



Universidad
Norbert Wiener

Powered by **Arizona State University**

ESCUELA DE POSGRADO

Tesis

Factores Resilientes y el Estrés Académico de los Estudiantes de Posgrado de la
Universidad Privada Norbert Wiener 2023

Para optar el Grado Académico de
Maestro en Docencia Universitaria

Presentado por:

Autora: Delgado Abregú, Melissa Licé

Código ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-3594-7803>

Asesora: Dra. Vásquez Tomas, Melba Rita

Código ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-2573-804X>

Lima – Perú

2024

 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, Melissa Licé Delgado Abregú Egresado(a) de la Escuela de Posgrado de la Universidad privada Norbert Wiener declaro que el trabajo académico “Factores Resilientes y el Estrés Académico de los Estudiantes de Posgrado de la Universidad Privada Norbert Wiener 2023” Asesorado por el docente: Dra. Vásquez Tomas, Melba Rita . Con DNI 40465098 Con ORCID <https://orcid.org/0000-0003-3594-7803> tiene un índice de similitud de 20% (veinte) con código oid: oid:14912:363802513 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

Nombres y apellidos del Egresado: Melissa Licé
Delgado Abregú
DNI: ...40465098.....

.....
Firma de autor 2

Nombres y apellidos del Egresado
DNI:



.....
Firma

Nombres y apellidos del Asesor: Melba Rita Vásquez Tomás
DNI: 09495221

Lima, 28 de junio de 2024

Dedicatoria

El actual trabajo de investigación está dedicado primero a Dios por su bendición; así mismo a mi madre, esposo, hijos y hermanos; por darme la fortaleza y ánimo de cumplir mis objetivos.

Agradecimiento

Mi agradecimiento a los docentes de esta casa de estudio por sus aportes durante este tiempo de enseñanza, y en especial a la Dra. Melba Rita Vásquez Tomás, por la, motivación y enseñanza continuo que permitieron el avance y culminación de la investigación.

INDICE

Dedicatoria	iii
Agradecimiento	iii
INDICE	iv
ÍNDICE DE TABLAS	vi
ÍNDICE DE FIGURAS	vii
RESUMEN	viii
Abstrac	1
Introducción	2
CAPITULO I: El Problema	3
1.1 Planteamiento del problema	3
1.2 Formulación del problema	5
1.2.1 Problema general	5
1.2.2 Problemas específicos	5
1.3 Objetivos de la investigación	6
1.3.1 Objetivo general	6
1.3.2 Objetivos específicos.....	6
1.4 Justificación de la investigación	6
1.4.1 Justificación Teórica:	6
1.4.2 Justificación Metodológica	7
1.4.3 Justificación Practica.....	7
1.5 Limitaciones de la investigación	8
CAPITULO II: Marco Teórico	9
2.1. Antecedentes	9
2.1.1 Antecedentes nacionales	9
2.1.2 Antecedentes internacionales	11
2.2. Bases teóricas	14
2.2.1. Variable: Factores de Resiliencia	14
2.2.2. Variable: Estrés académico	22

2.3. Formulación de hipótesis	26
2.3.1. Hipótesis general	26
2.3.2. Hipótesis específicas	26
CAPITULO III: Metodología.....	27
3.1 Método de la Investigación	27
3.2 Enfoque de Investigación	27
3.3 Tipo de Investigación.....	27
3.4. Diseño de la investigación.....	27
3.5. Población, muestra y muestreo.....	28
3.6 Variables y Operacionalización	29
3.7. Técnicas e instrumentos de recolección de datos	33
3.7. 1 descripción de Instrumentos.....	34
3.9 Aspectos éticos.....	¡Error! Marcador no definido.
CAPÍTULO IV: Presentación y discusión de los resultados	37
4.1. Resultados	37
4.1.1. Análisis descriptivo de los resultados	37
4.1.2. Análisis inferencial.....	43
4.2 Discusión de los resultados	48
CAPITULO V: Conclusiones y Recomendaciones.....	52
5.1. Conclusiones	52
REFERENCIAS	55
ANEXO	32
Anexo 1: MATRIZ DE CONSISTENCIA.....	31
Anexo 2: Instrumentos.....	32
Anexo 3: Validez de los instrumentos	36
Anexo 4: Confiabilidad de los instrumentos	48
Anexo 5: Aprobación del comité de ética	49
Anexo 6: Formato de consentimiento informado.....	50
Anexo 7: Carta de aprobación de institución.....	51
Anexo 8: Reporte de similitud de turnitin.....	52

