



Universidad
Norbert Wiener

FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
ESCUELA ACADÉMICO PROFESIONAL DE
PSICOLOGÍA

Tesis

Resiliencia y estrés académico en estudiantes de la escuela de
administración de la Universidad Andina de Cusco - filial Sicuani, 2022

Para optar el título profesional de Licenciada en Psicología con mención en Psicología
Clínica

Presentado por:

Autora:

Aquino Cervantes, Yanet Udi

CODIGO ORCID: 0000-0002-8128-3182

Asesor:

DR. REYES CALLAHUACHO, DAVID TITO

Código ORCID


0000-0001-7424-9261

Línea de investigación

Salud y bienestar

LIMA – PERÚ

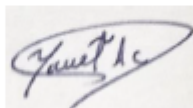
2023

 Universidad Norbert Wiener	DECLARACIÓN JURADA DE AUTORIA Y DE ORIGINALIDAD DEL TRABAJO DE INVESTIGACIÓN		
	CÓDIGO: UPNW-GRA-FOR-033	VERSIÓN: 01 REVISIÓN: 01	FECHA: 08/11/2022

Yo, AQUINO CERVANTES, Yanet Udi egresado de la Facultad de Ciencias de la salud y Escuela Académica Profesional de Psicología de la Universidad privada Norbert Wiener declaro que el trabajo académico "Resiliencia y estrés académico en estudiantes de la escuela de administración de la Universidad Andina de Cusco - filial Sicuani, 2022". Asesorado por el docente: Dr. Reyes Callahuacho, David Tito DNI 08130324 ORCID: 0000-0001-7424-9261 tiene un índice de similitud de (17) (diecisiete) % con código oid: 14912:229018855 verificable en el reporte de originalidad del software Turnitin.

Así mismo:

1. Se ha mencionado todas las fuentes utilizadas, identificando correctamente las citas textuales o paráfrasis provenientes de otras fuentes.
2. No he utilizado ninguna otra fuente distinta de aquella señalada en el trabajo.
3. Se autoriza que el trabajo puede ser revisado en búsqueda de plagios.
4. El porcentaje señalado es el mismo que arrojó al momento de indexar, grabar o hacer el depósito en el turnitin de la universidad y,
5. Asumimos la responsabilidad que corresponda ante cualquier falsedad, ocultamiento u omisión en la información aportada, por lo cual nos sometemos a lo dispuesto en las normas del reglamento vigente de la universidad.



.....
 Firma de autor 1
 Aquino Cervantes, Yanet Udi
 DNI: 41076154



.....
 Firma
 Reyes Callahuacho, David Tito
 DNI: 08130324

Lima, 19 de setiembre de 2023

Dedicatoria

Dedico este trabajo a mis padres que en paz descansan, por el cariño abnegado y el apoyo espiritual que siempre me brindaron. Mi madre, Bertha, quien siempre creyó en mí, aún en los momentos más duros y mi padre, Alfredo, quien

siempre demostró sentirse orgulloso de mí, aun cuando me sentía perdida.

Agradecimiento

Doy gracias a Dios, a mi familia y a mis tutores quienes me brindaron fuerza, amor y

conocimientos, sin los cuales no podría haber continuado esta lucha por alcanzar mis metas. Así mismo agradezco a Gonzalo por su apoyo sincero durante todo el proceso de este camino.

INDICE GENERAL

CAPÍTULO I: EL PROBLEMA	12
1.1. Planteamiento del problema	12
1.2. Formulación del problema	15
1.2.1. Problema general	15
1.2.2. Problemas específicos	15
1.3. Objetivos de la investigación	16
1.3.1. Objetivo general	16
1.3.2. Objetivos específicos	16
1.4. Justificación	17
1.4.1. Teórica	17
1.4.2. Metodológica	17
1.4.3. Práctica	18
1.5. Limitaciones de la investigación	18
CAPÍTULO II: MARCO TEÓRICO	20
2.1. Antecedentes de la investigación	20
2.2. Bases teóricas	25

2.2.1. Resiliencia	25
2.2.2. Estrés académico	30
2.3. Formulación de hipótesis	35
2.3.1. Hipótesis general	35
2.3.2. Hipótesis específicas	36
CAPÍTULO III: METODOLOGÍA	37
3.1. Método de investigación	37
3.2. Enfoque de la investigación	37
3.3. Tipo de investigación	37
3.4. Diseño de investigación	38
3.5. Población, muestra y muestreo	38
3.6. Variables y operacionalización	41
3.6.1 Definición conceptual	41
3.6.2 Definición operacional	41
3.6.3. Matriz operacional de las variables	43
3.7. Técnicas e instrumentos de recolección de datos	45
3.7.1. Técnica	45
3.7.2. Descripción	45
3.7.3. Validación	48
3.7.4. Confiabilidad	49
3.8. Procesamiento y análisis de datos	50
3.9. Aspectos éticos	52
CAPÍTULO IV: PRESENTACIÓN Y DISCUSIÓN DE LOS RESULTADOS	53
4.1. Análisis descriptivo de resultados	53
4.2. Prueba de hipótesis	56
4.3. Discusión de resultados	60

CAPÍTULO V: CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES	65
5.1. Conclusiones	65
5.2. Recomendaciones	66

INDICE DE TABLAS

Tabla 1: Población de estudiantes de la EA. de la UAC - Filial Sicuani.	39
Tabla 2: Muestra de estudiantes de la EA de la UAC - Filial Sicuani.	40
Tabla 3: Matriz operacional de la variable resiliencia	43
Tabla 4: Matriz operacional de la variable estrés académico	44
Tabla 5: Edad en estudiantes de la EA de la UAC - filial Sicuani	53
Tabla 6: Sexo en estudiantes de la EA de la UAC - filial Sicuani	53
Tabla 7: Estresores en estudiantes de la EA de la UAC - filial Sicuani	54
Tabla 8: Síntomas en estudiantes de la EA de la UAC - filial Sicuani	54
Tabla 9: Estrategias de afrontamiento en estudiantes de la EA de la UAC - filial Sicuani	55
Tabla 10: Estrés académico en estudiantes de la EA de la UAC - filial Sicuani	55
Tabla 11: Resiliencia en estudiantes de la EA de la UAC - filial Sicuani	56
Tabla 12: Prueba de normalidad	56
Tabla 13: Correlación entre resiliencia y estrés académico	57
Tabla 14: Correlación entre resiliencia y estresores académicos	58
Tabla 15: Correlación entre resiliencia y síntomas de estrés académico	59

RESUMEN

La investigación tuvo como objetivo determinar la relación que existe entre resiliencia y estrés académico en estudiantes de la Escuela de Administración de la Universidad Andina de Cusco - Filial Sicuani, 2022. El estudio fue de enfoque cuantitativo, tipo básico, nivel correlacional, diseño no experimental y transversal; se realizó con una muestra de 169 estudiantes a quienes se les aplicó la escala de Resiliencia y el Inventario SISCO del Estrés Académico; así mismo, se efectuó al análisis estadístico de los datos con el coeficiente de correlación de Spearman. Los resultados mostraron que la resiliencia no correlaciona significativamente ($p = 0.195 > 0.05$) con el estrés académico en estudiantes de la Escuela de Administración de la Universidad Andina de Cusco - Filial Sicuani, 2022. Por lo tanto, la presencia de resiliencia en los estudiantes no se vinculará con los niveles de estrés académico que puedan presentar; sin embargo, en base a diferentes estudios se considera esta variable como elemento importante de adecuación a un periodo de estudios de alta demanda, tal y como lo es el nivel universitario.

Palabras Clave: Resiliencia, estrés académico, estudiantes, universidad.

ABSTRACT

The objective of the research was to determine the relationship between resilience and academic stress in students of the School of Administration of the Andean University of Cusco - Sicuani Branch, 2022. The study had a quantitative approach, basic type, correlational level, non-experimental design. and transverse; it was carried out with a sample of 169 students to whom the Resilience scale and the SISCO Inventory of Academic Stress were applied; Likewise, the statistical analysis of the data was carried out with the Spearman correlation coefficient. The results showed that resilience does not correlate significantly ($p = 0.195 > 0.05$) with academic stress in students of the School of Administration of the Universidad Andina de Cusco - Filial Sicuani, 2022. Therefore, the presence of resilience in students it will not be linked to the levels of academic stress that they may present; however, based on different studies, this variable is considered an important element of adaptation to a high-demand study period such as university.

Keywords: Resilience, academic stress, students, university.

INTRODUCCIÓN

La presente investigación desarrolla el tema de Resiliencia y Estrés Académico en los estudiantes de una Universidad Privada de Cusco. La resiliencia es la capacidad de adaptación que tiene un individuo frente a circunstancias difíciles, por otro lado, el estrés académico es un proceso interno que genera diferentes alteraciones en el individuo y que se da a consecuencia de demandas académicas consideraras como estresores. La elaboración de este trabajo pretende determinar la relación que puede haber entre la resiliencia de un estudiante y el estrés académico que este pueda presentar.

En la actualidad existen diversos estudios realizados sobre Resiliencia y Estrés Académico, los cuales se encuentran de forma detallada en la sección de antecedentes, dentro de los estudios internacionales se tiene que en Colombia, Corea, México y España se encontró relación entre la resiliencia y el estrés académicos que presentaban los estudiantes de universidades públicas y privadas, pero también se hallaron estudios donde no existía una relación significativa como en el caso de una universidad de España. A nivel nacional, dentro de los estudios realizados en Perú en esta temática de investigación, se tiene que en Lima, Huancayo, Ica y Lima Norte se encontró relación entre la resiliencia y el estrés académicos que mostraban los alumnos de universidades públicas y privadas, sin embargo, también se

hallaron investigaciones donde no existía una relación determinativa como en el caso de una universidad de Huancayo.

La motivación que permitió el desarrollo de este estudio se trasluce a partir de los criterios prácticos de la investigación, ya que permite analizar el nivel de resiliencia presente en los estudiantes y cómo esta puede relacionarse con niveles altos o bajos de estrés académico durante la etapa universitaria. Por ende, la importancia de esta investigación radica en el aumento del conocimiento científico que permitirá un mayor análisis del tema de investigación.

El presente trabajo tiene como objetivo principal estudiar la relación que existe entre resiliencia y estrés académico en estudiantes de la Escuela de Administración de la Universidad Andina de Cusco - Filial Sicuani, 2022. La hipótesis se orienta a determinar que existe relación significativa entre la resiliencia y el estrés académico, mediante el uso de una metodología de enfoque cuantitativo, de tipo básico correlacional y de diseño no experimental de corte transversal.

El desarrollo de esta investigación se halla dividido en cinco capítulos: en el Capítulo I se detalla el Problema de investigación, en el Capítulo II se desarrolla el Marco teórico, en el Capítulo III se especifica la metodología utilizada, en el Capítulo IV se presenta los Resultados y la Discusión de los mismos, en el Capítulo V se detalla las Conclusiones y Recomendaciones propuestas y finalmente en la sección de Anexo se adjuntan los documentos que sustentan el estudio realizado.

CAPÍTULO I: EL PROBLEMA

1.1. Planteamiento del problema

La vida académica universitaria es una etapa de aprendizaje superior que comprende diferentes niveles de exigencia conforme se va avanzando los ciclos de estudio; tiene la finalidad de desarrollar capacidades para ejercer una profesión de éxito y de ese modo contribuir al desarrollo de la sociedad. En ese escenario, la ausencia o presencia mínima de estrés en los estudiantes permite una enseñanza adecuada y exitosa; por otro lado, desarrollan en ellos todas sus capacidades intelectuales y personales de forma apropiada; es decir, a nivel individual y a nivel social, el estudiante universitario con niveles mínimos o nulos de estrés académico tendrá un mejor desarrollo personal y académico, además de un superior desempeño profesional.

Los estudiantes en etapa universitaria, muestran diferentes niveles de capacidad para adaptarse a las circunstancias adversas, tales como trabajos académicos, investigaciones, exámenes y otros; pero si esta adaptación no es adecuada, podría alterarse su estado físico y psicológico que puede devenir en estrés académico; el cual es definido por Barraza (2007), como un proceso sistémico de carácter adaptativo y esencialmente psicológico, que se presenta de manera descriptiva en tres momentos: el primero, cuando el alumno es sometido a demandas abrumadoras; el segundo, cuando los estresores lo desequilibran; y el tercero, cuando se intentan acciones para restaurar el equilibrio; por ello, se puede decir que el ingreso a una universidad involucra un etapa de tensión que se da al cambiarse la forma en la que se debe asumir el aprendizaje (Escobar et al., 2018) y la prolongada continuación de esta presión sobre el estudiante sería la causante de un desajuste a nivel sistémico (Silva et al., 2020).

El problema de estrés académico ha sido estudiado por diversos investigadores. A nivel internacional se tiene a Ortega (2021), quien en una investigación realizada en Ecuador, encontró que el 51,43% de los estudiantes se ubican en un nivel de estrés académico elevado y el 39,05% presenta un nivel medio, afectándose sus funciones cognitivas básicas como lo son la memoria, atención, percepción y sensación, teniendo falencias como distraerse con facilidad frente a estímulos visuales, sentirse nerviosos, considerar que los problemas familiares como sociales afectan su atención, dificultad para lograr recordar información al momento que se les pide o recordar temas que se han visto en clases anteriores; por otro lado, Silva et al. (2020), en su investigación realizada en una universidad pública en el sureste de México, halló que el 86.3% de los estudiantes presentan un nivel de estrés académico moderado, hecho que los expuso a la generación de síntomas que afectaron su vida académica, tales como dolores de cabeza, problemas de concentración, sentimientos de depresión, inquietud, así como desgano para realizar labores escolares y aumento o reducción del consumo de alimentos. Del mismo modo, a nivel nacional, Estrada et al. (2021), en una investigación realizada en una universidad pública en Perú, demostró que el 47.1% de los estudiantes se sitúan en un nivel de estrés académico alto y el 37,8% presenta un nivel moderado, realidad que los afecta produciendo síntomas notorios, dentro de los cuales se tiene una serie de reacciones físicas tales como dolores de cabeza, trastornos del sueño o cansancio permanente; reacciones psicológicas tales como depresión, preocupación, ansiedad o irritabilidad; y reacciones comportamentales tales como aislamiento, desórdenes alimenticios o conflictividad; así mismo dichas reacciones afectarían el desempeño y calidad de vida de los estudiantes; También, Albán (2018), en su investigación realizada en una universidad privada de Perú, evidenció que el 42.5% de los estudiantes muestran un nivel de estrés académico elevado y el 19.8% presenta un nivel medio, situación que despliega una serie de síntomas que perturban la vida estudiantil, tales

como dolores de cabeza, somnolencia, fatiga, inquietud, problemas de concentración, ansiedad, aumento o reducción del consumo de alimentos y desgano para realizar labores escolares.

En la actualidad se ha observado que en una universidad privada de Cusco, los estudiantes se hallan estresados en el ámbito estudiantil, considerando ellos que las exigencias académicas, los problemas personales, entre otros factores, son los que los afectan. De esa forma se observa a los estudiantes universitarios constantemente cansados, distraídos, con dificultad para recordar información, sensibles ante los demás, ansiosos, irritables, conflictivos o deprimidos; reacciones destacadas en un nivel tal que afectan su desempeño académico, produciendo falencias como la presentación de trabajos a destiempo, reprobación de exámenes y disminución de aprendizaje.

Esto puede deberse a la presencia de factores académicos desfavorables, problemas personales, hábitos de estudios negativos o bajos niveles de resiliencia entre otros. Factores académicos desfavorables porque la universidad puede presentar sobrecarga de trabajos académicos, elevada exigencia en las evaluaciones o inadecuada metodología de enseñanza; problemas personales porque puede haber presencia de enfermedad, inconvenientes familiares, dilemas de pareja o dificultades económicas en la vida del estudiante; hábitos de estudios negativos porque el conjunto de rutinas utilizadas por los estudiantes en las escuelas para aprender muchas veces son ineficaces en un nivel universitario; o bajos niveles de resiliencia porque la transición de la etapa escolar a la universitaria implica mayores exigencias y por lo tanto se requiere de una capacidad superior para hacer frente a las dificultades y sobreponerse a ellas, siendo este último una de las variables relacionadas más destacada en diferentes ámbitos. La resiliencia, es definida como la capacidad que posee una persona para continuar desarrollándose a nivel psicológico adecuadamente y seguir proyectándose en el futuro a pesar de condiciones de vida difíciles y acontecimientos

desestabilizadores; así mismo se refiere a fortalezas que desarrolla una persona para preservarse y recuperarse rápidamente ante daños que le puedan ocurrir (Teja, 2018).

De continuar con el problema los estudiantes podrían presentar consecuencias negativas en su formación educativa y personal, como: deficiencias en el aprendizaje, conflictos interpersonales con los compañeros y profesores, deserción de la carrera de estudio, e inclusive afectaciones mentales como la depresión y en casos extremos el suicidio. A su vez los estudiantes que logran realizar prácticas serían profesionales poco competentes para poder ejercer su carrera de forma satisfactoria. Por otro lado, la entidad educativa podría padecer un grave menoscabo de su imagen institucional al disminuir los niveles de excelencia en los estudiantes de la universidad.

