlo.

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

Sí

No

En caso de seleccionar la alternativa “no”, el cuestionario se da por concluido, en caso de seleccionar la alternativa “sí”, 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 preocupación o nerviosismo, donde (1) es poco y (5) mucho.

1	2	3	4	5

3.- En una escala del (1) al (5) donde (1) es nunca, (2) es rara vez, (3) es algunas veces, (4) es casi siempre y (5) es siempre, señala con qué frecuencia te inquietaron las siguientes situaciones:

	(1) Nunca	(2) Rara vez	(3) Algunas veces	(4) Casi siempre	(5) Siempre
La competencia con los compañeros del grupo					
Sobrecarga de tareas y trabajos escolares					
La personalidad y el carácter del profesor					
Las evaluaciones de los profesores (exámenes, ensayos, trabajos de investigación, etc.)					
El tipo de trabajo que te piden los profesores (consultar temas, fichas de trabajo, ensayos, mapas conceptuales, etc.)					
No entender los temas que se abordan en la clase					
Participación en clase (responder a preguntas, exposiciones, etc.)					
Tiempo limitado para hacer el trabajo					
Otra _____ (Especifique)					

4.- En una escala del (1) al (5) donde (1) es nunca, (2) es rara vez, (3) es algunas veces, (4) es casi siempre y (5) es siempre, señala con qué frecuencia tuviste las siguientes reacciones físicas, psicológicas y comportamentales cuando estabas preocupado o nervioso.

Reacciones físicas					
	(1) Nunca	(2) Rara vez	(3) Algunas veces	(4) Casi siempre	(5) Siempre
Trastornos en el sueño (insomnio o pesadillas)					
Fatiga crónica (cansancio permanente)					
Dolores de cabeza o migrañas					
Problemas de digestión, dolor abdominal o diarrea					
Rascarse, morderse las uñas, frotarse, etc.					
Somnolencia o mayor necesidad de dormir					
Reacciones psicológicas					
	(1) Nunca	(2) Rara vez	(3) Algunas veces	(4) Casi siempre	(5) Siempre
Inquietud (incapacidad de relajarse y estar tranquilo)					
Sentimientos de depresión y tristeza (decaído)					
Ansiedad, angustia o desesperación.					
Problemas de concentración					
Sentimiento de agresividad o aumento de irritabilidad					
Reacciones comportamentales					
	(1) Nunca	(2) Rara vez	(3) Algunas veces	(4) Casi siempre	(5) Siempre
Conflictos o tendencia a polemizar o discutir					
Aislamiento de los demás					
Desgano para realizar las labores escolares					
Aumento o reducción del consumo de alimentos					
Otras (especifique)					
	(1) Nunca	(2) Rara vez	(3) Algunas veces	(4) Casi siempre	(5) Siempre

5.- En una escala del (1) al (5) donde (1) es nunca, (2) es rara vez, (3) es algunas veces, (4) es casi siempre y (5) es siempre, señala con qué frecuencia utilizaste las siguientes estrategias para enfrentar la situación que te causaba la preocupación o el nerviosismo.

	(1) Nunca	(2) Rara vez	(3) Algunas veces	(4) Casi siempre	(5) Siempre
Habilidad asertiva (defender nuestras preferencias ideas o sentimientos sin dañar a otros)					
Elaboración de un plan y ejecución de sus tareas					
Elogios a sí mismo					
La religiosidad (oraciones o asistencia a misa)					
Búsqueda de información sobre la situación					
Ventilación y confidencias (verbalización de la situación)					

que preocupa)					
Otra _____ (Especifique)					

Anexo 3. Instrumento 2



Inventario de Respuestas de Afrontamiento

Nombres y Apellidos					
Edad		sexo	V	M	Fecha de evaluación /.../
Institución					

INSTRUCCIONES

Este ejemplar contiene preguntas sobre cómo se enfrenta a los problemas importantes que surgen en su vida. Consta de dos partes. En la PARTE 1 deberá describir el problema más importante o la situación más difícil que haya vivido en los últimos 1 meses.