ÍNDICE DE TABLAS

<i>Tabla 1 : Variable y operacionalización.....</i>	31
<i>Tabla 2: Validación por los jueces de expertos</i>	33
<i>Tabla 3: Resultados de confiabilidad.....</i>	34
<i>Tabla 4: Ficha técnica de la Escala de Resiliencia de Wagnild y Young</i>	34
<i>Tabla 5: Ficha técnica del Inventario de Estrés Académico SISCO SV</i>	36
<i>Tabla 6: Escala valorativa de la variable factores de resiliencia</i>	37
<i>Tabla 7: Escala valorativa de la variable estrés académico</i>	38
<i>Tabla 8: Distribución de las dimensiones de los factores de resiliencia</i>	38
<i>Tabla 9: Distribución de los factores de resiliencia</i>	39
<i>Tabla 10: Distribución de las dimensiones del estrés académico</i>	41
<i>Tabla 11: Distribución del estrés académico.....</i>	42
<i>Tabla 12: Factores de resiliencia y estrés académico de los estudiantes de Posgrado de la Universidad Norbert Wiener, 2023.....</i>	43
<i>Tabla 13: Prueba de normalidad</i>	44
<i>Tabla 14: Prueba de hipótesis general</i>	44
<i>Tabla 15: Prueba de hipótesis específica 1.....</i>	45
<i>Tabla 16: Prueba de hipótesis específica 2.....</i>	46
<i>Tabla 17: Prueba de hipótesis específica 3.....</i>	47

ÍNDICE DE FIGURAS

<i>Figura 1: Distribución de las dimensiones de los factores de resiliencia</i>	38
<i>Figura 2: Distribución de los factores de resiliencia</i>	40
<i>Figura 3: Distribución de las dimensiones del estrés académico</i>	41
<i>Figura 4: Distribución del estrés académico</i>	42

RESUMEN

El actual trabajo se orienta a los factores resilientes como la capacidad que tiene el individuo para afrontar situaciones desfavorables y adaptándose a ellas de manera asertiva.

Por otro lado, el estrés académico es producto de las demandas que asigna al ámbito pedagógico y más aun de un nivel universitario superior como en caso de postgrado, que altera el sistema de respuestas del individuo. Para ello, como objetivo general fue comprobar la relación que existe entre los factores resilientes y el estrés académico de los estudiantes de Posgrado de la Universidad Norbert Wiener, 2023. El tipo de investigación es básica, diseño correlacional y método descriptivo. La población muestra estará conformado por 80 estudiantes de posgrado de la universidad Norbert Wiener; como conclusión se determina el objetivo general que los factores resilientes tienen una relación inversa ($r = -0.701$) y significativamente ($p < 0,05$) con el estrés académico de los estudiantes de Posgrado de la Universidad Norbert Wiener, 2023. Se acepta la hipótesis alterna, siendo de buen grado; es decir a mayor resiliencia menor nivel de estrés académico.