Con el presente estudio se pretende mejorar la formación educativa y personal del estudiante en etapa universitaria; y de ese modo lograr que el desarrollo educativo del estudiante sea superior. Por ello se busca contribuir al crecimiento del conocimiento teórico de esta problemática, que servirá de base para futuras investigaciones y búsqueda de posibles soluciones.

1.2. Formulación del problema

1.2.1. Problema general

¿Cuál es la relación entre resiliencia y estrés académico en estudiantes de la Escuela de Administración de la Universidad Andina de Cusco - Filial Sicuani, 2022?

1.2.2. Problemas específicos

- ¿Cuál es la relación entre resiliencia y estresores académicos en estudiantes de la Escuela de Administración de la Universidad Andina de Cusco - Filial Sicuani, 2022?

- ¿Cuál es la relación entre resiliencia y síntomas de estrés académico en estudiantes de la Escuela de Administración de la Universidad Andina de Cusco - Filial Sicuani, 2022?
- ¿Cuál es la relación entre resiliencia y estrategias de afrontamiento de estrés académico en estudiantes de la Escuela de Administración de la Universidad Andina de Cusco - Filial Sicuani, 2022?

1.3. Objetivos de la investigación

1.3.1. Objetivo general

Determinar la relación que existe entre resiliencia y estrés académico en estudiantes de la Escuela de Administración de la Universidad Andina de Cusco - Filial Sicuani, 2022.

1.3.2. Objetivos específicos

- Determinar la relación que existe entre resiliencia y estresores académicos en estudiantes de la Escuela de Administración de la Universidad Andina de Cusco - Filial Sicuani, 2022.
- Determinar la relación que existe entre resiliencia y síntomas de estrés académico en estudiantes de la Escuela de Administración de la Universidad Andina de Cusco - Filial Sicuani, 2022.
- Determinar la relación que existe entre resiliencia y estrategias de afrontamiento de estrés académico en estudiantes de la Escuela de Administración de la Universidad Andina de Cusco - Filial Sicuani, 2022.

1.4. Justificación

1.4.1. Teórica

Los diferentes aspectos de la vida implican el a travesar diferentes circunstancias que no siempre son propicias, y que por lo tanto, pueden tornarse complicadas de enfrentar, aquí radica la importancia de la resiliencia en el ser humano como una capacidad para sobreponerse ante momentos difíciles; Wagnild et al. (1993), estableció el modelo teórico de la resiliencia basado en estudios previos sobre personas que a pesar de haber pasado por diferentes situaciones difíciles pudieron continuar su vida con una perspectiva positiva porque poseían autoeficiencia, bienestar en estados de soledad, moderación en sus actitudes, constancia y satisfacción a nivel personal. Por otro lado, se observa que el estrés académico, es una problemática que puede afectar el proceso de aprendizaje, por lo cual es importante su exploración; Barraza (2006), postula la teoría de un sistema cognoscitivo para entender el constructo del estrés académico, explicando que la información recibida (entre ellas los estresores) es tratada por procesos cognitivos y expulsada por medio de efectos (entre ellos los síntomas). Por lo tanto, podemos establecer que esta investigación permitió ayudar a acrecentar el conocimiento sobre la problemática actual de la variable estrés académico y cómo no solo las estrategias de afrontamiento si no también la capacidad para hacer frente a las dificultades (variable resiliencia) puede permitir al estudiante retornar a un estado de equilibrio.

1.4.2. Metodológica

La utilización de instrumentos elaborados mediante un apropiado proceso científico tales como el Inventario SISCO del Estrés Académico del Dr. Arturo Barraza del 2006 y la Escala de Resiliencia de Wagnild & Young de 1993, son respaldo metodológico para el estudio de las variables del presente trabajo de investigación debido a la

adecuada validez y confiabilidad con la cuentan; además, tales instrumentos han sido utilizados en diversos trabajos de investigación en diferentes países, como se aprecia en la sección antecedentes, contando con una adaptación en el Perú realizada por Ancajima en el 2017 (Inventario SISCO del Estrés Académico) y Novella en el 2002 (Escala de Resiliencia), los cuales han sido evaluados psicométricamente mostrando consistentes resultados de validez y confiabilidad.

1.4.3. Práctica

La presente investigación presenta los resultados de la relación entre la resiliencia y el estrés académico en la Escuela de Administración de la Universidad Andina de Cusco - Filial Sicuani, considerando que no se han encontrado estudios previos en este lugar, estos resultados podrán ser de utilidad para la propia Universidad y para posteriores investigaciones en este campo de estudio.

1.5. Limitaciones de la investigación

Temporal

La presente investigación, recaba los datos necesarios de la muestra seleccionada en el año 2022.

Espacial

La presente investigación, se da en el contexto universitario, siendo elegida la Escuela de Administración de la Universidad Andina de Cusco - Filial Sicuani, como el lugar favorable para realizar los estudios respectivos.

Recursos

El estudio presente, requirió de un investigador que realizó el trabajo teórico y de campo; así mismo fue necesario un asesor que permitió corroborar la adecuada elaboración y desarrollo del mismo. En cuanto a aspectos complementarios se

requirieron materiales bibliográficos físicos y virtuales, programas informáticos como Word y Excel, formularios de google, programa estadístico de procesamiento de datos de licencia abierta, correo electrónico institucional e internet.

CAPÍTULO II: MARCO TEÓRICO

2.1. Antecedentes de la investigación

Nacionales

García (2022), realizó una investigación para establecer la relación que existe entre la resiliencia y el estrés académico (incluyendo sus dimensiones: estresores, síntomas y estrategias de afrontamiento), en estudiantes de posgrado de una universidad privada de Lima. El estudio se realizó bajo un diseño de análisis no experimental, descriptivo, correlacional, con una muestra conformada por 90 participantes, a quienes se les aplicó la Escala de Resiliencia de Wagnild & Young y el Inventario SISCO SV – 21. Los resultados mostraron que la correlación entre las principales variables de estudios, según el Rho de Spearman, es de -0.425 representando una relación negativa moderada, frente al (grado de significación estadística) $p < 0.05$; así mismo, se encontró que la variable resiliencia y las dimensiones estresores, síntomas y estrategias de afrontamiento, se correlacionan de forma negativa y significativa ($\rho = -0.458$, $p = 0.002$; $\rho = -0.581$, $p = 0.000$; $\rho = -0.301$, $p = 0.002$ respectivamente). Por lo cual se concluye que existe una relación inversa entre la resiliencia y el estrés académico, así como con sus dimensiones.

Campos y Garay (2021), realizaron una investigación para determinar la relación que existe entre la resiliencia y el estrés académico (considerando sus dimensiones: estresores, síntomas y estrategias de afrontamiento), en universitarios de psicología de una universidad privada de Huancayo. El estudio se realizó bajo un diseño no experimental, transversal y de nivel correlacional, la muestra estuvo conformada por 278 participantes, a quienes se les aplicó la Escala de Resiliencia de

Wagnild & Young y el Inventario de Estrés Académico SISCO SV. Los resultados indicaron que existe una correlación inversa débil entre las variables resiliencia y estrés académico ($r_s = -0.388$, $p = 0.000$); así mismo, se encontró que la variable resiliencia y las dimensiones estresores, síntomas y estrategias de afrontamiento, se correlacionan de forma negativa y significativa ($\rho = -0.233$, $p = 0.000$; $\rho = -0.263$, $p = 0.000$; $\rho = -0.224$, $p = 0.000$ respectivamente). Esto hizo concluir que a mayor resiliencia en los estudiantes, menores serán sus niveles de estrés académico, así como con sus dimensiones, y viceversa.

Ramos (2021), realizaron una investigación para determinar la relación que existe entre la resiliencia y el estrés académico en los estudiantes de una universidad privada de Ica. El estudio se realizó bajo un diseño no experimental, correlacional de corte transversal, la muestra estuvo conformada por 85 participantes, a quienes se les aplicó la Escala de Resiliencia de Wagnild & Young y el Inventario de SISCO del Estrés Académico. Los resultados determinaron que existe una correlación negativa débil entre las variables de resiliencia y estrés académico, con el coeficiente de correlación Rho de Spearman de $-0,358$ y una significancia $p=0.001$. Esto hizo concluir que las variables están relacionadas de forma inversa siendo que a mayor resiliencia en los estudiantes, menor será el nivel de estrés académico que presenten y viceversa.

Maldonado y Paucar (2021), realizaron una investigación para determinar la relación que existe entre el estrés académico y la resiliencia en estudiantes de la Facultad de Educación de una Universidad Estatal de Huancayo. El estudio se realizó bajo un diseño no experimental, transversal, correlacional, la muestra estuvo conformada por 154 participantes, a quienes se les aplicó el Inventario SISCO de estrés académico y la Escala de resiliencia de Wagnild & Young. Los resultados indicaron que no existe correlación entre las dos variables, dado que el p valor es mayor al nivel

de significancia ($0.915 > 0.05$). Esto hizo concluir que el estrés académico y la resiliencia son variables no relacionadas o independientes.

Verastegui (2020), realizó una investigación para establecer la relación que existe entre el estrés académico (incluyendo sus dimensiones: estresores, síntomas y estrategias de afrontamiento) y la resiliencia en estudiantes de una universidad privada de Lima Norte. El estudio se realizó bajo un diseño no experimental y de tipo correlacional, con una muestra de 392 participantes, a quienes se les aplicó los instrumentos psicológicos del Inventario SISCO de Estrés académico y la Escala de Resiliencia de Wagnild & Young. Los resultados obtenidos evidencian una correlación negativa moderada ($r_s = -0.616$), y estadísticamente significativa ($p = .000$) entre las principales variables estudiadas, estrés académico y resiliencia; así mismo, se encontró que la variable resiliencia y las dimensiones estresores, síntomas y estrategias de afrontamiento, se correlacionan significativamente ($p < 0.01$) de forma negativa y positiva ($\rho = -0.21$, $\rho = -0.34$, $\rho = 0.19$, respectivamente). Por lo cual se concluye, que el estrés académico y la resiliencia tienen una relación inversa, que las dimensiones estresores y síntomas se relacionan inversamente con la resiliencia y que la dimensión estrategias de afrontamiento se relaciona de forma directa con la resiliencia; es decir a mayor estrés académico, estresores y/o síntomas, menor es el nivel de resiliencia, por otro lado, a mayor estrategia de afrontamiento mayor es el nivel de resiliencia y viceversa.

Internacionales

Osorno et al. (2021), realizó una investigación para establecer la relación que existe entre los componentes de estrés académico (estrés psicológico, comportamental y físico) y la resiliencia en madres universitarias colombianas. El estudio se realizó bajo un diseño descriptivo-correlacional con un grupo de casos y uno de control, con una

muestra de 52 participantes, a quienes se les aplicó los instrumentos psicológicos del Inventario de Estrés académico y la Escala de Resiliencia SV-RES. Los resultados obtenidos muestran correlación negativa entre resiliencia-estrés psicológico ($r = -0.478$, $p = 0,013$), resiliencia-estrés comportamental ($r = -0.741$, $p = 0,000$) y resiliencia-estrés físico ($r = -0.461$, $p = 0,018$). Por lo tanto, se concluye que a menores niveles de resiliencia mayores niveles de estrés académico y viceversa.

Hong et al. (2020), realizó una investigación para establecer la relación entre resiliencia, estrés académico y rendimiento académico de los estudiantes de enfermería de una universidad de Corea. El estudio se realizó bajo un diseño de análisis no experimental, descriptivo, correlacional, con una muestra conformada por 197 participantes, a quienes se les aplicó el Cuestionario de resiliencia, el Inventario de estrés académico y un formato de autoinforme para medir el rendimiento académico. Los resultados de este estudio indicaron que la resiliencia se correlaciona negativamente con el estrés académico ($r = -0.46$, $p < .001$), y positivamente con el rendimiento académico ($r = 0.48$, $p < .001$). Por lo cual se concluyó que la resiliencia y el estrés académico son variables dependientes relacionadas inversamente, mientras que la resiliencia y el rendimiento académico son variables dependientes relacionadas directamente.

León et al. (2019), realizó una investigación para explorar si el estrés académico, la autoeficacia académica y el rendimiento académico son variables relacionadas con la resiliencia, en adultos emergentes, en una universidad pública de México. El estudio se realizó bajo un diseño de análisis descriptivo correlacional, con una muestra de 288 participantes, a quienes se les aplicó el Inventario SISCO de Estrés Académico, la Escala de Autoeficacia en Conductas Académicas, una cédula de datos académicos (de elaboración propia) y el Cuestionario de Resiliencia. Los resultados

indicaron que las correlaciones son moderadas, bajas y estadísticamente significativas; encontrándose una correlación negativa entre resiliencia y estrés académico ($r = -0.193$), una correlación positiva entre resiliencia y autoeficacia académica ($r = 0.338$), así como una correlación positiva entre resiliencia y rendimiento académico ($r = 0.143$). Esto hizo concluir que cuando aumentan los niveles de estrés académico, la resiliencia disminuye; además, a medida que la autoeficacia académica es más satisfactoria, aumenta el rendimiento académico y la resiliencia.

Vizoso et al. (2018), realizó una investigación para establecer la relación que existe entre la resiliencia, el optimismo disposicional y las dimensiones que constituyen el Burnout académico (agotamiento emocional, cinismo y baja eficacia), en estudiantes de una universidad de España. El estudio se realizó bajo un diseño descriptivo-correlacional, con una muestra de 463 participantes, a quienes se les aplicó los instrumentos psicológicos *Maslach Burnout Inventory-Student Survey* (MBI-SS), *10-item Connor-Davidson Resilience Scale* (10-item CD-RISC) y *Life Orientation Test Revised* (LOT-R). Los resultados revelan que la resiliencia se relaciona significativamente de forma positiva con el optimismo y la dimensión de Burnout académico “eficacia” ($r = 0.51$ y $r = 0.31$); pero no con las dimensiones Agotamiento y Cinismo ($r = -0.09$ y $r = -0.04$). Por lo tanto, se concluye que la resiliencia, el optimismo disposicional y la dimensión eficacia, son variables relacionadas o dependientes.

Berzosa (2017), realizó una investigación para determinar si el estrés académico y el *Engagement* son variables relacionadas con la resiliencia, en estudiantes de una universidad de España. El estudio se realizó bajo un diseño descriptivo transversal-correlacional, con una muestra de 175 participantes, a quienes se les aplicó el Inventario SISCO del Estrés Académico, la escala *Work Engagement*

adaptada a estudiantes (UWES-S) y la *Resilience Scale-14* (RS-14). Los resultados mostraron una correlación negativa estadísticamente significativa entre la resiliencia y el estrés académico ($rs = -0.151$); y positiva entre resiliencia y *engagement* para sus tres dimensiones, vigor ($rs = 0.250$), dedicación ($rs = 0.258$), y absorción ($rs = 0.291$). Por lo tanto, se concluyó que a menores niveles de resiliencia mayores niveles de estrés académico y viceversa; además, a mayores niveles de resiliencia mayores niveles de *engagement*, teniendo una relación directa.

2.2. Bases teóricas

2.2.1. Resiliencia

Definición

Es la destreza que tiene una persona para superar eventos desfavorables, y ser competente para tener un desarrollo exitoso a pesar de condiciones muy hostiles (Becoña, 2006). Son esquemas generales de adaptación efectiva ante situaciones de riesgo que resultan importantes para el individuo y que pueden variar con el tiempo (Masten y Powell, 2003). Determinándose como la característica, relativamente general, que corresponde a la personalidad de una persona y que le posibilita tener una adaptación o adecuación superior frente a la vida (Masten, 1999). Siendo una competencia que permite reestablecerse y conservar un comportamiento adaptativo después de la incapacidad que se dio al comienzo de un evento que generó tensión (Garmezy, 1991). Por lo cual se lleva a cabo un proceso en el que se hace frente a sucesos vitales dolorosos, estresantes o retadores, de modo que provee al individuo habilidades de afrontamiento como resultado del evento (Richardson et al., 1990).

La resiliencia es la capacidad de adaptación personal que surge a pesar de vivir en un contexto negativo y de haber atravesado experiencias traumáticas (Uriarte,

2005), en ella suele presentarse una circunstancia estresante fuerte y una aptitud que se exterioriza en relación con esa dificultad (Becoña, 2006); esto implica un conjunto de procesos sociales e intrapsíquicos que posibilitan tener una vida sana incluso estando en medio de un entorno insano (Kotliarenko, Cáceres y Álvarez, 1996) y se caracteriza por ser una cualidad positiva que desarrolla la persona y que le permite ajustarse a situaciones contraproducentes reaccionando favorablemente ante ellas (Wagnild y Young, 1993); además, es preciso mencionar, que se le ha relacionado con atributos como dureza, competencia, resistencia y fuerza del yo (Tarter y Vanyukov, 1999).