Lea atentamente cada una de las **48 preguntas** que aparecen a continuación y señale con qué frecuencia actúa de la manera que la pregunta indica para afrontar el problema que ha descrito en la PARTE 1 y marque con una (X) su contestación en el espacio indicado. Observe que las respuestas están ordenadas en filas. Si no desea contestar una pregunta, redondee el número de dicha pregunta para indicar que ha decidido omitirla. Si alguna pregunta no se aplica a su caso escriba NA (No Aplicable) a la derecha del número de la pregunta. Si quiere corregir alguna de sus respuestas, tache bien la primera y redondee la nueva respuesta.

N	U	B	S
NO, NUNCA	UNA O DOS VECES	BASTANTE VECES	SÍ CASI SIEMPRE

1.	¿Pensó en diferentes maneras de resolver el problema?	N	U	B	S
2.	¿Se decía a sí mismo algo para sentirse mejor?	N	U	B	S
3.	¿Habló con su conyugue u otro familiar acerca del problema?	N	U	B	S
4.	¿Decidió una forma de resolver el problema y la aplicó?	N	U	B	S

5.	¿Intentó olvidarlo todo?	N	U	B	S
6.	¿Pensó que el tiempo lo resolvería y que la única cosa que tenía que hacer era esperar?	N	U	B	S
7.	¿Intentó ayudar a otros a resolver un problema similar?	N	U	B	S

8.	¿Descargó su enfado sobre otras personas cuando se sentía triste o enfadado?	N	U	B	S
9.	¿Intentó distanciarse del problema y ser más objetivo?	N	U	B	S
10.	¿Se recordó a sí mismo(a) que las cosas podían ser mucho peores?	N	U	B	S
11.	¿Habló con algún amigo sobre el problema?	N	U	B	S
12.	¿Sabía lo que tenía que hacer y se esforzó para que las cosas funcionaran?	N	U	B	S
13.	¿Intentó no pensar en el problema?	N	U	B	S
14.	¿Se dio cuenta de que no controlaba el problema?	N	U	B	S
15.	¿Empezó a hacer nuevas actividades?	N	U	B	S
16.	¿Se aventuró e hizo algo arriesgado?	N	U	B	S
17.	¿Le dio vueltas en su cabeza sobre lo que tenía que hacer o decir	N	U	B	S
18.	¿Intentó ver el lado positivo de la situación?	N	U	B	S
19.	¿Habló con algún profesional (por ejemplo, doctor, abogado, sacerdote...)?	N	U	B	S
20.	¿Decidió lo que quería y se esforzó en conseguirlo?	N	U	B	S
21.	¿Fantaseó o imaginó mejores tiempos y situaciones que los que estaba viviendo?	N	U	B	S
22.	¿Creyó que el resultado sería decidió por el destino?	N	U	B	S
23.	¿Intentó hacer nuevos amigos?	N	U	B	S
24.	En general, ¿Se mantuvo apartado de la gente?	N	U	B	S
25.	¿Intentó prever cómo podrían cambiar las cosas?	N	U	B	S
26.	¿Pensó que estaba mejor que otras personas con el mismo problema que el suyo?	N	U	B	S
27.	¿Buscó la ayuda de otras personas o grupos con el mismo tipo de problema?	N	U	B	S
28.	¿Intentó resolver el problema al menos de dos formas diferentes?	N	U	B	S
29.	¿Intentó no pensar en la situación, aun sabiendo que tendría que hacerlo en otro momento?	N	U	B	S
30.	¿Aceptó el problema porque no se podía hacer nada para cambiarlo?	N	U	B	S
31.	¿Leyó con más frecuencia como forma de distracción?	N	U	B	S
32.	¿Gritó o chilló para desahogarse?	N	U	B	S
33.	¿Trató de dar algún sentido personal a la situación?	N	U	B	S
34.	¿Intentó decirse a sí mismo que las cosas mejorarían?	N	U	B	S
35.	¿Procuró informarse más sobre la situación?	N	U	B	S
36.	¿Intentó aprender a hacer más cosas por su cuenta?	N	U	B	S
37.	¿Deseó que el problema desapareciera o deseó acabar con él de algún modo?	N	U	B	S
38.	¿Esperó que se resolviera de la peor manera posible?	N	U	B	S
39.	¿Empleó mucho tiempo en actividades de descanso?	N	U	B	S
40.	¿Lloró para manifestar sus sentimientos?	N	U	B	S
41.	¿Intento anticipar las nuevas demandas que le podían pedir?	N	U	B	S
42.	¿Pensó en cómo esta situación podía cambiar su vida a mejor?	N	U	B	S
43.	¿Rezó para guiarse o fortalecerse?	N	U	B	S
44.	¿Se tomó las cosas día a día, paso a paso?	N	U	B	S
45.	¿Intentó negar que el problema era realmente muy serio?	N	U	B	S
46.	¿Perdió la esperanza de que las cosas volvieran a ser como antes?	N	U	B	S
47.	¿Volvió al trabajo, o a otras actividades, para enfrentarse al problema?	N	U	B	S