Palabras Claves: *resiliencia, factores resilientes, estrés, estrés académico.*

Abstrac

The current work is aimed at resilient factors such as the individual's ability to face unfavorable situations and adapt to them assertively. On the other hand, academic stress is a product of the demands placed on the pedagogical field and even more so on a higher university level, such as in the case of a postgraduate degree, which alters the individual's response system. To do this, the general objective was to verify the relationship that exists between resilient factors and academic stress of Postgraduate students at the Norbert Wiener University, 2023. The type of research is basic, correlational design and descriptive method. The sample population will be made up of 80 graduate students from Norbert Wiener University; In conclusion, the general objective is determined that the resilient factors have an inverse relationship ($r = -0.701$) and significantly ($p < 0.05$) with the academic stress of the Postgraduate students of the Norbert Wiener University, 2023. The alternative hypothesis, being willing; That is, the greater the resilience, the lower the level of academic stress.

Keywords: *resilience, resilient factors, stress, academic stress.*

Introducción

El presente trabajo de investigación factores resilientes (FR) y el estrés académico (EA) de los estudiantes de posgrado de la Universidad Privada Norbert Wiener (UWiener) 2023, ha sido construido bajo el argumento de la línea investigación a nivel Educativo Superior para el programa de Maestría en Docencia Universitaria. Siendo los factores resilientes procesos que permite adecuarnos positivamente a los sucesos infortunios o estresores; es por ello que se desea establecer la vinculación con el estrés académico.

El presente trabajo está organizado en V capítulos: Capítulo I, esta referido al planteamiento de problema dando origen a la investigación para la tesis, así mismo se explicará la formulación de problemas, objetivos, justificación y limitación de la investigación. El capítulo II, se encuentra el marco teórico, antecedentes nacionales e internacionales, las bases teóricas indicando las variables de la investigación actual, como son los factores resilientes y el estrés académico; y por último se presentará la hipótesis general y específicas. En el capítulo III, se describirá la metodología del estudio de investigación; teniendo en cuenta método, enfoque, tipo y el diseño, así mismo se tendrá en cuenta la población, muestra, muestreo, la operacionalización de las variables; las técnicas, recolección de datos y los aspectos éticos. El capítulo IV se encuentran los resultados, análisis y la discusión. El capítulo V presenta lo correspondiente a las conclusiones y recomendaciones.

CAPITULO I: El Problema

1.1 Planteamiento del problema

La incertidumbre que se está generando actualmente en la sociedad crea exigencias complejas y muchas veces contradictorias, sobre todo en el mundo de los adultos; exacciones del trabajo, optimizar su nivel de vida a través de la formación académica y profesional, atender sus necesidades personales y lograr su integración y adaptación de nuevo al contexto universitario. En todo el mundo, uno de cada tres estudiantes universitarios experimenta niveles extremos de estrés, y casi el 50% de los estudiantes experimenta dificultades para desempeñarse en diversas áreas, lo que resulta en interrupciones en el ocio personal y problemas en la vida familiar y empresaria (Organización Mundial de la Salud, 2015)

Teniendo en cuenta sobre el estrés académico, Rodríguez et al. (2022) refieren que se presenta cuando las demandas académicas de los profesores y que están relacionadas con actividades a desarrollar durante el proceso académico, son valoradas como excesivas por el estudiante en comparación con su percepción de recursos y capacidades. De igual manera; Herdian et al. (2021) obtuvieron que el factor más alto de estrés académico es inducido por el docente seguido por el estrés que provoca la tensión por los resultados de las evaluaciones, la presión autoinfligida, el producido por los compañeros y el relacionado con la gestión de horario

o tiempo, también, Chávez et al. (2019) concluyeron que mientras más nivel de estrés académico exista, la autoestima será menor. Por otro lado, el mencionado Silva et al. (2020) mencionan que el estrés se produce por las demandas de su entorno, cuando estas le resultan angustiantes durante la formación del estudiante y pierden el control para afrontarlas, provocando además síntomas físicos y entre otras.