Se puede decir entonces, que la resiliencia es pues una capacidad individual y particular que depende de la personalidad del individuo pero que puede ser desarrollada a través de experiencias negativas enfrentadas adecuadamente; su aplicación contribuirá al bienestar integral de la persona, sobre todo si se toma en cuenta que la vida está formada por momentos de quietud y desafíos.

Perspectiva teórica

Modelo teórico de Wagnild y Young

Wagnild et al. (1990), realizó una investigación sobre la resiliencia en mujeres mayores, con la finalidad de establecer los principales componentes que existían entre el grupo de mujeres que a pesar de haber padecido una serie de adversidades, como abandono, problemas financieros, defunción de familiares cercanos, enfermedades crónicas, cercanía a la muerte, entre otros, reaccionaban de forma positiva frente a estas situaciones desfavorables. Como resultado de este estudio desarrolla su modelo teórico, en base al hallazgo de cinco componentes presentes en las mujeres que tenían resiliencia: autoeficiencia (capacidad de conocer fortalezas propias y aplicarlas), sentirse bien solo (capacidad para dar un valor positivo a la soledad), ecuanimidad

(capacidad para moderarse y tener una actitud equilibrada), perseverancia (capacidad para continuar adelante a pesar de las adversidades) y satisfacción personal, (capacidad para comprender el sentido personal de la existencia). De esta forma Wagnild et al. (1993), llega a la deducción de que la resiliencia es una cualidad positiva que desarrolla en las personas, cuya característica principal radica en que pueden resistir y restablecerse adecuadamente frente a situaciones negativas a través de la posesión de los cinco componentes postulados.

Modelo teórico de Wolin y Wolin

Wolin y Wolin (1993), plantearon el modelo de mandalas para hacer mención a las bases de la resiliencia, proponiendo la resiliencia como un escudo protector que posibilita que el individuo pueda protegerse de las adversidades o vivencias desfavorables, permitiendo que la persona pueda salir victoriosa de ellas. De esta forma, los mandalas de la resiliencia se relacionan con el desarrollo de fortalezas individuales que ayudan a mejorar el bienestar integral del individuo. Además, identificaron los componentes de la resiliencia, postulándolos de la siguiente forma: introspección o *insight* (capacidad que tiene una persona para autoanalizarse), independencia (capacidad para estructurar límites sin alejarse de otras personas), capacidad de relacionarse (habilidad para tener relaciones sociales apropiadas), iniciativa (capacidad para buscar soluciones por decisión propia), humor (capacidad para tomar con gracia diferentes sucesos, inclusive las situaciones desfavorables), creatividad (capacidad para presentar pensamientos originales que ayuden a superar las adversidades), moralidad (capacidad para establecer valores que permitan discernir entre lo correcto e incorrecto).

Modelo teórico de Vanistendal

Vanistendal (1994), planteó el modelo de la casa para entender el proceso de la resiliencia. De acuerdo a ello los niveles de una casa permiten comprender los factores que intervienen en la forma de este constructo; el primer nivel sería el suelo donde se construye la casa, este representaría las necesidades básicas del ser humano tales como alimentación, descanso, salud, entre otros; luego, tendríamos la cimentación de la casa, esta representaría los valores, creencias, normas aprendidas en la infancia y en el desarrollo interactivo con el entorno de una persona; posteriormente, tendríamos el primer piso, este representaría el desarrollo evolutivo del individuo, sus capacidades cognitivas, afectivas, conductuales, así como las estrategias de afrontamiento desarrolladas y todo aquello que le permita al individuo hacer frente a las adversidades; finalmente tendríamos el desván de la casa, este representaría aquel espacio que queda abierto para lo que se desee, que se permite ser utilizado con creatividad y decisión para nuevas cosas, este nivel posibilitaría al ser humano adaptarse a situaciones nuevas.

Modelo teórico de Grotberg

Grotberg (2006), formula la teoría del desarrollo psicosocial de la resiliencia sobre la base de las investigaciones de Erik Erikson y el desarrollo psicosocial de la persona, en la cual se destaca que las primeras etapas de vida son importantes para determinar las competencias que adquiere el individuo para su desenvolvimiento en la adultez. De esta forma, se propone que una persona va desarrollando la resiliencia a través de diferentes momentos en la vida, mediante la interrelación con el entorno y el enfrentamiento de contextos desfavorables para el individuo, teniendo resultados positivos; para ello, considera indispensable cuatro elementos: el “Yo tengo” (representa la red de apoyo o entorno social, es decir las relaciones sociales positivas que se tienen y que son valiosas en momentos adversos, tales como personas de

confianza, modelos a seguir, entre otros), el “Yo soy” (representa los recursos individuales congénitos que se posee, tales como ser afectuoso, ser respetuoso, entre otros), el “Yo estoy” (representa la fuerza interior que se posee tales como, tomar responsabilidades, sentir seguridad en lo que se hace, entre otros) y el “Yo puedo” (representa las capacidades aprendidas a través de las vivencias del sujeto, tales como comunicarse adecuadamente, tener la capacidad de resolución de problemas, tener la capacidad de autocontrolarse, entre otros).

Dimensiones

Según Wagnild y Young (1993), las dimensiones son:

- **Confianza en sí mismo:** se refiere a la habilidad para creer en las propias capacidades, aceptando las cualidades y limitaciones. La confianza es una virtud, que confiere valor y fuerza a la persona que lo practica (Covarrubias, 2020) y se relaciona con la seguridad interna enfocada en diferentes aspectos personales (Acosta et al., 2019). Por lo cual, podemos decir que en este estado una persona cree en sus aptitudes sin tomar en cuenta la situación o los resultados sino por decisión propia.
- **Ecuanimidad:** se refiere a la perspectiva equilibrada de la vida y las experiencias, presentando una respuesta serena y conveniente a la situación adversa. Este constructo se relaciona con una gestión consiente de los actos que se realizan (Moscoso et al., 2020) y con la tranquilidad que se mantiene en distintos momentos de la vida debido a una perspectiva adecuada de las circunstancias (Julián y Ponce, 2020). Por lo tanto, podemos señalar que la ecuanimidad permite que el individuo pueda conservar una constante armonía interna la mayor parte del tiempo.
- **Perseverancia:** se refiere a la capacidad de lucha ante las dificultades, que se caracteriza por un deseo constante de sobresalir. El ser perseverante se puede

considerar como una característica personal benéfica que permite alcanzar logros (Estévez et al., 2019) y restituir la vida personal mediante un esfuerzo propio basado en la constancia (Morales, 2021). Puede decirse entonces, que la persona se mantiene firme en su voluntad para alcanzar las metas planteadas.

- Satisfacción personal: se refiere al entendimiento del significado de la vida y a la construcción de la misma en base a ello. Esta es una valoración subjetiva de las experiencias vividas consideradas como aportaciones positivas a la propia vida (Sessarego y Rojas, 2021), que se internaliza y desarrolla mediante la comprensión de que se vive una vida con valor (Julián y Ponce, 2020). Es decir, el individuo adquiere la capacidad de sentirse contento con lo realizado en los diferentes aspectos de su vida.
- Sentirse bien solo: se refiere a la capacidad de comprender e interiorizar lo valioso de uno mismo, dándole significado a la independencia. Esta actitud, permite que las personas puedan alcanzar un mayor nivel de desarrollo emocional y mental (Estévez et al., 2019), disfrutando de la autonomía en los momentos que se requiera sin abandonar la sociabilización que forma parte de un adecuado funcionamiento vital (Sessarego y Rojas, 2021). Por lo cual se puede decir, que la persona, aprecia los momentos de soledad, no tomándolos como un aspecto negativo sino como una oportunidad de desarrollo personal.

2.2.2. Estrés académico

Definición

El estrés académico se determina como una respuesta fisiológica, emocional, cognitiva y comportamental frente a sobre estímulos y acontecimientos del ámbito académico (Berrio y Mazo, 2011). Determinándose como el desarrollo de mecanismos de adaptación individual e institucional, que se da como resultado del exceso de demanda

en las experiencias de enseñanza y aprendizaje con el objetivo de conservar un estado de equilibrio (Román y Hernández, 2011). En este aspecto interviene la figura de procesos cognitivos y afectivos que el estudiante distingue como estresores académicos, al evaluar distintas particularidades del contexto y clasificarlos como amenazantes, pudiendo responder de forma adecuada o no (Mendiola, 2010). De esta forma, se puede decir que es un suceso sistémico, de carácter adaptativo y psicológico, que se presenta cuando el estudiante se ve subyugado a diferentes demandas (Barraza, 2006). Por lo cual se figura como la experimentación de un nivel de tensión que surge durante la formación académica, ocasionando en el estudiante dificultades de aprendizaje y alteraciones emocionales (Orlandini, 1999).

Es el estado de tensión que se genera en la persona por las demandas que se imponen desde el ámbito educativo, por lo cual, tanto alumnos como docentes pueden verse afectados por este problema (Caldera, Pulido y Martínez, 2007); produce malestar físico y emocional al ejercer una afectación importante en la competencia individual para afrontar el contexto académico y el rendimiento en el mismo (Martínez y Díaz, 2007) siendo su fuente principal diversos estresores relacionados con las actividades académicas o la interacción de la persona con los eventos de su medio, los cuales son calificados como amenazantes y ponen en riesgo su bienestar (Barraza, 2005); generalmente, existen factores estresantes personales en los estudiantes (sociabilidad, docentes considerados exigentes, cursos difíciles, entre otros) que también alteran el bienestar académico y que requieren de una adecuada adaptación (Ríos, 2014); si esta no es positiva, se puede presentar malestar general, depresión, cambios en la autoestima, alteración en las relaciones sociales, enfermedades físicas o psicológicas y consumo de sustancias dañinas como las drogas (Naranjo, 2009).

Se puede decir entonces que el estrés académico es pues la tensión que surge en el ámbito académico y que abarca más allá de los simples límites educativos pues posee diversas variables que la afectan, entre las cuales están las características personales, además esta situación requiere de un adecuado desarrollo adaptativo para enfrentar convenientemente las demandas consideradas amenazantes, pues de lo contrario podría originar alteraciones físicas y psicológicas en el estudiante.

Perspectiva teórica

Modelo teórico de Barraza

Barraza (2006), plantea el “Modelo Sistémico Cognoscitivista del estrés académico”, en base a una definición, que abarca diferentes dimensiones del estrés, aplicadas al ámbito académico, con este objetivo se tomó como fundamento la teoría general de sistemas (supuesto sistémico) y la teoría transaccional del estrés (supuesto Cognoscitivista). Para ello, se postuló que toda persona es un sistema abierto que se relaciona con su ambiente y que el proceso intermedio de este sistema está dado por una serie de procesos cognoscitivos; en este proceso complejo, dinámico y sistémico intervienen los procesos psicológicos del individuo y la capacidad de adaptación que posea (la cual es variable y se puede desarrollar), ya que estas determinan el input (entrada) y el output (salida) del sistema. De aquí surgen tres componentes esenciales que son los estresores, los indicadores o reacciones que surgen del desequilibrio y las estrategias de afrontamiento que tiene el individuo que le permiten regresar a un estado de equilibrio; descriptivamente esto se aprecia a través tres momentos: el primero se da cuando el estudiante se ve avasallado por las diferentes demandas del entorno académico que son valoradas como superiores a sus fuerzas o estresores (lo que en el supuesto sistémico se conoce como input), el segundo surge como consecuencia de la presencia de estos estresores que provocan un desequilibrio en el individuo

manifestándose como una serie de síntomas (indicadores de desequilibrio sistémico) y finalmente el tercer momento se da cuando el individuo despliega los recursos de los que disponga para poder enfrentar este suceso y poder recuperar el equilibrio perdido (lo que en el supuesto sistémico se conoce como output).

Orientaciones teóricas generales del estrés

Berio y Mazo (2011), proponen tres orientaciones teóricas del estrés en general que pueden aplicarse según el ámbito de estudio: La teoría basada en la respuesta, la teoría basada en el estímulo y la teoría basada en la interacción.

La primera es la teoría basada en la respuesta, representada por Selye (1946), esta propone que el estrés es una respuesta adaptativa del organismo de la persona que se da cuando éste se enfrenta a demandas físicas o psicológicas que perturban su homeostasis, por lo cual se atraviesan las etapas de reacción de alarma, resistencia y agotamiento, siendo consideradas con necesarias para la evolución individual, siempre y cuando la respuesta no exceda las capacidades del individuo de forma continua y negativa, cabe resaltar que aquí el estrés se considera fundamentalmente interno y posee una respuesta objetiva.

la segunda es la teoría basada en el estímulo, que tiene como principales representantes a Holmes y Rahe (1967), esta propone que el estrés se caracteriza porque se da a consecuencia de estímulos ambientales importantes que alteran el equilibrio de la persona, desordenando y perturbando su ambiente, tales como el nacimiento de un niño, etapas del desarrollo humano, el inicio académico, el casamiento, el divorcio, la muerte de una persona cercana, entre otros, aquí el estrés radica más en el exterior, dándose mayor jerarquía a lo externo, tomándose una perspectiva esencialmente psicosocial.

Finalmente, la tercera orientación es la teoría basada en la interacción, que tiene como principal representante a Lazarus (1966), esta propone que el estrés es una acción recíproca entre los estímulos y respuestas, teniendo como esencial elemento intermedio y consecuente de esa interacción a los procesos cognitivos que se dan en el sujeto, siendo este parte activa del proceso, conjuntamente se proponen tres etapas de evaluación, la primaria que surge ante la demanda y propone una valoración de ella, la secundaria en la cual se da una valoración de los recursos de afrontamiento con los que se dispone y la tercera es la reevaluación en la cual se da una retroalimentación interna que permite subsanar evaluaciones anteriores y favorecer el desarrollo personal.

Dimensiones

Según Barraza (2006), las dimensiones son:

- **Estresores:** el alumno es sometido a una serie de contextos académicos, demandas y exigencias que bajo la propia valoración del alumno es considerado como agente estresor. De modo que escenarios como exposiciones, trabajos, sobrepoblación de alumnos, competitividad estudiantil, entre otros, dan lugar al estrés académico (Rodríguez et al., 2020) y estos se verían acentuados al darse la transición de la etapa escolar a la etapa universitaria, por los desafíos individuales que conlleva el cambio (Moreno et al. 2022). Por este motivo, podemos establecer que los estresores son, en cierta medida, subjetivos ya que su evaluación estará sujeta a la perspectiva y experiencia que cada estudiante tenga ante estas exigencias internas y/o externas.
- **Síntomas:** Son indicadores de desequilibrio, es decir señales de que algo que está sucediendo o va a suceder y se manifiesta a través de alteraciones físicas, psicológicas y comportamentales. Este estado de desequilibrio se conectará de

forma negativa con las relaciones sociales, los momentos de descanso o cualquier tipo de actividad que se realice (Chávez y Peralta, 2019); siendo todas estas expresiones de alteración, signos claros de activación de este estado de inestabilidad en el estudiante (Álvarez y Cerrón, 2020). De tal forma que, al desestabilizarse el estudiante, ante el surgimiento de las demandas, se exteriorizarán una serie de reacciones que son propias y frecuentes de las personas que forman parte de este contexto.

- Estrategias de afrontamiento: Son los procesos cognitivos y conductuales, que se desarrollan para manejar o neutralizar las demandas externas y/o internas que son evaluadas como superiores a los recursos personales. Estos procesos pueden ser activos o pasivos, dependiendo del grado de participación del estudiante en la búsqueda de soluciones (Álvarez y Cerrón, 2020) y alcanzarán mayor desarrollo con el pasar del tiempo debido al aprendizaje de las experiencias vividas (Rodríguez et al., 2020). Por consiguiente, la persona no nace con estas habilidades sino que tiene la oportunidad de aprenderlas y fomentarlas para enfrentar los diferentes contextos en los que se presenten dificultades.

2.3. Formulación de hipótesis

2.3.1. Hipótesis general

Existe relación entre resiliencia y estrés académico en estudiantes de la Escuela de Administración de la Universidad Andina de Cusco - Filial Sicuani, 2022.

2.3.2. Hipótesis específicas

- Existe relación entre resiliencia y estresores académicos en estudiantes de la Escuela de Administración de la Universidad Andina de Cusco - Filial Sicuani, 2022.
- Existe relación entre resiliencia y síntomas de estrés académico en estudiantes de la Escuela de Administración de la Universidad Andina de Cusco - Filial Sicuani, 2022.
- Existe relación entre resiliencia y estrategias de afrontamiento de estrés académico en estudiantes de la Escuela de Administración de la Universidad Andina de Cusco - Filial Sicuani, 2022.

CAPÍTULO III: METODOLOGÍA

3.1. Método de investigación

El presente estudio utilizó el método de investigación hipotético deductivo. Según Santa et al. (2018), este método se basa en la postulación de hipótesis que puedan ser ratificadas mediante la deducción y conceptos teóricos que serán contrastados con hechos de la realidad. En el presente trabajo se postuló una hipótesis que es contrastada con los datos que se obtuvieron en la muestra seleccionada para el análisis.