48.	¿Alguna vez hizo algo que pensó que no funcionaría, pero al menos usted estaba haciendo algo?	N	U	B	S
-----	---	---	---	---	---

Anexo 4. Validación de instrumentos

CARTA DE PRESENTACIÓN

Mgtr/ César Eguía Elias

Presente

Asunto: VALIDACIÓN DE INSTRUMENTOS A TRAVÉS DE JUICIO DE EXPERTO.

Es muy grato comunicarme con usted para expresarle mi saludo y así mismo, hacer de su conocimiento que siendo estudiante del programa de MAESTRIA EN DOCENCIA UNIVERSITARIA requiero validar los instrumentos con los cuales recogeré la información necesaria para desarrollar mi investigación y con la cual optaré el grado de MAESTRO EN DOCENCIA UNIVERSITARIA.

El título nombre de mi proyecto de investigación es: “**ESTRATEGIAS DE AFRONTAMIENTO Y ESTRÉS ACADÉMICO EN ESTUDIANTES DEL PRIMER CICLO DE LA FACULTAD DE ENFERMERÍA DE UNA UNIVERSIDAD PRIVADA 2019**” y siendo imprescindible contar con la aprobación de docentes especializados para aplicar los instrumentos en mención, he considerado conveniente recurrir a Usted, ante su connotada experiencia en temas de **DOCENCIA UNIVERSITARIA**.

El expediente de validación que le hago llegar contiene:

- Carta de presentación.
- Definiciones conceptuales de las variables y dimensiones.
- Matriz de operacionalización de las variables.
- Certificado de validez de contenido de los instrumentos.

Expresándole los sentimientos de respeto y consideración, me despido de Usted, no sin antes agradecer por la atención que dispense a la presente.

Atentamente,



SALOME MIRIAM AQUISE GARCÍA

DNI: 09790561

CERTIFICADO DE VALIDEZ DE CONTENIDO DE LOS INSTRUMENTOS DE ESTRATEGIAS DE AFRONTAMIENTO Y ESTRÉS ACADÉMICO

N°	DIMENSIONES / ítems	Pertinencia		Relevancia		Claridad		Sugerencias
		Si	No	Si	No	Si	No	
Variable 1: ESTRATEGIAS DE AFRONTAMIENTO								
I. Cognitivo								
1.	¿Pensó en diferentes maneras de resolver el problema?	x		x		x		
2.	¿Se decía a sí mismo algo para sentirse mejor?	x		x		x		
3.	¿Habló con su conyugue u otro familiar acerca del problema?	x		x		x		
5.	¿Intentó olvidarlo todo?	x		x		x		
9.	¿Intentó distanciarse del problema y ser más objetivo?	x		x		x		
10.	¿Se recordó a sí mismo(a) que las cosas podían ser mucho peores?	x		x		x		
11.	¿Habló con algún amigo sobre el problema?	x		x		x		
13.	¿Intentó no pensar en el problema?	x		x		x		
17.	¿Le dio vueltas en su cabeza sobre lo que tenía que hacer o decir	x		x		x		
18.	¿Intentó ver el lado positivo de la situación?	x		x		x		
19.	¿Habló con algún profesional (por ejemplo doctor, abogado, sacerdote...)?	x		x		x		
21.	¿Fantaseó o imaginó mejores tiempos y situaciones que los que estaba viviendo?	x		x		x		
25.	¿Intentó prever cómo podrían cambiar las cosas?	x		x		x		
26.	¿Pensó que estaba mejor que otras personas con el mismo problema que el suyo?							
27.	¿Buscó la ayuda de otras personas o grupos con el mismo tipo de problema?							
29.	¿Intentó no pensar en la situación, aun sabiendo que tendría que hacerlo en otro momento?	x		x		x		
33.	¿Trató de dar algún sentido personal a la situación?	x		x		x		
34.	¿Intentó decirse a sí mismo que las cosas mejorarían?	x		x		x		
35.	¿Procuró informarse más sobre la situación?	x		x		x		
37.	¿Deseó que el problema desapareciera o deseó acabar con él de algún modo?	x		x		x		