Por otro lado; Morgan (2021) refiere que la resiliencia es un papel importante en las diferentes áreas, desde el punto psicológico y empresarial; además, Wagnild y Young, definen la resiliencia como una característica de la personalidad, siendo un rasgo del sujeto que lo utiliza para reducir los efectos del estrés y promover la adaptación. (Sulca, 2021). Asimismo, Hernández et al. (2020) hacen referencia que la resiliencia es la capacidad que tiene la persona para superar eventos adversos, que implica la composición e interacción de factores de protección y riesgo, como factores internos y externos de la misma persona que le ayudara a superar el riesgo y la adversidad de forma constructiva, pero puede variar con el transcurso del tiempo y con los cambios de contexto.

Se han obtenido diferentes estudios de situaciones de estrés académico y de factores de resiliencia en diferentes estudiantes universitarios de diversas áreas académicas como la investigación de León (2019) de México que explora, si el estrés académico, la autoeficacia académica y el rendimiento académico son variables relacionadas con la resiliencia y contrastar las variables estudiadas entre grupos clasificados como alta y baja resiliencia en una muestra de adultos emergentes que estudian la universidad; tuvo como resultado que, a mayor nivel de estrés académico, la resiliencia disminuye; pero a medida que la autoeficacia académica es más satisfactoria, aumenta el rendimiento académico y la resiliencia; sitio que hay una relación directa entre variables. Así mismo, Tipismana (2019) indico en la investigación con diseño transversal,

comparativo y explicativo, que los factores de resiliencia y afrontamiento predicen de manera directa, indirecta y relacional el rendimiento académico como la confianza en sí mismo, capacidad social, estrategias de auto focalización emocional abierta y apoyo familiar social, que como predictores relevantes en expectativa de logro, aprendizaje percibido y satisfacción global y el funcionamiento familiar, es un predictor indirecto.

Como se mencionó anteriormente, es importante reconocer la relación entre los factores de resiliencia y el estrés académico, brindando así oportunidades oportunas para la prevención e intervención del estrés estudiantil en la educación superior en todo el país.

1.2 Formulación del problema

1.2.1 Problema general

¿En qué medida los factores de resiliencia se relacionan con el estrés académico de los estudiantes de Posgrado de la UWiener, 2023?

1.2.2 Problemas específicos

¿En qué medida los factores de resiliencia se relacionan con los estresores del estrés académico de los estudiantes de Posgrado de la UWiener, 2023?

¿En qué medida los factores de resiliencia se relacionan con los síntomas del estrés académico de los estudiantes de Posgrado de la UWiener, 2023?

¿En qué medida los factores de resiliencia se relacionan con las estrategias de afronte del estrés académico de los estudiantes de Posgrado de la UWiener, 2023?

1.3 Objetivos de la investigación

1.3.1 Objetivo general

Determinar la relación que existe entre los factores de resiliencia y el estrés académico de los estudiantes de Posgrado de la UWiener, 2023

1.3.2 Objetivos específicos

Determinar la relación que existe entre los factores de resiliencia y los estresores del estrés académico de los estudiantes de Posgrado de la UWiener, 2023

Determinar la relación que existe entre los factores de resiliencia y los síntomas del estrés académico de los estudiantes de Posgrado de la UWiener, 2023

Determinar la relación que existe entre los factores de resiliencia y las estrategias de afronte del estrés académico de los estudiantes de Posgrado de la UWiener, 2023

1.4 Justificación de la investigación

1.4.1 Justificación Teórica:

La realización de la investigación se justificó porque el estrés académico se está convirtiendo en un problema importante en la educación y más aún en el nivel de posgrado, donde los estudiantes aparte de las responsabilidades académicas tienen responsabilidades familiares y otros; lo cual nos ayudara conocer cómo los factores estresores provocarían diversos trastornos en el ámbito académico y como los factores resilientes pueden ayudar a establecer o afrontarlo.