3.2. Enfoque de la investigación

La investigación presentó un enfoque cuantitativo. De acuerdo a Hernández et al. (2014), este enfoque se basa en la recolección de datos que posteriormente son analizados de forma numérica mediante la utilización de procesos estadísticos, permitiendo corroborar o rechazar las hipótesis propuestas. En este estudio se recabaron los datos de nuestra muestra seleccionada y se procesaron mediante un programa estadístico de uso libre.

3.3. Tipo de investigación

La investigación es de tipo básico. Según Hernández et al. (2014), la investigación científica básica es aquella cuyo propósito fundamental es producir conocimiento y teorías. En este estudio se buscó conocer más sobre las variables resiliencia y estrés académico en el contexto universitario; así como, la relación que existe entre las variables.

El nivel de investigación es correlacional. Según Hernández et al. (2014), el estudio correlacional es aquel que tiene por finalidad conocer el grado de asociación que existe entre dos o más conceptos, categorías o variables en una muestra o contexto en específico. En el presente estudio se examinó el nivel de relación que existe entre las variables

resiliencia y estrés académico en una muestra de estudiantes de la Escuela de Administración de la Universidad Andina de Cusco - Filial Sicuani.

3.4. Diseño de investigación

El diseño de investigación es no experimental y transversal. Según Hernández et al. (2014), la investigación no experimental es aquel diseño en el cual no se realiza la manipulación intencional de la variable y en los que solo se analizan los fenómenos observados en su ambiente natural; así mismo, la investigación transversal es aquella en la cual se recaba información en un solo momento. La presente investigación se realizó sin manipular deliberadamente las variables de estudio resiliencia y estrés académico, de modo que se observó y analizó las variables en el contexto universitario; además los datos recabados fueron obtenidos en un tiempo único, siendo este el año 2022.

3.5. Población, muestra y muestreo

Población

La población es el conjunto de todos los casos que coinciden con un grupo de especificaciones (Hernández et al., 2014). En el presente trabajo de investigación la población estuvo conformada por 299 estudiantes de pregrado de todos los ciclos de la Escuela de Administración de la Universidad Andina de Cusco - Filial Sicuani.

Tabla 1

Población de estudiantes de la Escuela de Administración de la Universidad Andina de Cusco - Filial Sicuani.

	N
Ciclo I	28
Ciclo II	28
Ciclo III	30
Ciclo IV	29
Ciclo V	30
Ciclo VI	32
Ciclo VII	31
Ciclo VIII	30
Ciclo IX	30
Ciclo X	31
Total	299

Muestra

La muestra es un subconjunto representativo de la población seleccionada, que ha sido previamente definida y delimitada, de la cual se recogerán datos y cuyos resultados proporcionaran generalizaciones (Hernández et al., 2014). En este estudio la muestra estuvo conformada por un subgrupo de estudiantes de la Escuela de Administración de la Universidad Andina de Cusco - Filial Sicuani, del cual se recolectaron los datos necesarios.

Cálculo del tamaño muestral:

$$n = \frac{NZ^2pq}{e^2(N - 1) + Z^2pq}$$

N (tamaño de la población) = 299

Z (nivel de confianza al 95%) = 1,96

p (probabilidad de éxito) = 0,5

q (probabilidad de fracaso) = 0,5

e (error máximo admisible) = 0,05

$$n = \frac{299 * 1.96^2 * 0.5 * 0.5}{0.05^2 * (299 - 1) + (1.96^2 * 0.5 * 0.5)}$$

$$n = 168.38$$

Según el cálculo realizado se requirieron 168 sujetos como mínimo para conformar la muestra.

Tabla 2

Muestra de estudiantes de la Escuela de Administración de la Universidad Andina de Cusco - Filial Sicuani.

	N
Ciclo I	12
Ciclo II	12
Ciclo III	13
Ciclo IV	12
Ciclo V	13
Ciclo VI	14
Ciclo VII	13
Ciclo VIII	13
Ciclo IX	13
Ciclo X	13
Total	168

Muestreo

El muestreo no probabilístico por conveniencia es el proceso mediante el cual las muestras se seleccionan de casos disponibles a los cuales el investigador tiene accesibilidad (Hernández et al., 2014). Para el presente estudio se seleccionaran estudiantes de pregrado de la Escuela de Administración de la Universidad Andina de Cusco - Filial Sicuani, de acuerdo a la facilidad y proximidad de los sujetos con el investigador.

a. Criterios de inclusión

- Estudiantes entre 18 y 50 años de edad

- Estudiantes de sexo masculino y femenino
 - Estudiantes que estén matriculados en el año 2022
- b. Criterios de exclusión
- Estudiantes mayores de 50 años de edad
 - Estudiantes que no estén cursando estudios en el año 2022

3.6. Variables y operacionalización

3.6.1 Definición conceptual

Resiliencia

Wagnild y Young (1993), definen la resiliencia como una cualidad positiva que es desarrollada individualmente y que permite adecuarse a situaciones adversas respondiendo de forma favorable ante ellas.

Estrés académico

Barraza (2006), define el este constructo como un acontecimiento sistémico, de naturaleza adaptativa y psicológica, que se presenta cuando el individuo se ve sometido a diferentes exigencias en el contexto académico.

3.6.2 Definición operacional

Resiliencia

Según Wagnild y Young (1993) y Novella (2002) las dimensiones que permiten medir operacionalmente la resiliencia son:

- **Confianza en sí mismo:** se refiere a la cualidad para creer en las capacidades personales.

- Ecuanimidad: se refiere al punto de vista equilibrado que se tiene en la vida, expresado en reacciones calmadas ante diferentes situaciones.
- Perseverancia: se refiere a la capacidad de poder continuar adelante a pesar de las dificultades.
- Satisfacción personal: se refiere a entender positivamente la vida, sintiendo complacencia de ella.
- Sentirse bien solo: se refiere a la capacidad de estar en circunstancias de soledad sin sentirse afectado negativamente por ello.

Estrés académico

Según Barraza (2006) y Ancajima (2017) las dimensiones que permiten medir operacionalmente es estrés académico son:

- Estresores: Demandas y requerimientos que bajo la evaluación del estudiante son consideradas como estresantes.
- Síntomas: Son signos de desequilibrio y se manifiestan a través de cambios físicos, psicológicos y comportamentales.
- Estrategias de afrontamiento: Son técnicas personales que se desarrollan para enfrentar demandas consideradas desfavorables.

3.6.3. Matriz operacional de las variables

Tabla 3

Matriz operacional de la variable resiliencia

Dimensiones	Indicadores	Ítems	Escala y valores	Nivel y rango
Confianza en sí mismo	- Cree en él mismo	6, 9, 10, 13,	Escala Ordinal En desacuerdo (1, 2, 3) Ni en desacuerdo ni de acuerdo (4) De acuerdo (5, 6, 7)	Bajo: [7-20]
	- Confía en sus capacidades	17, 18, 24		Medio: [21-35]
	- Acepta sus cualidades y limitaciones			Alto: [36-49]
	- Siente orgullo de sus logros			
Ecuanimidad	- Muestra una perspectiva equilibrada entre la vida y las experiencias	7, 8, 11, 12	Escala Ordinal En desacuerdo (1, 2, 3) Ni en desacuerdo ni de acuerdo (4) De acuerdo (5, 6, 7)	Bajo: [4-11]
	- Toma las diferentes situaciones de la vida con tranquilidad			Medio: [12-20]
	- Puede moderar sus actitudes ante la adversidad			Alto: [21-28]
Perseverancia	- Lucha ante las dificultades que se le presentan	1, 2, 4, 14, 15,	Escala Ordinal En desacuerdo (1, 2, 3) Ni en desacuerdo ni de acuerdo (4) De acuerdo (5, 6, 7)	Bajo: [7-20]
	- Tiene un deseo constante por sobresalir	20, 23		Medio: [21-35]
	- Actúa con decisión			Alto: [36-49]
Satisfacción personal	- Entiende el significado de la vida	16, 21, 22, 25	Escala Ordinal En desacuerdo (1, 2, 3) Ni en desacuerdo ni de acuerdo (4) De acuerdo (5, 6, 7)	Bajo: [4-11]
	- Construye su vida en base al entendimiento de la misma			Medio: [12-20]
	- Entiende que no se puede agradar a todos			Alto: [21-28]
Sentirse bien solo	- Comprende que es valioso	5, 3, 19	Escala Ordinal En desacuerdo (1, 2, 3) Ni en desacuerdo ni de acuerdo (4) De acuerdo (5, 6, 7)	Bajo: [3-8]
	- Da un significado a su independencia			Medio: [9-15]
	- Puede estar solo sin dificultad			Alto: [16-21]
	- Depende de sí mismo más que de otros			

Tabla 4

Matriz operacional de la variable estrés académico

Dimensiones	Indicadores	Ítems	Escala y valores	Nivel y rango
Estresores	<ul style="list-style-type: none"> - Demandas valoradas como estresantes - Condiciones del ambiente estimadas como estresantes 	3.1, 3.2, 3.3, 3.4, 3.5, 3.6, 3.7, 3.8	Escala Ordinal Nunca (0) Rara vez (1) Algunas veces (2) Casi siempre (3) Siempre (4)	Bajo nivel: [0-22] Promedio bajo: [23-27] Promedio alto: [28-32] Alto nivel: [33-más]
Síntomas	<ul style="list-style-type: none"> - Desequilibrio somático y emocional del alumno - Afectaciones físicas - Inestabilidad psicológica - Alteraciones comportamentales 	4.1, 4.2, 4.3, 4.4, 4.5, 4.6, 4.7, 4.8, 4.9, 4.10, 4.11, 4.12, 4.13, 4.14, 4.15	Escala Ordinal Nunca (0) Rara vez (1) Algunas veces (2) Casi siempre (3) Siempre (4)	Bajo nivel: [0-32] Promedio bajo: [33-43] Promedio alto: [44-55] Alto nivel: [56-más]
Estrategias de afrontamiento	<ul style="list-style-type: none"> - Maneja las demandas estudiantiles externas - Neutraliza las exigencias internas - Tiene control sobre las situaciones difíciles 	5.1, 5.2, 5.3, 5.4, 5.5, 5.6	Escala Ordinal Nunca (0) Rara vez (1) Algunas veces (2) Casi siempre (3) Siempre (4)	Bajo nivel: [0-15] Promedio bajo: [16-19] Promedio alto: [20-23] Alto nivel: [24-más]

3.7. Técnicas e instrumentos de recolección de datos

3.7.1. Técnica

La técnica utilizada es la psicométrica. Según González (2007), las técnicas psicométricas son herramientas estructuradas que permiten evaluar, de forma objetiva, la medida en que un rasgo interno está presente en cada individuo, mostrando resultados numéricos. Teniendo en cuenta la importancia de la objetividad en los trabajos de investigación, se procede a utilizar esta técnica para la evaluación de los datos de la presente investigación.

3.7.2. Descripción

Los instrumentos son escalas psicométricas. A continuación, sus fichas técnicas:

Instrumento 1

Ficha Técnica

- Nombre: Resilience Scale (Escala de Resiliencia)
- Autores: Wagnild, Gail y Young, Heather (1993). Estados Unidos
- Adaptación: Novella (2002). Perú
- Administración: Individual o colectiva
- Duración: 25 a 30 minutos
- Aplicación: Adolescentes y adultos
- Significación: La Escala mide el nivel de resiliencia y presenta las 5 dimensiones de la misma, las cuales son: Ecuanimidad, Sentirse bien solo, Confianza en sí mismo, Perseverancia, y Satisfacción personal.
- Descripción: La escala de resiliencia fue elaborada y revisada en 1993 por Wagnild y Young. Este instrumento se compone de 25 ítems, los cuales se dividen en 5 dimensiones: Confianza en sí mismo, ecuanimidad, perseverancia, satisfacción

personal y sentirse bien solo; correspondiendo 7 ítems para la dimensión confianza en sí mismo (ítems 6,9,10,13,17,18 y 24), 4 ítems para la dimensión ecuanimidad (ítems 7,8,11 y 12), 7 ítems para la dimensión perseverancia (ítems 1,2,4,14,15,20 y 23), 4 ítems para la dimensión satisfacción personal (ítems 16,21,22 y 25) y 3 ítems para la dimensión sentirse bien solo (ítems 5,3 y19). Las opciones de respuesta se determinan en una escala tipo Likert de 7 puntos, que van desde 1 como máximo desacuerdo hasta 7 como máximo acuerdo. La calificación se da sumando el puntaje de respuestas de forma directa, siendo el mayor puntaje indicador de mayor resiliencia y viceversa, dando como resultado un rango de puntaje que varía de 25 a 175 puntos.

- Interpretación

	Bajo	Medio	Alto
Confianza en sí mismo	07-20	21-35	36-49
Ecuanimidad	04-11	12-20	21-28
Perseverancia	07-20	21-35	36-49
Satisfacción personal	04-11	12-20	21-28
Sentirse bien solo	03-08	09-15	16-21
Resiliencia	25-127	128-157	158-175

Instrumento 2

Ficha Técnica

- Nombre: Inventario SISCO del Estrés Académico
- Autores: Arturo Barraza Macías (2007). México
- Adaptación: Ancajima Carranza, Lourdes del Pilar (2017). Perú
- Administración: Individual o colectiva
- Duración: 10 a 20 minutos
- Aplicación: Adolescentes y adultos

- **Significación:** El inventario mide el nivel de estrés académico y las 3 dimensiones de la misma, los cuales son: Estresores, síntomas y estrategias de afrontamiento.
- **Descripción:** El inventario SISCO del Estrés Académico fue elaborado y validado en el 2007 por Arturo Barraza. Este instrumento se compone de 31 ítems: un ítem filtro con respuesta dicotómica (Si o No), el cual establece si se es apto para responder el inventario; un ítem para identificar la intensidad del estrés académico con una escala de respuesta numérica de 1 a 5, que va de poco a mucho; y los 29 ítems restantes que corresponden a las dimensiones estresores (ítems 3.1, 3.2, 3.3, 3.4, 3.5, 3.6, 3.7 y 3.8), síntomas (ítems 4.1, 4.2, 4.3, 4.4, 4.5, 4.6, 4.7, 4.8, 4.9, 4.10, 4.11, 4.12, 4.13, 4.14 y 4.15) y estrategias de afrontamiento (ítems 5.1, 5.2, 5.3, 5.4, 5.5 y 5.6), las opciones de respuesta se determinan en una escala tipo Likert de 5 valores categoriales que corresponden a nunca, rara vez, algunas veces, casi siempre y siempre. La calificación se da sumando el puntaje de respuestas de forma directa, siendo el mayor puntaje indicador de mayor estrés académico y viceversa, dando como resultado un rango de puntaje que varía de 0 a 107 o más puntos (dependiendo de los tres ítems opcionales de cada dimensión).

- **Interpretación**

	Bajo	Promedio bajo	Promedio alto	Alto
Estresores	00 - 22	23 - 27	28 - 32	33 - a más
Síntomas	00 - 32	33 - 43	44 - 55	56 - a más
Estrategias de afrontamiento	00 - 15	16 - 19	20 - 23	24 - a más
Estrés académico	00 - 73	74 - 90	91 - 106	107 - a más

3.7.3. Validación

Validez del Instrumento 1: Escala de Resiliencia

La validez del instrumento se determinó a través de la validez de criterio, el instrumento se correlacionó con el Inventario de depresión de Beck, el Índice de Satisfacción con la vida y la Escala de moral del Centro Geriátrico de Filadelfia, teniendo una correlación r de -0.37, 0.30 y 0.28 respectivamente; por lo cual se determina que hay una validez divergente con el Inventario de depresión de Beck y convergente con el Índice de Satisfacción con la vida y la Escala de moral del Centro Geriátrico de Filadelfia. Así mismo a través de la validez de constructo, por medio del análisis factorial exploratorio, utilizando el análisis de componentes principales, seguido de rotación oblimin y normalización de Káiser se obtuvo un modelo que explica el 57.1 % de la varianza extrayéndose cinco componentes: Confianza en sí mismo, ecuanimidad, perseverancia, satisfacción personal y sentirse bien solo (Wagnild & Young, 1993). En el Perú, este instrumento fue adaptado al lenguaje español y analizado con técnicas psicométricas, por Novella (2002), quien determinó una validez adecuada mediante el análisis de Juicio de expertos y a través de la validez de constructo, con el análisis factorial exploratorio, utilizando el análisis de componentes principales, rotación oblimin y normalización de Káiser, observando 6 componentes que explican el 53.3% de la Varianza total; así mismo, se observó que 5 componentes explicaban el 49.1%. Posteriormente realizaron el criterio *Scree Plot de Catell* para mejorar los criterios, determinando finalmente seguir un punto de vista teórico y considerar los 5 componentes en base al modelo original de Wagnild & Young.