41.	¿Intento anticipar las nuevas demandas que le podían pedir?	x		x		x		
42.	¿Pensó en cómo esta situación podía cambiar su vida a mejor?	x		x		x		
43.	¿Rezó para guiarse o fortalecerse?	x		x		x		
45.	¿Intentó negar que el problema era realmente muy serio?	x		x		x		
2. Conductual		Si	No	Si	No	Si	No	
4.	¿Decidió una forma de resolver el problema y la aplicó?	x		x		x		
6.	¿Pensó que el tiempo lo resolvería y que la única cosa que tenía que hacer era esperar?	x		x		x		
7.	¿Intentó ayudar a otros a resolver un problema similar?	x		x		x		
8.	¿Descargó su enfado sobre otras personas cuando se sentía triste o enfadado?	x		x		x		
12.	¿Sabía lo que tenía que hacer y se esforzó para que las cosas funcionaran?	x		x		x		
14.	¿Se dio cuenta de que no controlaba el problema?	x		x		x		
15.	¿Empezó a hacer nuevas actividades?	x		x		x		
16.	¿Se aventuró e hizo algo arriesgado?	x		x		x		
22.	¿Creyó que el resultado sería decidido por el destino?	x		x		x		
23.	¿Intentó hacer nuevos amigos?	x		x		x		
24.	En general, ¿Se mantuvo apartado de la gente?	x		x		x		
28.	¿Intentó resolver el problema al menos de dos formas diferentes?	x		x		x		
20.	¿Decidió lo que quería y se esforzó en conseguirlo?	x		x		x		
30.	¿Aceptó el problema porque no se podía hacer nada para cambiarlo?	x		x		x		
31.	¿Leyó con más frecuencia como forma de distracción?	x		x		x		
32.	¿Gritó o chilló para desahogarse?	x		x		x		
36.	¿Intentó aprender a hacer más cosas por su cuenta?	x		x		x		
38.	¿Esperó que se resolviera de la peor manera posible?	x		x		x		
39.	¿Empleó mucho tiempo en actividades de descanso?	x		x		x		
40.	¿Lloró para manifestar sus sentimientos?	x		x		x		
44.	¿Se tomó las cosas día a día, paso a paso?	x		x		x		
46.	¿Perdió la esperanza de que las cosas volvieran a ser como antes?	x		x		x		
47.	¿Volvió al trabajo, o a otras actividades, para enfrentarse al problema?	x		x		x		

48.	¿Alguna vez hizo algo que pensó que no funcionaría, pero al menos usted estaba haciendo algo?	x		x		x		
Variable 2: ESTRÉS ACADÉMICO								
Nº	DIMENSIONES / ítems	Pertinencia		Relevancia		Claridad		Sugerencias
	Reacciones físicas	Si	No	Si	No	Si	No	
01	La competencia con los compañeros del grupo	x		x		x		
02	Sobrecarga de tareas y trabajos escolares	x		x		x		
03	La personalidad y el carácter del profesor	x		x		x		
04	Las evaluaciones de los profesores (exámenes, ensayos, trabajos de investigación, etc.)	x		x		x		
05	El tipo de trabajo que te piden los profesores (consulte temas, fichas de trabajo, ensayos, mapas conceptuales, etc.)	x		x		x		
06	No entender los temas que se abordan en la clase	x		x		x		
07	Participación en clase (responder a preguntas, exposiciones, etc.)	x		x		x		
08	Tiempo limitado para hacer el trabajo	x		x		x		
	Reacciones físicas	Si	No	Si	No	Si	No	
09	Trastornos en el sueño (insomnio o pesadillas)	x		x		x		
10	Fatiga crónica (cansancio permanente)	x		x		x		
11	Dolores de cabeza o migrañas	x		x		x		
12	Problemas de digestión, dolor abdominal o diarrea	x		x		x		
13	Rascarse, morderse las uñas, frotarse, etc.	x		x		x		
14	Somnolencia o mayor necesidad de dormir	x		x		x		
	Reacciones psicológicas	Si	No	Si	No	Si	No	
15	Inquietud (incapacidad de relajarse y estar tranquilo)	x		x		x		
16	Sentimientos de depresión y tristeza (decaído)	x		x		x		
17	Ansiedad, angustia o desesperación.	x		x		x		
18	Problemas de concentración	x		x		x		
19	Sentimiento de agresividad o aumento de irritabilidad	x		x		x		
	Reacciones comportamentales	Si	No	Si	No	Si	No	
20	Conflictos o tendencia a polemizar o discutir	x		x		x		