En el marco de los factores de resiliencia, Wagnild y Young (1993) lo consideraron como respuestas y acciones asertivas e inteligentes ante situaciones que son riesgosas, siendo en un inicio reacciones innatas y luego asimiladas y elaboradas con la propia experiencia; asimismo Novella (2002) considera a la actuación individual del sujeto como el inicio de la posibilidad que

se tiene para superar las dificultades. Sobre la teoría de integración sugerido por Campos y Garay (2021) y Mateu et al. (2009), donde integraron otros modelos que utilizan la interacción entre el ambiente y la persona y como este puede afrontar ante un suceso traumático.

Por otro lado; el estrés académico, según Barraza (2005) y Lazarus (2000) se refieren a estresores que lo frecuentan los estudiantes de ámbitos educativos media superior y superior al enfrentar actividades académicas. Como teoría referida al estrés académico que se trabajó en la investigación se tomó en cuenta el aporte de Barraza (2006) como el modelo Sistémico Cognoscitivo.

Por último; el trabajo de investigación se brindó a los estudiantes la oportunidad de identificar los factores de estrés en el entorno académica y también en reconocer que factores resilientes deberían reforzar para afrontar alguna situación estresante y poder mantener la tranquilidad durante sus años de estudio.

1.4.2 Justificación Metodológica

A nivel metodológico, en este estudio fue importante porque se utilizó herramientas de evaluación validadas, como La Escala de Resiliencia (ER) y el Inventario (SISCO SV-EA), permitieron a obtener información estadística sobre la conducta de la vinculación entre las variables evaluadas.

1.4.3 Justificación Practica

Los resultados de esta investigación será el punto de partida para el desarrollo de información sobre la relación entre las variables y los objetivos previstos. Esta investigación generara cambio, beneficiara al entorno social y a la comunidad universitaria de post grado. Identificando la relación entre las variables permitirá tomar medidas preventivas. Además, con la

investigación se podrá tener mayor información relacionada con los factores resilientes y el estrés académico que es útil para nuevos estudios que amplíen su contexto científico.

1.5 Limitaciones de la investigación

Demora en conseguir los permisos para tomar a los estudiantes de la universidad con los instrumentos de recolección de datos.

Los instrumentos al ser evaluadas de manera virtual; no hubo un control adecuado en el registro de las respuestas.

CAPITULO II: Marco Teórico

2.1. Antecedentes

2.1.1 Antecedentes nacionales

Chafloque (2022) tuvo como objetivo general es “determinar la relación entre resiliencia y estrés académico estudiantes de I y III y V de Enfermería de un Instituto Tecnológico de Lima”. El estudio tiene un enfoque de tipo básico y cuantitativo, utilizó el diseño no experimental, transversal y correlacional. Se trabajó con 103 participantes, la recolección se realizó con encuesta y cuestionario, CRE-U y CEA (Resiliencia y Estrés académica, respectivamente), ambos ítems en escala Likert de 1-5. La fiabilidad alfa de Cronbach del instrumento fue de 0,893 para el primero y de 0,968 para el segundo. Concluyendo una correlación negativa significativa moderada e inversa y débil, que aceptó la hipótesis de investigación. Se aceptó que cuando los estudiantes tienen alto estrés académico, su resiliencia es baja.

Rosas (2022) tuvo como objetivo general en su investigación “fue determinar cuál es la relación que existe entre nivel de resiliencia y el estrés académico en estudiantes de la carrera de Psicología de una Universidad Privada en el contexto de la COVID-19”. Utiliza métodos de investigación cuantitativos, escalas correlacionales y un diseño no experimental transversal.

Utilizo instrumentos como la ER de Wagnild y Young (1993) y el Inventario SISCO- EA de Barraza (2007). La muestra estuvo conformada por 115 estudiantes. Se concluyo que existe una correlación negativa moderada entre el nivel de resiliencia y el nivel de EA donde obtiene una rho de Spearman de -0.533; así mismo hay relación de la resiliencia y estrés académico en sus dimensiones de los estresores y síntomas con una rho de Spearman de -0.342 y de -0.496 respectivamente.; pero menos con la dimensión de estrategias de afrontamiento siendo la rho de Spearman es de 0.087.