Validez del Instrumento 2: Inventario SISCO del Estrés Académico

La validez del instrumento se determinó a través de su constructo, por medio del análisis factorial exploratorio, utilizando el análisis de componentes principales, obteniéndose un KMO de 0.762 el cual es cercano a 1 y un Bartlett igual a 0.000 el cual es menor a 0.05; por lo tanto, se puede realizar un análisis factorial exploratorio. Se obtuvo un modelo que explica el 46% de la varianza total extrayéndose tres factores: Estresores, síntomas y estrategias de afrontamiento (Barraza, 2007). En el Perú, este instrumento fue analizado psicométricamente por Ancajima (2017), quien determinó la validez de constructo, por medio del análisis factorial confirmatorio del mismo, confirmando un modelo de tres dimensiones (estresores, síntomas y estrategias de afrontamiento), obteniendo un índice de ajuste global (X^2/gf) de 5; un índice de bondad de ajuste (GFI) de 0.82 con error cuadrático (RSMEA) de .076; mientras que en el ajuste comparativo (CFI) reporta un valor de 0.84 y el índice de Tucker y Lewis (TLI) alcanzó un valor de 0.830; así mismo, se reprocesaron los datos usando el método de mínimos cuadrados no ponderados, consiguiendo valores de ajuste más robustos en el ajustaste absoluto (GFI = 0.98, RMR = 0.05) y en el ajuste comparativo (NFI = 0.97).

3.7.4. Confiabilidad

Confiabilidad del Instrumento 1: Escala de Resiliencia

La confiabilidad del instrumento se determinó a través de la medida de consistencia interna, obteniéndose un Alfa de Cronbach de 0.91 en general, valor que es superior a 0.75; por lo tanto, el instrumento presenta una confiabilidad adecuada (Wagnild & Young, 1993). En el Perú, este instrumento fue adaptado y analizado psicométricamente por Novella (2002), quien obtuvo la medida de consistencia interna mediante el coeficiente Alfa de Cronbach, consiguiendo un valor de 0.875 en general,

valor que también es superior a 0.75; por consiguiente la escala presenta una confiabilidad apropiada.

Confiabilidad del Instrumento 2: Inventario SISCO del Estrés Académico

La confiabilidad del instrumento se determinó a través de la medida de consistencia interna, obteniéndose un Alfa de Cronbach de 0.90 en general, valor que es superior a 0.75; por lo tanto, el instrumento presenta una confiabilidad adecuada (Barraza, 2007). En el Perú, este instrumento fue analizado psicométricamente por Ancajima (2017), quien obtuvo la medida de consistencia interna mediante el coeficiente Omega; obteniendo en la dimensión de estímulos estresantes un valor de 0.85, en la dimensión de síntomas un valor de 0.94 y en la dimensión de estrategias de afrontamiento un valor de 0.74, presentando una confiabilidad apropiada.

3.8. Procesamiento y análisis de datos

Plan de procesamiento

El procedimiento para la adquisición y tratamiento de datos de la presente investigación, requirió la autorización previa de los autores de la adaptación peruana, para el uso de los instrumentos psicométricos elegidos, presentándose la Escala de Resiliencia de Wagnild & Young (Adaptado al Perú por Novella, 2002) y el Inventario SISCO del Estrés Académico de Barraza (Adaptado al Perú por Ancajima, 2017); además, se requirió la autorización de la Escuela de Administración de la Universidad Andina de Cusco - Filial Sicuani, para la aplicación de dichos instrumentos y la aprobación del comité de ética de la Universidad Norbert Wiener. Entre los recursos necesarios para este trabajo, están los formularios google que tuvieron que elaborarse para la aplicación virtual de los instrumentos psicológicos seleccionados, siendo necesario también el uso de internet como medio de conexión entre el investigador y

la población de estudio. Por otro lado, fue imperioso la realización de una coordinación previa con la universidad seleccionada, el coordinador de la escuela de administración, los docentes que apoyaron con la aplicación del instrumento virtual mediante el envío del link de los formularios y los estudiantes que participaron en la investigación (previo consentimiento informado de manera virtual). Finalmente, el tiempo estimado para este procedimiento fue de 3 meses, un mes para la obtención de los permisos necesarios (indicados líneas arriba), 2 semanas para recoger la muestra, 2 semanas para ordenar los datos y un mes para el análisis de los mismos.

Análisis de datos

Para el estudio de los datos se realizó un análisis descriptivo a través del cálculo de medidas estadísticas básicas como frecuencias y porcentajes de las variables sociodemográficas y de las variables de estudio, con la finalidad de conocer la cantidad de veces que surge un valor determinado, así como sus proporciones, en el presente estudio.

Posteriormente se realizó un análisis inferencial de los datos de la muestra, empezando por la prueba de normalidad de Kolmogorov-Smirnov, prueba seleccionada debido a que la muestra del presente trabajo es mayor a 50 personas, los resultados indicaron que los datos provienen de una población no distribuida con normalidad. Además, este trabajo es un estudio correlacional, de modo que se buscó comprobar si existe relación entre la variable resiliencia y estrés académico y determinar, de ser el caso, el nivel de asociación de las mismas, para ello se utilizó la prueba estadística de coeficiente de correlación de Spearman según los resultados de la prueba de normalidad. Cabe señalar que el presente trabajo empleó el programa estadístico gratuito Jamovi en su versión 2.3.9; y que se utilizó un nivel de significación del 0.05, con un 95% de confianza.

3.9. Aspectos éticos

La presente investigación tuvo por objetivo principal determinar la relación existente entre la resiliencia y el estrés académico en estudiantes de la Escuela de Administración de la Universidad Andina de Cusco - Filial Sicuani, por lo cual se cuidó de salvaguardar los aspectos éticos en el desarrollo del trabajo. Se respetó a los participantes de la investigación, brindándoles toda la información necesaria sobre el presente proyecto investigativo, permitiéndoles decidir participar voluntariamente del mismo mediante el consentimiento informado. Además, se procuró el bienestar de la persona por encima de la investigación al brindarles instrumentos psicológicos virtuales que pudieran realizar sin la necesidad de reunirse físicamente en grupos, para evitar cualquier exposición al coronavirus, de la misma forma, los datos y resultados son confidenciales para asegurar que los sujetos de investigación no sean afectados de ninguna manera. Por otro lado, se redujeron los riesgos para los participantes al seleccionar instrumentos de medición validados que permiten resguardar la salud psicológica del paciente. Finalmente se empleó el principio de justicia al tratar a todos los integrantes del estudio con igualdad.

CAPÍTULO IV: PRESENTACIÓN Y DISCUSIÓN DE LOS RESULTADOS

4.1. Análisis descriptivo de resultados

VARIABLES SOCIODEMOGRÁFICAS

Tabla 5

Edad en estudiantes de la escuela de administración de la UAC - filial Sicuani

Edades	Frecuencias	Porcentajes
18-20	60	35.5 %
21-25	84	49.5 %
26-30	17	10.2 %
31-39	8	4.8 %
Total	169	100.0%

En la tabla 5 se observa las edades de los participantes de la escuela de administración de la UAC - filial Sicuani, donde la mayoría de los estudiantes tiene entre 21 y 25 años de edad (49.5 %) y la minoría supera los 30 años de edad (4.8%).

Tabla 6

Sexo en estudiantes de la escuela de administración de la UAC - filial Sicuani

Sexo	Frecuencias	Porcentajes
Hombres	66	39.1 %
Mujeres	103	60.9 %
Total	169	100.0 %

En la tabla 6 se observa el sexo de los participantes de la escuela de administración de la UAC - filial Sicuani, donde la mayoría de los estudiantes son mujeres siendo este el 60.9 % de la muestra total.

VARIABLES DE ESTUDIO

Tabla 7

Estresores en estudiantes de la escuela de administración de la UAC - filial Sicuani

Niveles	Frecuencias	Porcentajes
Bajo	128	75.7 %
Promedio bajo	29	17.2 %
Promedio alto	12	7.1 %
Total	169	100.0 %

En la tabla 7 se observa que la mayor tendencia se encuentra en el nivel bajo de Estresores con 75.7 %, seguido del nivel promedio bajo con 17.2 % y el nivel promedio alto con 7.1 %. Como se aprecia, los Estresores académicos son principalmente bajos en la escuela de administración de la UAC - filial Sicuani.

Tabla 8

Síntomas en estudiantes de la escuela de administración de la UAC - filial Sicuani

Niveles	Frecuencias	Porcentajes
Bajo	123	72.8 %
Promedio bajo	23	13.6 %
Promedio alto	21	12.4 %
Alto	2	1.2 %
Total	169	100.0 %

En la tabla 8 se observa que la mayor tendencia se encuentra en el nivel bajo de Síntomas con 72.8 %, seguido del nivel promedio bajo con 13.6 %, el nivel promedio alto con 12.4 % y el nivel alto con 1.2 %. Como se aprecia, los Síntomas del estrés académico son principalmente bajos en la escuela de administración de la UAC - filial Sicuani.

Tabla 9

Estrategias de afrontamiento en estudiantes de la escuela de administración de la UAC - filial Sicuani

Niveles	Frecuencias	Porcentajes
Bajo	117	69.2 %
Promedio bajo	37	21.9 %
Promedio alto	11	6.5 %
Alto	4	2.4 %
Total	169	100.0 %

En la tabla 9 se observa que la mayor tendencia se encuentra en el nivel bajo de Estrategias de afrontamiento con 69.2 %, seguido del nivel promedio bajo con 21.9 %, el nivel promedio alto con 6.5 % y el nivel alto con 2.4 %. Como se aprecia, las Estrategias de afrontamiento que utilizan los estudiantes en la escuela de administración de la UAC - filial Sicuani son principalmente bajas.

Tabla 10

Estrés académico en estudiantes de la escuela de administración de la UAC - filial Sicuani

Niveles	Frecuencias	Porcentajes
Bajo	143	84.6 %
Promedio bajo	20	11.8 %
Promedio alto	5	3.0 %
Alto	1	0.6 %
Total	169	100.0 %

En la tabla 10 se observa que la mayor tendencia de Estrés académico se encuentra en el nivel bajo con 84.6 %, seguido del nivel promedio bajo con 11.8 %, el nivel promedio alto

con 3.0 % y el nivel alto con 0.6 %. Como se aprecia, el Estrés académico en los estudiantes de la escuela de administración de la UAC - filial Sicuani es en su gran mayoría bajo.

Tabla 11

Resiliencia en estudiantes de la escuela de administración de la UAC - filial Sicuani

Niveles	Frecuencias	Porcentajes
Bajo	64	37.9 %
Medio	82	48.5 %
Alto	23	13.6 %
Total	169	100.0 %

En la tabla 11 se observa que la mayor tendencia de la Resiliencia se encuentra en el nivel medio con 48.5 %, seguido del nivel bajo con 37.9 % y el nivel alto con 13.6 %. Como se aprecia, la Resiliencia en los estudiantes de la escuela de administración de la UAC - filial Sicuani oscila entre bajo y medio principalmente.

4.2. Prueba de hipótesis

Prueba de normalidad

Tabla 12

Prueba de normalidad

	Estresores	Síntomas	Estrategias de afrontamiento	Estrés académico	Resiliencia
N	169	169	169	169	169
W de Shapiro-Wilk	0.983	0.975	0.985	0.990	0.890
p de Shapiro-Wilk	0.034	0.004	0.063	0.291	< 0.001

En la tabla 12 se tiene el resultado de la prueba de normalidad de los datos procesados. Se puede notar que el p-valor es menor a 0.05 para las variables estresores, síntomas y resiliencia, por lo que se concluye que éstas no tienen una distribución normal; por otro lado, el p-valor es mayor a 0.05 para las variables estrategias de afrontamiento y estrés

académico, por lo que se concluye que éstas tienen una distribución normal. En conclusión, debido a que para utilizar estadística paramétrica se requiere que ambas variables a correlacionar tengan una distribución normal, será necesario utilizar la estadística no paramétrica para comprobar las hipótesis, es decir, se utilizará el coeficiente rho de Spearman.

Comprobación de hipótesis general

H0: No existe relación entre resiliencia y estrés académico en estudiantes de la Escuela de Administración de la Universidad Andina de Cusco - Filial Sicuani, 2022.

H : Existe relación entre resiliencia y estrés académico en estudiantes de la Escuela de Administración de la Universidad Andina de Cusco - Filial Sicuani, 2022.

Tabla 13

Correlación entre resiliencia y estrés académico

		Resiliencia	Estrés académico
Resiliencia	Rho de Spearman	—	-0.100
	p	—	0.195
Estrés académico	Rho de Spearman	-0.100	—
	p	0.195	—

En la tabla 13 se muestra que no hay correlación entre las variables resiliencia y estrés académico ($\rho = -0.100$ y $p > 0.05$). Por lo tanto, se acepta la hipótesis nula, es decir, no existe relación entre resiliencia y estrés académico en estudiantes de la Escuela de Administración de la Universidad Andina de Cusco - Filial Sicuani, 2022.

Comprobación de hipótesis específica 1

H0: No existe relación entre resiliencia y estresores académicos en estudiantes de la Escuela de Administración de la Universidad Andina de Cusco - Filial Sicuani, 2022.

H : Existe relación entre resiliencia y estresores académicos en estudiantes de la Escuela de Administración de la Universidad Andina de Cusco - Filial Sicuani, 2022.

Tabla 14

Correlación entre resiliencia y estresores académicos

		Resiliencia	Estresores académicos
Resiliencia	Rho de Spearman	—	0.122
	p	—	0.115
Estresores académicos	Rho de Spearman	0.122	—
	p	0.115	—

En la tabla 14 se muestra que no hay correlación entre las variables resiliencia y estresores académicos ($\rho = 0.122$ y $p > 0.05$). Por lo tanto, se acepta la hipótesis nula, es decir, no existe relación entre resiliencia y estresores académicos en estudiantes de la Escuela de Administración de la Universidad Andina de Cusco - Filial Sicuani, 2022.

Comprobación de hipótesis específica 2

H0: No existe relación entre resiliencia y síntomas de estrés académico en estudiantes de la Escuela de Administración de la Universidad Andina de Cusco - Filial Sicuani, 2022.

H : Existe relación entre resiliencia y síntomas de estrés académico en estudiantes de la Escuela de Administración de la Universidad Andina de Cusco - Filial Sicuani, 2022.

Tabla 15

Correlación entre resiliencia y síntomas de estrés académico

		Resiliencia	Síntomas de estrés académico
Resiliencia	Rho de Spearman	—	-0.087
	p	—	0.258
Síntomas de estrés académico	Rho de Spearman	-0.087	—
	p	0.258	—

En la tabla 15 se muestra que no hay correlación entre las variables resiliencia y síntomas de estrés académico ($\rho = -0.087$ y $p > 0.05$). Por lo tanto, se acepta la hipótesis nula, es decir, no existe relación entre resiliencia y síntomas de estrés académico en estudiantes de la Escuela de Administración de la Universidad Andina de Cusco - Filial Sicuani, 2022.

Comprobación de hipótesis específica 3

H₀: No existe relación entre resiliencia y estrategias de afrontamiento de estrés académico en estudiantes de la Escuela de Administración de la Universidad Andina de Cusco - Filial Sicuani, 2022.

H : Existe relación entre resiliencia y estrategias de afrontamiento de estrés académico en estudiantes de la Escuela de Administración de la Universidad Andina de Cusco - Filial Sicuani, 2022.

Tabla 16

Correlación entre resiliencia y estrategias de afrontamiento

		Resiliencia	Estrategias de afrontamiento
Resiliencia	Rho de Spearman	—	0.308
	p	—	< 0.001
Estrategias de afrontamiento	Rho de Spearman	0.308	—
	p	< 0.001	—

En la tabla 16 se muestra que la correlación entre las variables resiliencia y estrategias de afrontamiento de estrés académico es positiva, baja y significativa ($\rho = 0.308$ y $p < 0.05$). Por lo tanto, se rechaza la hipótesis nula, es decir, existe relación entre resiliencia y estrategias de afrontamiento de estrés académico en estudiantes de la Escuela de Administración de la Universidad Andina de Cusco - Filial Sicuani, 2022.