21	Aislamiento de los demás	x		x		x	
22	Desgano para realizar las labores escolares	x		x		x	
23	Aumento o reducción del consumo de alimentos	x		x		x	
	Estrategias	Si	No	Si	No	Si	No
24	Habilidad asertiva (defender nuestras preferencias ideas o sentimientos sin dañar a otros)	x		x		x	
25	Elaboración de un plan y ejecución de sus tareas	x		x		x	
26	Elogios a sí mismo	x		x		x	
27	La religiosidad (oraciones o asistencia a misa)	x		x		x	
28	Búsqueda de información sobre la situación	x		x		x	
29	Ventilación y confidencias (verbalización de la situación que preocupa)	x		x		x	

Observaciones (precisar si hay suficiencia): Son instrumentos válidos y confiables en diversos estudios.

Opinión de aplicabilidad: Aplicable [X] Aplicable después de corregir [] No aplicable []

Apellidos y nombres del juez validador. Dr/ Mg: César Eguía Elias

DNI: 07512106

Especialidad del validador: Psicólogo Catedrático Metodólogo

1 Pertinencia: El ítem corresponde al concepto teórico formulado.

2 Relevancia: El ítem es apropiado para representar al componente o dimensión específica del constructo

3 Claridad: Se entiende sin dificultad alguna el enunciado del ítem, es conciso, exacto y directo

Nota: Suficiencia, se dice suficiencia cuando los ítems planteados son suficientes para medir la dimensión

25 de agosto del 2019.

Firma del Experto Informante.

CARTA DE PRESENTACIÓN

Dr. Carlos Miranda López

Presente

Asunto: VALIDACIÓN DE INSTRUMENTOS A TRAVÉS DE JUICIO DE EXPERTO.

Es muy grato comunicarme con usted para expresarle mi saludo y así mismo, hacer de su conocimiento que siendo estudiante del programa de MAESTRIA EN DOCENCIA UNIVERSITARIA requiero validar los instrumentos con los cuales recogeré la información necesaria para desarrollar mi investigación y con la cual optaré el grado de MAESTRO EN DOCENCIA UNIVERSITARIA.

El título nombre de mi proyecto de investigación es: **"ESTRATEGIAS DE AFRONTAMIENTO Y ESTRÉS ACADÉMICO EN ESTUDIANTES DEL PRIMER CICLO DE LA FACULTAD DE ENFERMERÍA DE UNA UNIVERSIDAD PRIVADA 2019"** y siendo imprescindible contar con la aprobación de docentes especializados para aplicar los instrumentos en mención, he considerado conveniente recurrir a Usted, ante su connotada experiencia en temas de **DOCENCIA UNIVERSITARIA**.

El expediente de validación que le hago llegar contiene:

- Carta de presentación.
- Definiciones conceptuales de las variables y dimensiones.
- Matriz de operacionalización de las variables.
- Certificado de validez de contenido de los instrumentos.