Campos y Garay (2021) tiene como objetivo principal “determinar la existencia de relación de la resiliencia y estrés académico en estudiantes con formación On-line; el estudio es de tipo principal, correlacional, diseño transversal no experimental, estuvo integrado por 278 estudiantes correspondiente a la Facultad Politécnica. Utilizaron ER Wagnild y Young y el Inventario SISCO SV-EA, para la prueba de hipótesis se utilizó SPSS 20 y el estadístico rho de Spearman; Se obtuvo entre las variables una débil relación inversa, rho de Spearman rho = -0,388; concluyendo que, a mayor resiliencia, menor nivel de estrés académico y viceversa; también se aceptó que hay relación entre la resiliencia y el estrés académico en sus dimensiones.

García et al. (2021) como objetivo es “establecer la relación de estrés y resiliencia de estudiantes de salud”. Fue un estudio analítico y transversal; utilizaron la escala de resiliencia y la escala de percepción global de estrés, fueron aplicados de forma presencial y confidencial. Se empleó estadística descriptiva, la prueba de correlación de Spearman previa aplicación de la prueba de Kolmogórov-Smirnov. La edad media de los estudiantes fue de $20,8 \pm 1,7$ años. La mayoría de los estudiantes tuvo una capacidad media de resiliencia y niveles altos de estrés; además, se estimó una relación moderada e indirecta entre estas variables (rho = -0,496; $p < 0,001$). Las dimensiones de 'competencia personal' (rho = -0,53; $p < 0,001$) y de 'aceptación de sí

mismo y la vida' también tuvieron una relación moderada con el estrés ($\rho = -0,387$; $p < 0,001$). Como conclusión la resiliencia tuvo una relación indirecta y significativa, de magnitud moderada, con el estrés percibido por ellos mismos.

Ramos (2021) defiende en su objetivo de “analizar la relación que existente en resiliencia y Estrés académico (EA) de estudiantes universitarios”; fue de investigación no experimental/transversal-cuantitativo; la muestra fue de 85 estudiantes, utilizo la escala de resiliencia de Wagnil y Young/ y el Inventario de SISCO del Estrés Académico. Se determina que existe la relación negativa débil de las variables estudiadas; obtuvo un Rho de Spearman de -0,358; concluyendo que a mayor Resiliencia menor ER.

Verastegui (2020) propuso como objetivo “establecer la relación entre ER y resiliencia (R) en universitarios”. Utilizo la metodología de enfoque cuantitativo, diseño no experimental - correlacional. Empleo como instrumentos SISCO de EA y ER de Wagnild y Young. Conformaron 392 universitarios de las carreras universitarias. Como resultados evidenciaron una correlación inversa moderada ($r = -.616$), y estadísticamente significativa; concluyendo a mayor EA menor nivel de resiliencia.

Maldonado y Paucar (2020) el objetivo es “establecer la relación entre EA y resiliencia de estudiantes de educación”. Se utiliza el enfoque cuantitativo-básico. La muestra es no probabilística, conformado por 154 universitarios; se utilizó el SISCO-EA y la ER de Wagnild y Young. Se concluyo, que no existe relación entre las variables aceptando la hipótesis nula refiriendo que existe mayor predominancia con promedio alto de EA y medio de Resiliencia.