4.3. Discusión de resultados

Luego del análisis elaborado se halló que la resiliencia no correlaciona significativamente ($p = 0.195 > 0.05$) con el estrés académico en estudiantes de la Escuela de Administración de la Universidad Andina de Cusco - Filial Sicuani, 2022. Esto quiere decir que el desarrollo de una cualidad positiva que le permita a un individuo adecuarse a escenarios adversos respondiendo ante ellos de forma favorable (Wagnild y Young, 1993), no se relaciona con el suceso sistémico, de naturaleza adaptativa y psicológica, que se presenta en el individuo cuando se ve expuesto a diferentes exigencias en el contexto académico (Barraza, 2006). Esto concuerda con lo reportado por Maldonado y Paucar (2021), quienes hallaron que no hay relación significativa entre el estrés académico y la resiliencia que presentan los

estudiantes universitarios, siendo la resiliencia una cualidad individual no ligada al estrés que se pueda presentar en el ámbito académico. No obstante, Ramos (2021) encontró, en su investigación desarrollada, una relación significativa inversa entre dichas variables, esto quiere decir, que a mayor resiliencia en los estudiantes de una universidad, menor es el estrés académico que exteriorizan; de igual manera, Hong et al. (2020), halló que la resiliencia, el estrés académico y el rendimiento académico de los universitarios se vinculan significativamente, siendo la resiliencia una variable que se relaciona inversamente con el estrés académico y que además permite tener un mayor rendimiento. Por lo tanto, se puede señalar que la resiliencia permite al estudiante adaptarse a los diferentes contextos que se dan en la etapa universitaria, etapa que implica la exposición a exigencias o situaciones complicadas, mismas que pudieran devenir en estrés académico, por lo cual, aunque existen discrepancias de resultados en los diferentes estudios, ante la probabilidad de relación entre ambas, se considera favorable el desarrollo de esta capacidad no solo como posible medio de disminución de los estados de alteración que vienen en consecuencia de las demandas del entorno educativo, sino también como elemento importante de adecuación a un periodo de estudios marcadamente diferente al de la etapa escolar previa.

Respecto a la primera hipótesis específica postulada en esta investigación, se encontró que la resiliencia no correlaciona significativamente ($p = 0.115 > 0.05$) con los estresores académicos presentados en los estudiantes de la Escuela de Administración de la Universidad Andina de Cusco - Filial Sicuani, 2022. En otras palabras, la capacidad que permite al ser humano reestablecerse y mantener un comportamiento adaptativo después de la incapacidad que se da debido a un evento que genera tensión (Garmezy, 1991) no se relaciona con los sucesos académicos, solicitudes y exigencias a los que es sometido el alumno y que bajo su propia valoración son considerados como agentes estresores (Barraza, 2006). Esto discrepa con lo hallado por García (2022), quien encontró que hay una relación

inversa significativa entre la resiliencia y los estresores académicos que exhiben los estudiantes de posgrado de una universidad privada de Lima, esto quiere decir que cuanto mayor es el nivel de resiliencia menor es la situación académica, demanda y/o exigencia considerada como medio estresor por los estudiantes universitarios; de acuerdo a esto se puede decir que la resiliencia es la cualidad que distingue a los estudiantes que tienen una perspectiva positiva para considerar menos agentes académicos como estresores, esto coincide con lo reportado por Vizoso et al. (2018), quien halló que la resiliencia se relaciona significativamente de forma directa con el optimismo en estudiantes de una universidad de España exponiendo que a mayores niveles de resiliencia en los estudiantes habrá mayores niveles de optimismo. Por lo tanto, si bien en el presente estudio, los resultados fueron no significativos, lo cual podría deberse a diferentes factores como las características particulares de la muestra, esto no implica el hecho de que a través del contraste con otras investigaciones se pueda apreciar una relación entre la resiliencia y la evaluación personal de situaciones académicas consideradas como elementos estresores, debido a que la resiliencia se relaciona con el hecho de tener una perspectiva positiva de los diferentes factores de posible tensión académica por lo cual serán considerados individualmente como no estresantes.

Referente a la segunda hipótesis específica propuesta en este trabajo, se encontró que la resiliencia no correlaciona significativamente ($p = 0.258 > 0.05$) con los síntomas de estrés académico presentados en los estudiantes de la Escuela de Administración de la Universidad Andina de Cusco - Filial Sicuani, 2022. Dicho de otra manera, la capacidad de adaptación que es particular en cada ser humano, que surge a pesar de vivir en un contexto perjudicial y de haber atravesado sucesos traumáticos (Uriarte, 2005), no se relaciona con las manifestaciones de desequilibrio o señales de alteración física, psicológica y comportamental (Barraza, 2006) experimentadas durante periodos de estudio. Esto discrepa

con lo hallado por Campos y Garay (2021) quien encontró que hay una relación inversa significativa entre la resiliencia y los síntomas que surgen durante el estrés académico en los estudiantes universitarios, lo que significa que a mayor nivel de resiliencia en los ellos, habrá menor expresión de síntomas de desequilibrio debido al estrés académico; de igual forma, Osorno et al. (2021) reportó en su investigación realizada, que existe una relación inversa significativa entre la resiliencia y los componentes que constituyen los síntomas del estrés académico en los universitarios, es decir que ante el aumento de los niveles de resiliencia en los estudiantes, menores son las manifestaciones de desajuste personal en los aspectos psicológicos, comportamentales y físicos. Por lo tanto, siendo esta capacidad de ajuste ante situaciones negativas una característica individual, pudiera estar influenciado por diversos factores particulares, al momento de expresión de los síntomas físicos, psicológico o conductuales de estrés en el ámbito académico, esto explicaría porque en el presente estudio se halló una relación inversa pero no significativa y en otros estudios la relación fue igualmente inversa pero si significativa.

Respecto a la tercera hipótesis específica postulada en el presente estudio, se encontró que la resiliencia correlaciona significativamente ($p = 0.001 < 0.05$) con las estrategias de afrontamiento presentadas en los estudiantes de la Escuela de Administración de la Universidad Andina de Cusco - Filial Sicuani, 2022; siendo esta correlación directa y baja ($\rho = 0.308$). Esto quiere decir que la capacidad que permite tener una vida sana inclusive estando en medio de un ambiente pernicioso (Kotliarenko, Cáceres y Álvarez, 1996) se relaciona con los procesos cognitivos y comportamentales que se despliegan para manejar las exigencias del entorno consideradas abrumantes (Barraza, 2006), destacando que dichas estrategias dependerán del grado de participación del individuo (Álvarez y Cerrón, 2020). Esta relación, concuerda con los hallazgos de Verastegui (2020), quien encontró que la resiliencia y las estrategias de afrontamiento en estudiantes de una

universidad se correlacionan significativamente de modo directo, en otros términos ante la presencia de mayores niveles de resiliencia se encuentra mayores niveles de estrategias de afrontamiento en los estudiantes. Entonces, como las estrategias de afrontamiento dependerán del nivel de participación del individuo, podemos decir que es necesario la presencia de compromiso por parte del estudiante para actuar y enfrentar los retos académicos, esto concuerda con el estudio presentado por Berzosa (2017), quien halló que el *Engagement* (compromiso) se relaciona significativamente de manera directa con la resiliencia en estudiantes de una universidad de España, lo que significa que cuanto mayor es el compromiso, expresado a través del vigor, dedicación y absorción por parte de los estudiantes mayor será el nivel de resiliencia que posean; de esta forma, tanto el compromiso como la resiliencia, son factores que ayudan al estudiante en su desempeño académico, al respecto León et al. (2019), reportó que existe una correlación significativa y positiva entre la resiliencia y el rendimiento académico en adultos emergentes de una universidad, dicho de otra manera, la presencia de mayores niveles de resiliencia en los estudiantes implica mayores niveles de rendimiento académico. Por lo tanto, la capacidad personal que permite mantener una vida sana y equilibrada se vincula con las estrategias desplegadas para afrontar cualquier suceso negativo que pudiera suceder durante el periodo universitario, siendo el estudiante un elemento activo de este proceso porque debe manifestar un nivel de participación; además esta relación implicaría otros elementos positivos como el compromiso por parte del estudiante y el rendimiento académico obtenido.

CAPÍTULO V: CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

5.1. Conclusiones

1. La variable resiliencia no correlaciona significativamente ($p = 0.195 > 0.05$) con el estrés académico en estudiantes de la Escuela de Administración de la Universidad Andina de Cusco - Filial Sicuani, 2022. Aquí se debe señalar, en base a estudios previos, que la resiliencia permite al estudiante adaptarse a las diferentes contextos que se dan en la etapa universitaria, como la exposición a exigencias educativas, mismas que pueden desencadenar en estrés académico; por lo cual, aunque existen discrepancia en los resultados del presente estudio respecto a otras investigaciones, se considera que ante la probabilidad de relación entre ambas, es favorable el desarrollo de esta capacidad, no solo como posible medio de disminución de los estados de alteración ante demandas del entorno educativo, sino también como elemento importante de adecuación personal a un ciclo de estudios marcadamente diferente al de la etapa escolar previa.
2. La variable resiliencia no correlaciona significativamente ($p = 0.115 > 0.05$) con los estresores académicos presentados en los estudiantes de la Escuela de Administración de la Universidad Andina de Cusco - Filial Sicuani, 2022. Si bien en el presente estudio, no se encontró correlación, se considera que esto podría deberse a diferentes factores como las características particulares de la muestra, lo cual no implica el hecho de que a través de la confrontación con diferentes investigaciones, se pueda apreciar una relación entre la resiliencia y la evaluación personal de diferentes medios considerados como elementos estresores, debido a que la misma se relaciona con el hecho de tener una perspectiva positiva de las situaciones vivenciadas, dentro de las cuales se incluye la académica.

3. La variable resiliencia no correlaciona significativamente ($p = 0.258 > 0.05$) con los síntomas de estrés académico presentados en los estudiantes de la Escuela de Administración de la Universidad Andina de Cusco - Filial Sicuani, 2022. Aquí es importante señalar que siendo esta capacidad de ajuste ante situaciones negativas una característica personal, pudiera estar influenciado por diversos factores particulares, en el momento de manifestación de los síntomas físicos, psicológicos o conductuales del estrés académico; esto explicaría por qué en la presente investigación no se halló relación entre la resiliencia y los síntomas de estrés académico.
4. La variable resiliencia correlaciona significativamente ($p = 0.001 < 0.05$) con las estrategias de afrontamiento presentadas en los estudiantes de la Escuela de Administración de la Universidad Andina de Cusco - Filial Sicuani, 2022; siendo esta correlación directa y baja ($\rho = 0.308$). Esto implica que los estudiantes que tienen un conveniente nivel de resiliencia también tendrán un adecuado desarrollo de estrategias de afrontamiento para enfrentar cualquier suceso negativo que pudiera suceder durante el ciclo universitario; además, esta relación implicaría otros elementos positivos como el compromiso del estudiante y el rendimiento académico logrado.

5.2. Recomendaciones

1. Se recomienda al Coordinador de la Escuela Profesional de Administración de la Universidad Andina del Cusco – Filial Sicuani considerar dentro de la planificación de actividades de desarrollo académico anual, talleres para el desarrollo de la capacidad de resiliencia, puesto que se conoce, a través de diferentes estudios, que esta capacidad no solo es un posible medio de disminución de estrés académico sino que es un medio potencial de adaptación de los estudiantes a una nueva etapa académica acentuadamente diferente a la fase escolar.

2. Se recomienda al Coordinador de la Escuela Profesional de Administración de la Universidad Andina del Cusco – Filial Sicuani considerar dentro de la planificación de actividades de desarrollo académico semestral, charlas para la mejora del optimismo, como medida preventiva del estrés académico, debido a que se advierte, a través del análisis de diferentes estudios, que esta cualidad está ligada a la resiliencia y a la evaluación personal positiva de elementos que pudieran ser considerados como estresores.
3. Se recomienda al Coordinador de la Escuela Profesional de Administración de la Universidad Andina del Cusco – Filial Sicuani realizar coordinaciones con el departamento psicopedagógico de la universidad para desarrollar de forma periódica atenciones individuales para todos los alumnos, de manera virtual o presencial según conveniencia de cada estudiante, como medida preventiva para la detección temprana de síntomas de estrés académico.
4. Se recomienda al Coordinador de la Escuela Profesional de Administración de la Universidad Andina del Cusco – Filial Sicuani considerar dentro de la planificación de actividades de desarrollo académico anual, talleres prácticos para el aprendizaje de diferentes estrategias de afrontamiento, puesto que en el presente estudio se ha comprobado que estas se relacionan con una mejor capacidad de resiliencia por parte de los estudiantes; además, consecuentemente se favorecería el compromiso y rendimiento académico de los mismos.

REFERENCIAS

- Acosta, H., Llorens, S., Escaff, R., Díaz, J., Troncoso, S., Salanova, M. y Sanhueza, J. (2019). ¿Confiar o no Confiar?: El Rol Mediador de la Confianza entre el Trabajo en Equipo y el Work Engagement. *Revista Interamericana de Psicología Ocupacional*, 38(1), 85-99. DOI: 10.21772/ripo.v38n1a07
- Albán, J. (2018). Autoestima y estrés académico en estudiantes de una universidad de lima sur. *Acta psicológica peruana*, 3(1), 59-84. <http://revistas.autonoma.edu.pe/index.php/ACPP/article/view/125/102>
- Álvarez, K. y Cerrón, N. (2020). *Estrés académico y procrastinación en estudiantes de quinto de secundaria de instituciones educativas con jornada escolar completa de la provincia de Lircay-Huancavelica* [Tesis de licenciatura, Universidad Continental]. Repositorio institucional de la UC https://repositorio.continental.edu.pe/bitstream/20.500.12394/8378/3/IV_FHU_501_TE_Alvarez_Cerron_2021.pdf
- Ancajima, L. (2017). *Propiedades psicométricas del Inventario SISCO del Estrés Académico en universitarios de la ciudad de Trujillo* [Tesis de Licenciatura, Universidad Cesar Vallejo]. Repositorio digital institucional UCV. <https://repositorio.ucv.edu.pe/handle/20.500.12692/650>
- Barraza, A. (2005). Características del estrés académico de los alumnos de educación media superior. *Investigación Educativa Duranguense INED*, (4), 15-20. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=2880918>
- Barraza, A. (2006). Un modelo conceptual para el estudio del estrés académico. *Revista Electrónica de Psicología Iztacala*, 9(3), 110-129.

<https://www.iztacala.unam.mx/carreras/psicologia/psiclin/vol9num3/art6vol9no3.pdf>

- Barraza, A. (2007). Propiedades psicométricas del Inventario SISCO del estrés académico. *Revista Psicología Científica*. <https://www.psicologiacientifica.com/sisco-propiedades-psicometricas/>
- Becoña, E. (2006). Resiliencia: definición, características y utilidad del concepto. *Revista de Psicopatología y Psicología Clínica*, 11(3), 125-146. <http://e-spacio.uned.es/fez/eserv/bibliuned:Psicopat-2006-E3EEEF3-E4DF-43B4-C15D-FF038F693092/Documento.pdf>
- Berrio, N. y Mazo, R. (2011). Estrés Académico. *Revista De Psicología Universidad De Antioquia*, 3(2), 55–82. <https://revistas.udea.edu.co/index.php/psicologia/article/view/11369>
- Berzosa, R. (2017). *Estrés académico, "engagement" y resiliencia en estudiantes de enfermería* [Tesis de licenciatura, Universidad de Valladolid]. <https://uvadoc.uva.es/handle/10324/24508>
- Caldera, Pulido y Martínez. (2007). Niveles de estrés y rendimiento académico en estudiantes de la carrera de Psicología del Centro Universitario de los Altos. *Revista de Educación y Desarrollo*, (7), 77-88. https://www.cucs.udg.mx/revistas/edu_desarrollo/anteriores/7/007_Caldera.pdf
- Campos, M. y Garay, E. (2021). *Resiliencia y estrés académico en universitarios de psicología en tiempos de aprendizaje virtual de una universidad privada de Huancayo-2020* [Tesis de licenciatura, Universidad Peruana de los Andes]. <http://www.repositorio.upla.edu.pe/handle/20.500.12848/2247>

- Chávez, J. y Peralta, R. (2019). Estrés académico y autoestima en estudiantes de enfermería, Arequipa-Perú. *Revista de ciencias sociales*, 25(1), 384-399.
<https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=7113737>
- Covarrubias, A. (2020). Confianza Y Temor En Aristóteles. *Philosophia*, 80 (1), 87-105.
<https://revistas.uncu.edu.ar/ojs3/index.php/philosophia/article/view/3642>.
- Escobar, E., Soria, B., López, G. y Peñafiel, D. (2018). Manejo del estrés académico; revisión crítica. *Revista Atlante: Cuadernos de Educación y Desarrollo*.
<https://www.eumed.net/rev/atlante/2018/08/estres-academico.html>
- Estévez, R., Basset, I., Flores, J., Sanchez, A. y Perez, M. (2019). Estado resiliente de estudiantes de la licenciatura en enfermería con riesgo de deserción. *Revista Cubana de Enfermería*, 35(3), a_3430.
<http://revenfermeria.sld.cu/index.php/enf/article/view/3430/490>
- Estrada, E., Mamani, M., Gallegos, N., Mamani, H. y Zuloaga, M. (2021). Estrés académico en estudiantes universitarios peruanos en tiempos de la pandemia del COVID-19. *AVFT Archivos Venezolanos de Farmacología y Terapéutica*, 40(1), 88-93. DOI: 10.5281/zenodo.4675923
- García, T. (2022). *Resiliencia y estrés académico en estudiantes de posgrado en una universidad privada en el contexto de emergencia sanitaria – 2021* [Tesis de posgrado, Universidad Cesar Vallejo].
<https://repositorio.ucv.edu.pe/handle/20.500.12692/79942>
- Garnezy, N. (1991). Resiliency and vulnerability to adverse developmental outcomes associated with poverty. *American Behavioral Scientist*, 31,416-430.
- González, F. (2007). Instrumentos de evaluación psicológica. Editorial ciencias médicas.
- Grotberg, E. (2006). *La resiliencia en el mundo de hoy*. (1° ed.). GEDISA