Expresándole los sentimientos de respeto y consideración, me despido de Usted, no sin antes agradecer por la atención que dispense a la presente.
Atentamente,



SALOME MIRIAM AQUISE GARCÍA

DNI: 09790561

21	Aislamiento de los demás	x		x		x	
22	Desgano para realizar las labores escolares	x		x		x	
23	Aumento o reducción del consumo de alimentos	x		x		x	
	Estrategias	Si	No	Si	No	Si	No
24	Habilidad asertiva (defender nuestras preferencias ideas o sentimientos sin dañar a otros)	x		x		x	
25	Elaboración de un plan y ejecución de sus tareas	x		x		x	
26	Elogios a sí mismo	x		x		x	
27	La religiosidad (oraciones o asistencia a misa)	x		x		x	
28	Búsqueda de información sobre la situación	x		x		x	
29	Ventilación y confidencias (verbalización de la situación que preocupa)	x		x		x	

Observaciones (precisar si hay suficiencia):

Opinión de aplicabilidad: Aplicable [X] Aplicable después de corregir [] No aplicable []

Apellidos y nombres del juez validador. Dr. Carlos Miranda López DNI: 07563425

Especialidad del validador: Psicólogo Catedrático Metodólogo

1 Pertinencia: El ítem corresponde al concepto teórico formulado.

2 Relevancia: El ítem es apropiado para representar al componente o dimensión específica del constructo

3 Claridad: Se entiende sin dificultad alguna el enunciado del ítem, es conciso, exacto y directo

Nota: Suficiencia, se dice suficiencia cuando los ítems planteados son suficientes para medir la dimensión

25 de agosto del 2019.



Firma del Experto Informante.

CARTA DE PRESENTACIÓN

Dr. Freddy Roberpierre Jaimes Alvarez

Presente

Asunto: VALIDACIÓN DE INSTRUMENTOS A TRAVÉS DE JUICIO DE EXPERTO.

Es muy grato comunicarme con usted para expresarle mi saludo y así mismo, hacer de su conocimiento que siendo estudiante del programa de MAESTRIA EN DOCENCIA UNIVERSITARIA requiero validar los instrumentos con los cuales recogeré la información necesaria para desarrollar mi investigación y con la cual optaré el grado de MAESTRO EN DOCENCIA UNIVERSITARIA.

El título nombre de mi proyecto de investigación es: **"ESTRATEGIAS DE AFRONTAMIENTO Y ESTRÉS ACADÉMICO EN ESTUDIANTES DEL PRIMER CICLO DE LA FACULTAD DE ENFERMERÍA DE UNA UNIVERSIDAD PRIVADA 2019"** y siendo imprescindible contar con la aprobación de docentes especializados para aplicar los instrumentos en mención, he considerado conveniente recurrir a Usted, ante su connotada experiencia en temas de **DOCENCIA UNIVERSITARIA**.

El expediente de validación que le hago llegar contiene:

- Carta de presentación.
- Definiciones conceptuales de las variables y dimensiones.
- Matriz de operacionalización de las variables.
- Certificado de validez de contenido de los instrumentos.

Expresándole los sentimientos de respeto y consideración, me despido de Usted, no sin antes agradecer por la atención que dispense a la presente.
Atentamente,



SALOME MIRIAM AQUISE GARCÍA
DNI: 09790561

21	Aislamiento de los demás	x		x		x	
22	Desgano para realizar las labores escolares	x		x		x	
23	Aumento o reducción del consumo de alimentos	x		x		x	
	Estrategias	Si	No	Si	No	Si	No
24	Habilidad asertiva (defender nuestras preferencias ideas o sentimientos sin dañar a otros)	x		x		x	
25	Elaboración de un plan y ejecución de sus tareas	x		x		x	
26	Elogios a sí mismo	x		x		x	
27	La religiosidad (oraciones o asistencia a misa)	x		x		x	
28	Búsqueda de información sobre la situación	x		x		x	
29	Ventilación y confidencias (verbalización de la situación que preocupa)	x		x		x	

Observaciones (precisar si hay suficiencia): Están entendible los enunciados de las dos pruebas.

Opinión de aplicabilidad: Aplicable | Aplicable después de corregir | No aplicable |

Apellidos y nombres del juez validador. Dr. Freddy Roberpierre Jaimes Alvarez

DNI: 9887233

Especialidad del validador: Psicólogo Catedrático Especialista en investigación

1 Pertinencia: El ítem corresponde al concepto teórico formulado.

2 Relevancia: El ítem es apropiado para representar al componente o dimensión específica del constructo

3 Claridad: Se entiende sin dificultad alguna el enunciado del ítem, es conciso, exacto y directo

Nota: Suficiencia, se dice suficiencia cuando los ítems planteados son suficientes para medir la dimensión

25 de agosto del 2019.



Firma del Experto Informante.

CARTA DE PRESENTACIÓN

Mg. Seberina Sánchez Castillo

Presente

Asunto: VALIDACIÓN DE INSTRUMENTOS A TRAVÉS DE JUICIO DE EXPERTO.

Es muy grato comunicarme con usted para expresarle mi saludo y así mismo, hacer de su conocimiento que siendo estudiante del programa de MAESTRIA EN DOCENCIA UNIVERSITARIA requiero validar los instrumentos con los cuales recogeré la información necesaria para desarrollar mi investigación y con la cual optaré el grado de MAESTRO EN DOCENCIA UNIVERSITARIA.

El título nombre de mi proyecto de investigación es: **"ESTRATEGIAS DE AFRONTAMIENTO Y ESTRÉS ACADÉMICO EN ESTUDIANTES DEL PRIMER CICLO DE LA FACULTAD DE ENFERMERÍA DE UNA UNIVERSIDAD PRIVADA 2019"** y siendo imprescindible contar con la aprobación de docentes especializados para aplicar los instrumentos en mención, he considerado conveniente recurrir a Usted, ante su connotada experiencia en temas de **DOCENCIA UNIVERSITARIA**.

El expediente de validación que le hago llegar contiene:

- Carta de presentación.
- Definiciones conceptuales de las variables y dimensiones.
- Matriz de operacionalización de las variables.
- Certificado de validez de contenido de los instrumentos.

Expresándole los sentimientos de respeto y consideración, me despido de Usted, no sin antes agradecer por la atención que dispense a la presente.
Atentamente,



SALOME MIRIAM AQUISE GARCÍA

DNI: 09790561

21	Aislamiento de los demás	x		x		x	
22	Desgano para realizar las labores escolares	x		x		x	
23	Aumento o reducción del consumo de alimentos	x		x		x	
	Estrategias	Si	No	Si	No	Si	No
24	Habilidad asertiva (defender nuestras preferencias ideas o sentimientos sin dañar a otros)	x		x		x	
25	Elaboración de un plan y ejecución de sus tareas	x		x		x	
26	Elogios a sí mismo	x		x		x	
27	La religiosidad (oraciones o asistencia a misa)	x		x		x	
28	Búsqueda de información sobre la situación	x		x		x	
29	Ventilación y confidencias (verbalización de la situación que preocupa)	x		x		x	

Observaciones (precisar si hay suficiencia):

Opinión de aplicabilidad: **Aplicable [X]** **Aplicable después de corregir []** **No aplicable []**

Apellidos y nombres del juez validador. Mg. Seberina Sánchez Castillo

DNI: 10295487

Especialidad del validador: Enfermera

1 Pertinencia: El ítem corresponde al concepto teórico formulado.

2 Relevancia: El ítem es apropiado para representar al componente o dimensión específica del constructo

3 Claridad: Se entiende sin dificultad alguna el enunciado del ítem, es conciso, exacto y directo

Nota: Suficiencia, se dice suficiencia cuando los ítems planteados son suficientes para medir la dimensión

25 de agosto del 2019.



Seberina Sánchez Castillo
Lic. en Psicología
Firma del Experto Informante.

CARTA DE PRESENTACIÓN

Dr. Carlos Ramón Ponce Díaz

Presente

Asunto: VALIDACIÓN DE INSTRUMENTOS A TRAVÉS DE JUICIO DE EXPERTO.

Es muy grato comunicarme con usted para expresarle mi saludo y así mismo, hacer de su conocimiento que siendo estudiante del programa de MAESTRIA EN DOCENCIA UNIVERSITARIA requiero validar los instrumentos con los cuales recogeré la información necesaria para desarrollar mi investigación y con la cual optaré el grado de MAESTRO EN DOCENCIA UNIVERSITARIA.

El título nombre de mi proyecto de investigación es: **"ESTRATEGIAS DE AFRONTAMIENTO Y ESTRÉS ACADÉMICO EN ESTUDIANTES DEL PRIMER CICLO DE LA FACULTAD DE ENFERMERÍA DE UNA UNIVERSIDAD PRIVADA 2019"** y siendo imprescindible contar con la aprobación de docentes especializados para aplicar los instrumentos en mención, he considerado conveniente recurrir a Usted, ante su connotada experiencia en temas de **DOCENCIA UNIVERSITARIA**.