- Hernández, R., Fernández, C. y Baptista, P. (2014). Metodología de la investigación. (6ª ed.). McGraw Hill Education.
- Holmes, T.H. y Rahe, R. H. (1967). The social readjustment rating scale. *Journal of Psychosomatic Research*, 11, 213-218
- Hong, S.-H., Kim, J.-S., & Ju, D.-B. (2020). The Effect of Resilience on Academic Stress and Academic Achievement in Nursing Students. *Journal of the Korea Convergence Society*, 11(9), 443–450. <https://doi.org/10.15207/JKCS.2020.11.9.443>
- Julián, G. y Ponce, E. (2020). *Características de la resiliencia en adolescentes víctimas de bullying en publicaciones iberoamericanas* [Tesis de licenciatura, Universidad Cesar Vallejo]. Repositorio institucional de la UCV <https://repositorio.ucv.edu.pe/handle/20.500.12692/50320>
- Kotliarenko, M., Cáceres, I. y Álvarez, C. (1996). *Resiliencia: Construyendo en adversidad*. Centro de Estudios y Atención del Niño y la Mujer - CEANIM
- Lazarus, R. (1966). *Psychological stress and the coping process*. Nueva York: McGrawHill.
- León, A., Gonzáles, S., Gonzáles, N. y Barceleta, B. (2019). Estrés, autoeficacia, rendimiento académico y resiliencia en adultos emergentes. *Electronic Journal of Research in Educational Psychology*, 17 (1), 129-148. <http://repositorio.ual.es/bitstream/handle/10835/7605/2226-7059-1-PB.pdf?sequence=1>
- Maldonado, E. y Paucar, E. (2021). *Estrés académico y resiliencia en estudiantes de la Facultad de Educación de una Universidad Estatal de Huancayo – 2020* [Tesis de licenciatura, Universidad Peruana de los Andes]. <http://www.repositorio.upla.edu.pe/handle/20.500.12848/2222>

- Martínez y Díaz (2007). Una aproximación psicosocial al estrés escolar. *Educación y Educadores*, 10(2), 11-22. <https://www.redalyc.org/pdf/834/83410203.pdf>
- Masten, A., Hubbard, J., Gest, S., Tellegen, A., Garmezy, N. y Ramírez, M. (1999). Competence in the context of adversity: Pathways to resilience and maladaptation from childhood to late adolescence. *Development and Psychopathology*, 11, 143-169.
- Masten, A. y Powell, J. (2003). A resilience framework for research, policy, and practice. En Luthar, S. (Ed.) *Resilience and vulnerability. Adaptation in the context of childhood adversities*, 1-26. Cambridge: Cambridge University Press. <https://doi.org/10.1017/CBO9780511615788>
- Mendiola, J. (2010). *El manejo del estrés académico en estudiantes universitarios: una propuesta de intervención* [Tesis de licenciatura, Universidad Autónoma de México]. Repositorio institucional de la UNAM. http://p8080-132.248.9.195.pbidi.unam.mx:8080/tesdig/Procesados_tesis_2011/septiembre/0673462/Index.html
- Morales, G. (2021). *Cyberbullying y Resiliencia en estudiantes de secundaria de una institución educativa de Trujillo, año 2021* [Tesis de Doctorado, Universidad Cesar Vallejo]. Repositorio institucional de la UCV <https://repositorio.ucv.edu.pe/handle/20.500.12692/71439>
- Moreno, J., Hernández, J. y García, A. (2022). Estrés académico de estudiantes universitarios de Economía: estresores, síntomas y estrategias. *Revista de Educación y Desarrollo*, 60(1), 19-27. https://www.cucs.udg.mx/revistas/edu_desarrollo/anteriores/60/60_Moreno.pdf
- Moscós, M., Burga, A., Oblitas, L., Bayona, S. y Arana, A. (2020). Validez de constructo y confiabilidad del Inventario de Mindfulness y Ecuanimidad. *Revista de Psicología*, 38 (2), 553-575. <https://doi.org/10.18800/psico.202002.008>

- Naranjo, M. (2009). Una revisión teórica sobre el estrés y algunos aspectos relevantes de éste en el ámbito educativo. *Revista Educación*, 33(2), 171-190.
- Novella, A. (2002). *Incremento de la resiliencia luego de la aplicación de un programa de psicoterapia breve en madres adolescentes* [Tesis de Maestría no publicada]. Universidad Nacional Mayor de San Marcos.
- Orlandini, A. (1999). *El estrés, qué es y cómo evitarlo*. México: Fondo de Cultura Económica
- Ortega, C. (2021). *El estrés académico y su incidencia en las funciones cognitivas básicas en estudiantes de sexto y séptimo semestre de la carrera de psicopedagogía de la Universidad Técnica de Ambato*. [Tesis de licenciatura, Universidad Técnica de Ambato]. Repositorio institucional de la Universidad Técnica de Ambato <https://repositorio.uta.edu.ec/bitstream/123456789/32568/1/ORTEGA%20TOLED%20CINTHYA%20JAZMIN%20TESIS%20repositorio.pdf>
- Osorno, M., De Hoyos, M., García, M. y Córdoba, V. (2020). Estrés académico y resiliencia en madres universitarias colombianas con y sin apoyo institucional en el cuidado de sus hijos. *Revista Psicoespacios*, 14(25), 16. <https://doi.org/10.25057/21452776.1367>
- Ramos, R. (2021). *Resiliencia y estrés académico en los estudiantes de una universidad privada de Ica, en el contexto de emergencia sanitaria, 2020* [Tesis de licenciatura, Universidad Autónoma de Ica]. <http://repositorio.autonmadeica.edu.pe/handle/autonmadeica/979>
- Richardson, G., Nigier, B., Jensen, S. y Kumpfer, K. (1990). The resilience model. *Health Education*, 21, 33-39.
- Ríos, L. (2014). *Factores estresores académicos asociados a estrés en estudiantes de enfermería de la Escuela Padre Luis Tezza* [Tesis de licenciatura, Escuela de

- enfermería Padre Luis Tezza]. Repositorio institucional Universidad Ricardo Palma.
<https://repositorio.urp.edu.pe/handle/urp/385>
- Rodríguez, I., Fonseca, G. y Aramburú, G. (2020). Estrés Académico en Alumnos Ingresantes a la Carrera de Odontología en la Universidad Nacional de Córdoba, Argentina. *International journal of odontostomatology*, 14(4), 639-647.
https://scielo.conicyt.cl/scielo.php?pid=S0718-381X2020000400639&script=sci_arttext&tlng=en
- Román, C. y Hernández, Y. (2011). El estrés académico: una revisión crítica del concepto desde las ciencias de la educación. *Revista Electrónica de Psicología Iztacala*. 14(2), 1-14.
<https://www.iztacala.unam.mx/carreras/psicologia/psiclin/vol14num2/Vol14No2Art1.pdf>
- Santa, K., Gadea, W. y Vera, S. (2018). *Rompiendo barreras en la investigación*. Ecuador: Editorial UTMACH
- Selye, H. (1946). The General Adaptation Syndrome and the Disease of adaptation. *Journal Clinical Endocrinol*, 6, 117-230.
- Sessarego, N. y Rojas, A. (2021). *Calidad de vida, resiliencia y bienestar psicológico* [Tesis de licenciatura, Universidad Autónoma de Ica]. Repositorio institucional de la UA de Ica <http://repositorio.autonomadeica.edu.pe/handle/autonomadeica/1165>
- Silva, M., López, J. y Columba, M. (2020). Estrés académico en estudiantes universitarios. *Investigación y Ciencia*, 28(79), 75-83.
<https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=67462875008>
- Tarter, R. y Vanyukov, M. (1999). Re-visiting the validity of the construct of resilience. *Resilience and development. Positive Life adaptations*, 85-100. Nueva York: Kluwer Academic/Plenum Press.

- Teja, J. (2018). Salud, desastres y resiliencia. *Revista Infodir*, (26), 59-64.
<http://www.revinfodir.sld.cu/index.php/infodir/%20article/view/453/535>
- Uriarte, J. (2005). La resiliencia. Una nueva perspectiva en la psicopatología del desarrollo. *Revista de Psicodidáctica*, 10(2), 61-79.
<https://www.redalyc.org/pdf/175/17510206.pdf>
- Vanistendael, S. (1994). *Resilience: a few key issues*. Malta: International Catholic Child Bureau.
- Verastegui, M. (2020). *Estrés académico y resiliencia en estudiantes de una universidad privada de Lima Norte, 2019* [Tesis de licenciatura, Universidad Privada del Norte].
<https://repositorio.upn.edu.pe/handle/11537/24260>
- Vizoso, C. y Arias, O. (2018). Resiliencia, optimismo y Burnout académico en estudiantes universitarios. *European Journal of Education and Psychology*, 11(1), 47-59.
doi:10.30552/ejep.v11i1.185
- Wagnild, G., y Young, H. (1990). Resilience among older women. *Journal of Nursing Measurement*, 4(22), 252–255. <https://doi.org/10.1111/j.1547-5069.1990.tb00224.x>
- Wagnild, G. & Young, H. (1993). Development and psychometric evaluation of the Resilience Scale. *Journal of Nursing Measurement*, 1(2), 165-178.
<https://doi.org/10.1186/1756-0500-4-509>.
- Wolin, S.J. & Wolin, S. (1993). *The resilient self: how survivors of troubled families rise above adversity*. Nueva York: Villard Books.

ANEXOS

Anexo 1: Matriz de consistencia

TÍTULO: Resiliencia y estrés académico en estudiantes de la Escuela de Administración de la Universidad Andina de Cusco - Filial Sicuani, 2022							
AUTOR: Yanet Udi Aquino Cervantes							
PROBLEMA	OBJETIVOS	HIPÓTESIS	VARIABLES E INDICADORES				
<p>Problema general ¿Cuál es la relación entre resiliencia y estrés académico en estudiantes de la Escuela de Administración de la Universidad Andina de Cusco - Filial Sicuani, 2022?</p> <p>Problemas específicos - ¿Cuál es la relación entre resiliencia y estresores académicos en estudiantes de la Escuela de Administración de la Universidad Andina de Cusco - Filial Sicuani, 2022?</p> <p>- ¿Cuál es la relación entre</p>	<p>Objetivo General Determinar la relación que existe entre resiliencia y estrés académico en estudiantes de la Escuela de Administración de la Universidad Andina de Cusco - Filial Sicuani, 2022.</p> <p>Objetivos específicos - Determinar la relación que existe entre resiliencia y estresores académicos en estudiantes de la Escuela de Administración de la Universidad Andina de Cusco - Filial Sicuani, 2022.</p> <p>- Determinar la relación que existe</p>	<p>Hipótesis general Existe relación entre resiliencia y estrés académico en estudiantes de la Escuela de Administración de la Universidad Andina de Cusco - Filial Sicuani, 2022.</p> <p>Hipótesis específicas - Existe relación entre resiliencia y estresores académicos en estudiantes de la Escuela de Administración de la Universidad Andina de Cusco - Filial Sicuani, 2022.</p> <p>- Existe relación entre resiliencia y síntomas de estrés</p>	Variable 1: Resiliencia				
			Dimensiones	Indicadores	Ítems	Escala de medición	Niveles o rangos
			Confianza en sí mismo	<ul style="list-style-type: none"> - Cree en él mismo - Confía en sus capacidades - Acepta sus cualidades y limitaciones - Siente orgullo de sus logros 	6, 9, 10, 13, 17, 18, 24	Escala Ordinal En desacuerdo (1, 2, 3) Ni en desacuerdo ni de acuerdo (4) De acuerdo (5, 6, 7)	Bajo: [25-127] Medio: [128-157] Alto: [158-175]
			Ecuanimidad	<ul style="list-style-type: none"> - Muestra una perspectiva equilibrada entre la vida y las experiencias - Toma las diferentes situaciones de la vida con tranquilidad - Puede moderar sus actitudes ante la adversidad 	7, 8, 11, 12	Escala Ordinal En desacuerdo (1, 2, 3) Ni en desacuerdo ni de acuerdo (4) De acuerdo (5, 6, 7)	
			Perseverancia	<ul style="list-style-type: none"> - Lucha ante las dificultades que se le presentan - Tiene un deseo constante por sobresalir - Actúa con decisión 	1, 2, 4, 14, 15, 20, 23	Escala Ordinal En desacuerdo (1, 2, 3) Ni en desacuerdo ni de acuerdo (4) De acuerdo (5, 6, 7)	
			Satisfacción personal	<ul style="list-style-type: none"> - Entiende el significado de la vida - Construye su vida en base al entendimiento de la misma - Entiende que no se puede agradar a todos 	16, 21, 22, 25	Escala Ordinal En desacuerdo (1, 2, 3) Ni en desacuerdo ni de acuerdo (4) De acuerdo (5, 6, 7)	
Sentirse bien solo	<ul style="list-style-type: none"> - Comprende que es valioso - Da un significado a su independencia - Puede estar solo sin dificultad 	5, 3, 19	Escala Ordinal En desacuerdo (1, 2, 3) Ni en desacuerdo ni de acuerdo (4) De acuerdo (5, 6, 7)				

resiliencia y síntomas de estrés académico en estudiantes de la Escuela de Administración de la Universidad Andina de Cusco - Filial Sicuani, 2022?	entre resiliencia y síntomas de estrés académico en estudiantes de la Escuela de Administración de la Universidad Andina de Cusco - Filial Sicuani, 2022.	académico en estudiantes de la Escuela de Administración de la Universidad Andina de Cusco - Filial Sicuani, 2022.		- Depende de sí mismo más que de otros			
Variable 2: Estrés académico							
			Dimensiones	Indicadores	Ítems	Escala de medición	Niveles o rangos
			Estresores	- Demandas valoradas como estresantes - Condiciones del ambiente estimadas como estresantes	3.1, 3.2, 3.3, 3.4, 3.5, 3.6, 3.7, 3.8	Escala Ordinal Nunca (0) Rara vez (1) Algunas veces (2) Casi siempre (3) Siempre (4)	Bajo nivel: [00 - 73] Promedio bajo: [74 - 90] Promedio alto: [91 - 106] Alto nivel: [107 - a más]
- ¿Cuál es la relación entre resiliencia y estrategias de afrontamiento de estrés académico en estudiantes de la Escuela de Administración de la Universidad Andina de Cusco - Filial Sicuani, 2022?	- Determinar la relación que existe entre resiliencia y estrategias de afrontamiento de estrés académico en estudiantes de la Escuela de Administración de la Universidad Andina de Cusco - Filial Sicuani, 2022.	- Existe relación entre resiliencia y estrategias de afrontamiento de estrés académico en estudiantes de la Escuela de Administración de la Universidad Andina de Cusco - Filial Sicuani, 2022.	Síntomas	- Desequilibrio somático y emocional del alumno - Afectaciones físicas - Inestabilidad psicológica - Alteraciones comportamentales	4.1, 4.2, 4.3, 4.4, 4.5, 4.6, 4.7, 4.8, 4.9, 4.10, 4.11, 4.12, 4.13, 4.14, 4.15	Escala Ordinal Nunca (0) Rara vez (1) Algunas veces (2) Casi siempre (3) Siempre (4)	
			Estrategias de afrontamiento	- Maneja las demandas estudiantiles externas - Neutraliza las exigencias internas - Tiene control sobre las situaciones difíciles	5.1, 5.2, 5.3, 5.4, 5.5, 5.6	Escala Ordinal Nunca (0) Rara vez (1) Algunas veces (2) Casi siempre (3) Siempre (4)	

Anexo 2: Instrumentos

Escala de Resiliencia de Wagnild & Young (Adaptado por Novella, 2002)

Carrera:

Edad:

Sexo:

Fecha:

Instrucciones:

A continuación le presentamos unas frases que le permitirán pensar acerca de su forma de ser. Conteste cada una de las preguntas, marcando con una "x" en el casillero que mejor represente la frecuencia con la que actúa. La sinceridad con que responda a los cuestionamientos será de gran utilidad para la investigación. La información que proporcione será totalmente confidencial. Recuerde que no existen respuestas buenas o malas.

N°	ITEMS	Estar en desacuerdo			Estar de acuerdo			
		1	2	3	4	5	6	7
1	Cuando planteo algo lo realizo.							
2	Generalmente me las arreglo de una manera u otra.							
3	Dependo más de mí mismo que de otras personas.							
4	Es importante para mí mantenerme interesado en las cosas.							
5	Puedo estar solo si tengo que hacerlo.							
6	Me siento orgulloso de haber logrado cosas en mi vida.							
7	Usualmente veo las cosas a largo plazo.							
8	Soy amigo de mí mismo.							
9	Siento que puedo manejar varias cosas al mismo tiempo.							
10	Soy decidida.							
11	Rara vez me pregunto cuál es la finalidad de todo.							
12	Tomo las cosas una por una.							
13	Puedo enfrentar las dificultades porque las he experimentado anteriormente.							
14	Tengo autodisciplina.							
15	Me mantengo interesado en las cosas.							
16	Por lo general, encuentro algo de que reírme.							
17	El creer en mí mismo me permite atravesar tiempos difíciles.							
18	En una emergencia soy una persona en quien se puede confiar.							
19	Generalmente puedo ver una situación de varias maneras.							
20	Algunas veces me obligo a hacer cosas aunque no quiera.							
21	Mi vida tiene significado.							
22	No me lamento de las cosas por las que no puedo hacer nada.							
23	Cuando estoy en una situación difícil generalmente encuentro una salida.							
24	Tengo la energía suficiente para hacer lo que debo hacer.							
25	Acepto que hay personas a las que yo no les agrado.							

**Inventario SISCO del Estrés Académico del Dr. Arturo Barraza
(Adaptado por Ancajima, 2017)**

Carrera:

Edad:

Sexo:

Fecha:

Instrucciones:

A continuación le presentamos una serie de enunciados, la sinceridad con que responda será de gran utilidad para la investigación. La información que proporcione será totalmente confidencial y solo se manejarán resultados globales. Recuerde que no existen respuestas buenas o malas.

Marque con una X en el casillero que corresponda.

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

SI NO

En caso de seleccionar la alternativa "No" el cuestionario se da por concluido. De ser "si" continuar con 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) es 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
3.1	La competencia con los compañeros del grupo					
3.2	Sobrecarga de tareas y trabajos escolares					
3.3	La personalidad y el carácter del profesor					
3.4	Las evaluaciones de los profesores (exámenes, ensayos, trabajos de investigación, etc.)					
3.5	El tipo de trabajo que te piden los profesores (consulta de temas, fichas de trabajo, ensayos, mapas conceptuales, etc.)					
3.6	No entender los temas que se abordan en la clase					
3.7	Participación en clase (responder a preguntas, exposiciones, etc.)					
3.8	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
4.1	Trastornos en el sueño (insomnio o pesadillas)					
4.2	Fatiga crónica (cansancio permanente)					
4.3	Dolores de cabeza o migrañas					
4.4	Problemas de digestión, dolor abdominal o diarrea					
4.5	Rascarse, morderse las uñas, frotarse, etc.					
4.6	Somnolencia o mayor necesidad de dormir					
Reacciones psicológicas						
4.7	Inquietud (incapacidad de relajarse y estar tranquilo)					
4.8	Sentimientos de depresión y tristeza (decaído)					
4.9	Ansiedad, angustia o desesperación					
4.10	Problemas de concentración					
4.11	Sentimiento de agresividad o aumento de irritabilidad					
Reacciones comportamentales						
4.12	Conflictos o tendencia a polemizar o discutir					
4.13	Aislamiento de los demás					
4.14	Desgano para realizar las labores escolares					
4.15	Aumento o reducción del consumo de alimentos					
4.16	Otra: _____ (Especifique)					

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
5.1	Habilidad asertiva (defender nuestras preferencias, ideas o sentimientos sin dañar a otros)					
5.2	Elaboración de un plan y ejecución de sus tareas					
5.3	Elogios a sí mismo					
5.4	La religiosidad (oraciones o asistencia a misa)					
5.5	Búsqueda de información sobre la situación					
5.6	Ventilación y confidencias (verbalización de la situación que preocupa)					
	Otra: _____ (Especifique)					

Formulario google de los Instrumentos

docs.google.com/forms/d/e/1FAIpQLSdLm1Yd2NP-wACawXWi22iSt1duQbZ67ZqIMDOZu7ehwbeZqg/viewform

Aplicaciones Otros marcadores

"Resiliencia y estrés académico en estudiantes de la Escuela de Administración de una Universidad Privada de Sicuani-Cusco, 2022"

CONSENTIMIENTO INFORMADO

Es grato saludarlos e invitarlos a participar en el presente estudio de investigación que tiene por objetivo principal conocer la relación que existe entre la resiliencia y el estrés académico en estudiantes de la Escuela de Administración de una Universidad Privada de Sicuani-Cusco, 2022. Este estudio está a cargo de la estudiante investigadora de la Universidad Privada Norbert Wiener: Yanet Udi Aquino Cervantes; bajo la dirección del Mg. David Tito Reyes Callahuacho, docente de la universidad.

Riesgos: Ninguno.
Beneficios: Contribuir al crecimiento del conocimiento científico.
Confidencialidad: La información obtenida será utilizada solo para fines investigativos y se mantendrá la confidencialidad de los participantes; además, los datos serán tratados sólo de forma global.

Responder este formulario no te tomará más de 10 minutos.
Si tiene alguna duda, puede consultar al celular 920549140 o escribir al correo: yaneteb@gmail.com

yaneteb@gmail.com (no se comparten) Cambiar cuenta

*Obligatorio

Ho leído la información brindada, y acepto participar voluntariamente en el presente estudio de investigación.

Si
 No

docs.google.com/forms/d/e/1FAIpQLSdLm1Yd2NP-wACawXWi22iSt1duQbZ67ZqIMDOZu7ehwbeZqg/formResponse

Aplicaciones Otros marcadores

ESCALA DE RESILIENCIA DE WAGNILD & YOUNG (ADAPTADO POR NOVELLA, 2002)

A continuación lo presentamos unas frases que se refieren a su forma de ser. Conteste marcando del 1 al 7 la opción que mejor lo represente.

	Estar en desacuerdo			Estar de acuerdo			
	1	2	3	4	5	6	7
1. Cuando planteo algo lo realizo.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
2. Generalmente me las arreglo de una manera u otra.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
3. Dependo más de mí mismo que de otras personas.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
4. Es importante para mí mantenerme interesado en las cosas.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
5. Puedo estar solo si tengo que hacerlo.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
6. Me siento orgulloso de haber logrado cosas en mi vida.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

docs.google.com/forms/d/e/1FAIpQLSdLm1Yd2NP-wACawXWi22iSt1duQbZ67ZqIMDOZu7ehwbeZqg/formResponse

Aplicaciones Otros marcadores

INVENTARIO SISCO DEL ESTRÉS ACADÉMICO (ADAPTADO POR ANCAJMA, 2017)

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

Si
 No

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) es mucho.

	1	2	3	4	5
Poco	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Mucho					

3. En una escala del 1 al 5, señala con qué frecuencia te inquietaron las siguientes situaciones:

	Nunca (1)	Rara vez (2)	Algunas veces (3)	Casi siempre (4)	Siempre (5)
3.1 La competencia con los compañeros del grupo	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
3.2 Sobrecarga de tareas y trabajos escolares	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
3.3 La personalidad y el carácter del	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

Anexo 3: Autorización de uso de instrumentos

Solicitud de autorización de Instrumento Estrés académico adaptado a Perú Recibidos x

Yanet Aquino <yanetxb@gmail.com> para lourdesancajima <lourdesancajima@gmail.com> dom, 24 abr, 18:00

Estimada Mg. Ancajima Carranza, Lourdes del Pilar,

Reciba mis más cordiales saludos, el motivo de la presente es solicitar su permiso para el uso del Instrumento Inventario SISCO del Estrés Académico adaptado por usted a la población peruana en el 2017. Soy estudiante universitaria de los últimos ciclos de la carrera de psicología de la Universidad Privada N. Wiener de Lima y vengo realizando una investigación en estudiantes universitarios para optar al grado de licenciada en psicología, por lo cual se me pide contar con su autorización para poder aplicar en mi investigación dicho instrumento adaptado por usted.

A la espera de su amable respuesta y apoyo, agradezco mucho su atención.

Atte.
Aquino Cervantes, Yanet Udi
Estudiante de Psicología de la Universidad Privada N. Wiener
Cel.: 930549140

lourdes ancajima carranza lun, 25 abr, 12:15

Buenas tardes, doy la autorización para utilizar el instrumento SISCO del Estrés académico. Gracias.

Yanet Aquino <yanetxb@gmail.com> para lourdes <lourdesancajima@gmail.com> mar, 26 abr, 20:07

Muchísimas gracias Mg. Lourdes Ancajima

Solicitud de autorización del Instrumento de Resiliencia adaptado al Perú Recibidos x

Yanet Aquino <yanetxb@gmail.com> para angelinanovella <angelinanovella@hotmail.com> mar, 14 dic 2021, 21:24

Estimada Mg. Angelina Novella,

Reciba mis más cordiales saludos, el motivo de la presente es para solicitar su permiso para el uso del Instrumento Escala de Resiliencia adaptada por usted a la población peruana en el 2002. Soy estudiante universitaria de los últimos ciclos de la carrera de psicología de la Universidad Privada N. Wiener de Lima y vengo realizando una investigación en estudiantes universitarios para optar al grado de licenciada en psicología, por lo cual se me pide contar con su autorización para poder aplicar en mi investigación dicho instrumento adaptado por usted.

A la espera de su amable respuesta y apoyo, agradezco mucho su atención.

Atte.
Aquino Cervantes, Yanet Udi
Estudiante de Psicología de la Universidad Privada N. Wiener
Cel.: 930549140

angelina Novella <angelinanovella@hotmail.com> para mí <yanetxb@gmail.com> sáb, 18 dic 2021, 19:19

Yanet, la escala es correcta, teniendo en cuenta las correcciones que te sugerí hacer pienso que ya la puedes usar en tu investigación.

Angelina Novella

Anexo 4: Aprobación del Comité de Ética



COMITÉ INSTITUCIONAL DE ÉTICA PARA LA INVESTIGACIÓN

CONSTANCIA DE APROBACIÓN

Lima, 10 de febrero de 2023

Investigador(a)
Yanet Udi Aquino Cervantes
Exp. N°: 0137-2023

De mi consideración:

Es grato expresarle mi cordial saludo y a la vez informarle que el Comité Institucional de Ética para la investigación de la Universidad Privada Norbert Wiener (CIEI-UPNW) evaluó y APROBÓ los siguientes documentos:

- Protocolo titulado: “Resiliencia y estrés académico en estudiantes de la escuela de administración de la Universidad Andina de Cusco - filial Sicuani, 2022” Versión 01 con fecha 27/10/2022.
- Formulario de Consentimiento Informado Versión 01 con fecha 27/10/2022

El cual tiene como investigador principal al Sr(a) Yanet Udi Aquino Cervantes y a los investigadores colaboradores (no aplica)

La APROBACIÓN comprende el cumplimiento de las buenas prácticas éticas, el balance riesgo/beneficio, la calificación del equipo de investigación y la confidencialidad de los datos, entre otros.

El investigador deberá considerar los siguientes puntos detallados a continuación:

1. La vigencia de la aprobación es de dos años (24 meses) a partir de la emisión de este documento.
2. El Informe de Avances se presentará cada 6 meses, y el informe final una vez concluido el estudio.
3. Toda enmienda o adenda se deberá presentar al CIEI-UPNW y no podrá implementarse sin la debida aprobación.
4. Si aplica, la Renovación de aprobación del proyecto de investigación deberá iniciarse treinta (30) días antes de la fecha de vencimiento, con su respectivo informe de avance.

Es cuanto informo a usted para su conocimiento y fines pertinentes.

Atentamente,


Yenny Marisol Bellido Fuente
Presidenta del CIEI-UPNW



Avenida República de Chile N°432, Jesús María
Universidad Privada Norbert Wiener
Teléfono: 706-5555 anexo 3290 Cel. 981-000-698
Correo: comite.etica@unwiener.edu.pe

Anexo 5: Formato de consentimiento informado

CONSENTIMIENTO INFORMADO PARA PARTICIPAR EN UN ESTUDIO DE INVESTIGACIÓN UNIVERSITARIO

Institución : Universidad Privada Norbert Wiener

Investigador (a) : Aquino Cervantes, Yanet Udi

Asesor : Dr. Reyes Callahuacho, David Tito

Título del estudio : “Resiliencia y estrés académico en estudiantes de la escuela de administración de la Universidad Andina de Cusco - filial Sicuani, 2022”

PROPÓSITO DEL ESTUDIO:

Le invitamos a participar en un estudio para determinar si existe relación entre la resiliencia y el estrés académico en estudiantes de la escuela de administración de la UAC - filial Sicuani, 2022. Este es un estudio desarrollado por una estudiante investigadora de la Universidad Privada Norbert Wiener, Yanet Udi Aquino Cervantes, bajo la dirección del asesor Dr. David Tito Reyes C., docente de la universidad. El propósito de este estudio es hallar la vinculación entre la resiliencia de un estudiante y su nivel de estrés en el ámbito académico. Su ejecución permitirá profundizar el conocimiento en este campo.

PROCEDIMIENTOS:

Si decide participar en este estudio se le brindará un link de formularios google donde podrá aceptar el consentimiento informado presente y proceder a responder los cuestionarios requeridos para la presente investigación, la encuesta le demorará 20 minutos aproximadamente y los resultados se almacenarán respetando la confidencialidad y anonimato.

RIESGOS:

Su participación en el estudio no implica riesgos para Ud. en su aplicación.

BENEFICIOS:

Su participación en el estudio permitirá contribuir con el desarrollo del conocimiento científico.

COSTOS Y COMPENSACIÓN:

Usted no deberá pagar nada por la participación. Tampoco recibirá ningún incentivo económico a cambio de su participación.

CONFIDENCIALIDAD:

Nosotros guardaremos la información con códigos y no con nombres. Si los resultados de este estudio son publicados, no se mostrará ninguna información que permita su identificación. Sus archivos no serán mostrados a ninguna persona ajena al estudio.

DERECHOS DEL PARTICIPANTE:

Si usted se siente incómodo durante la aplicación de la encuesta, podrá retirarse de este en cualquier momento, o no participar en una parte del estudio sin perjuicio alguno. Si tiene alguna inquietud o molestia, no dude en preguntar al personal del estudio. Puede comunicarse con el investigador (a): Yanet Aquino Cervantes, al celular 930549140 o escribiendo al mail a2015101100@uwiener.edu.pe o al comité que validó el presente estudio, Dra. Yenny M. Bellido Fuentes, presidenta del Comité de Ética para la investigación de la Universidad Norbert Wiener, tel. +51 924 569 790. E-mail: comite.etica@uwiener.edu.pe

CONSENTIMIENTO

Acepto voluntariamente participar en este estudio. Comprendo qué cosas pueden pasar si participo en el proyecto. También entiendo que puedo decidir no participar, aunque yo haya aceptado y que puedo retirarme del estudio en cualquier momento. Recibiré una copia firmada de este consentimiento.

Participante

Nombres:

DNI:

Investigador(a)

Nombres: Yanet Udi Aquino Cervantes

DNI: 41076154

Anexo 6: Constancia de aplicación de la investigación



**Universidad
Andina
del Cusco**

Sabiduría que vive en ti

“AÑO DEL FORTALECIMIENTO DE LA SOBERANÍA NACIONAL”

CONSTANCIA

El que suscribe Mtro. Lic. Adm. Antonio Rodríguez Palma, Coordinador de la Escuela Profesional de Administración de la Universidad Andina del Cusco – Filial Sicuani.

HACE CONSTAR:

Que, Aquino Cervantes, Yanet Udi, identificada con DNI N° 41076154, estudiante de la Escuela Profesional de Psicología de la Universidad Privada Norbert Wiener, ha realizado la aplicación del Trabajo de Investigación titulado **“Resiliencia y estrés académico en estudiantes de la Escuela de Administración de la Universidad Andina de Cusco - Filial Sicuani, 2022”**, durante el presente mes de mayo del año en curso, en la Escuela Profesional de Administración – Filial Sicuani de la universidad.

Se expide el presente documento, a solicitud de la interesada, para los usos y fines que viere conveniente.

Sicuani (Cusco), 31 de mayo de 2022

Mtro. Lic. Adm. Antonio Rodríguez Palma
Coordinador académico de la EP de Administración
Universidad Andina del Cusco – Filial Sicuani

Anexo 7: Informe del asesor de Turnitin

● 17% de similitud general

Principales fuentes encontradas en las siguientes bases de datos:

- 16% Base de datos de Internet
- Base de datos de Crossref
- 6% Base de datos de trabajos entregados
- 3% Base de datos de publicaciones
- Base de datos de contenido publicado de Crossr

FUENTES PRINCIPALES

Las fuentes con el mayor número de coincidencias dentro de la entrega. Las fuentes superpuestas no se mostrarán.

1	hdl.handle.net Internet	2%
2	repositorio.upla.edu.pe Internet	2%
3	repositorio.ucv.edu.pe Internet	1%
4	Universidad Wiener on 2022-09-23 Submitted works	1%
5	prezi.com Internet	<1%
6	repositorio.unheval.edu.pe Internet	<1%
7	Universidad Wiener on 2022-10-07 Submitted works	<1%
8	repositorio.autonomadeica.edu.pe Internet	<1%