El expediente de validación que le hago llegar contiene:

- Carta de presentación.
- Definiciones conceptuales de las variables y dimensiones.
- Matriz de operacionalización de las variables.
- Certificado de validez de contenido de los instrumentos.

Expresándole los sentimientos de respeto y consideración, me despido de Usted, no sin antes agradecer por la atención que dispense a la presente.
Atentamente,



SALOME MIRIAM AQUISE GARCÍA

DNI: 09790561

21	Aislamiento de los demás	x		x		x	
22	Desgano para realizar las labores escolares	x		x		x	
23	Aumento o reducción del consumo de alimentos	x		x		x	
	Estrategias	Si	No	Si	No	Si	No
24	Habilidad asertiva (defender nuestras preferencias ideas o sentimientos sin dañar a otros)	x		x		x	
25	Elaboración de un plan y ejecución de sus tareas	x		x		x	
26	Elogios a sí mismo	x		x		x	
27	La religiosidad (oraciones o asistencia a misa)	x		x		x	
28	Búsqueda de información sobre la situación	x		x		x	
29	Ventilación y confidencias (verbalización de la situación que preocupa)	x		x		x	

Observaciones (precisar si hay suficiencia): Sus ítems son comprensibles.

Opinión de aplicabilidad: **Aplicable** [X] **Aplicable después de corregir** [] **No aplicable** []

Apellidos y nombres del juez validador. Dr. Carlos Ramón Ponce Díaz DNI: 7827740

Especialidad del validador: Psicólogo Catedrático Especialista en investigación

1 Pertinencia: El ítem corresponde al concepto teórico formulado.

2 Relevancia: El ítem es apropiado para representar al componente o dimensión específica del constructo

3 Claridad: Se entiende sin dificultad alguna el enunciado del ítem, es conciso, exacto y directo

Nota: Suficiencia, se dice suficiencia cuando los ítems planteados son suficientes para medir la dimensión

25 de agosto del 2019.

Firma del Experto Informante.

ESTRATEGIAS DE
AFRONTAMIENTO Y ESTRÉS
ACADÉMICO EN ESTUDIANTES
DEL PRIMER CICLO DE LA
FACULTAD DE ENFERMERÍA DE
UNA UNIVERSIDAD PRIVADA
2019

por Salomé Aquisé García

Fecha de entrega: 05-nov-2021 04:37a.m. (UTC-0500)

Identificador de la entrega: 1693770694

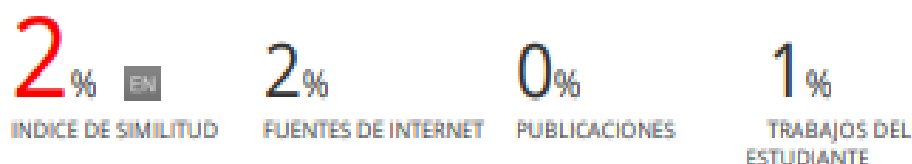
Nombre del archivo: --Tesis_SALOM_04_de_noviembre_2021_-----docx (1.1M)

Total de palabras: 11977

Total de caracteres: 69103

ESTRATEGIAS DE AFRONTAMIENTO Y ESTRÉS ACADÉMICO EN ESTUDIANTES DEL PRIMER CICLO DE LA FACULTAD DE ENFERMERÍA DE UNA UNIVERSIDAD PRIVADA 2019

INFORME DE ORIGINALIDAD



FUENTES PRIMARIAS

1	Submitted to National University College - Online	<1 %
	Trabajo del estudiante	
2	Submitted to De La Salle University	<1 %
	Trabajo del estudiante	
3	eprints.umm.ac.id	<1 %
	Fuente de Internet	
4	lane.stanford.edu	<1 %
	Fuente de Internet	
5	dspace.ucuenca.edu.ec	<1 %
	Fuente de Internet	
6	repositorio.ucam.edu	<1 %
	Fuente de Internet	
7	repository.usu.ac.id	<1 %
	Fuente de Internet	
8	ijisrt.com	<1 %
	Fuente de Internet	