2.1.2 Antecedentes internacionales

Rodríguez y Cotonierto (2022) el propósito de este trabajo fue “relacionar los niveles de EA y resiliencia en 94 universitarios de Nuevo México”. Se utilizaron análisis de EA (SISCO

SV-21) y Escala Mexicana de Resiliencia (RESI-M). Encontró que el 67,9 por ciento de los universitarios sufría EA de moderado a severo, y el 70,2 por ciento obtuvo un puntaje alto en el mapa de habilidades de afrontamiento. Se observaron pocas correlaciones estadísticamente significativas entre los factores instrumentales y se observaron algunas diferencias en las puntuaciones de resiliencia por género, religión, situación laboral y consumo de tabaco. Los resultados pueden sugerir que el SISCO SV-21 no es lo suficientemente sensible para evaluar adecuadamente el estrés académico en esta población. Las diferencias en las puntuaciones de robustez de las variables sociodemográficas ayudan a explicar su presencia/ausencia.

Osorno et al. (2021) en la investigación como objetivo general es “determinar la relación entre el Estrés académico y resiliencia en madres universitarias colombianas con y sin apoyo institucional para el cuidado del niño”. Estudio cuantitativo con diseño de casos y controles analizó la relación entre el EA y la resiliencia de 52 madres de dos universidades colombianas, siendo la primera una clase de apoyo pedagógico. cuidando a los hijos de los estudiantes y en el caso establecido, el grupo y el otro no tienen esta ventaja, formando un grupo de control. Se utilizó el cuestionario sociodemográfico, la ER SV-RES y el Inventario de EA SISCO. Se encontró que el grupo de control tenía una mayor angustia psicológica y tenía una relación negativa entre la angustia psicológica, conductual y física y la resiliencia general.

León et al. (2019) el objetivo es “explorar si el estrés académico, la autoeficacia académica y el rendimiento académico son variables relacionadas con la resiliencia y contrastar las variables estudiadas entre grupos clasificados como alta y baja resiliencia en una muestra de adultos emergentes que estudian la universidad”. Se trabajó con 288 estudiantes. Se manejó el Cuestionario de Información Académica y Sociodemográfica, el Inventario SISCO-EA; la Escala de Autoeficacia del Cuestionario de Conducta y Resiliencia Académica. Análisis descriptivos,

correlaciones entre variables y sus correlaciones factoriales, también análisis comparativos con estadístico T de Student. Los resultados muestran que a medida que aumenta el nivel de estrés académico, la resiliencia disminuye. El éxito académico y la resiliencia mejoran cuando mejora la autoeficacia académica; porque hay una relación directa entre las variables. El grupo no resiliente obtuvo puntajes de estrés más altos, percibió una autoeficacia más baja y un rendimiento académico ligeramente más bajo que el grupo resiliente.

Pineda (2019) tuvo como objetivo “investigar la relación del estrés académico percibido con las estrategias de afrontamiento y resiliencia del estudiante de enfermería del Instituto Especializado de Profesionales de la Salud de El Salvador desde la perspectiva del modelo de adaptación de ROY”, Estudio de métodos mixtos con enfoque principalmente cuantitativo, el diseño cuantitativo es no experimental, transversal, descriptivo, correlacional y utilizando análisis de contenido, instrumentos previamente validados y confiables, participaron 250 estudiantes de enfermería. Ellos (98,25%) son sensibles al estrés, expresan algunos problemas, sobresalen en aspectos relacionados con la escuela (80,76%), familia (26,92), financiera (30,76). El 42,7% no menciona estrategias de afrontamiento y los que sí mencionan apoyo social, reestructuración cognitiva, resolución de conflictos y pensamiento religioso con porcentajes mínimos. Más del 50% no menciona elementos de apoyo y sus usuarios están de acuerdo con el apoyo familiar e institucional. Conclusiones: La carrera de enfermería aún prevalece entre las estudiantes mujeres, según los resultados el estrés percibido se correlaciona significativa y positivamente con la autocrítica ($r = 0,316$), las ilusiones ($r = 0,232$) y el retraimiento social ($r = 0,271$). cuando se compara a un nivel de significación de 0,05, tampoco existe una relación entre el estrés percibido y la resiliencia.

2.2. Bases teóricas

2.2.1. Variable: Factores de Resiliencia

2.2.1.1. Conceptualización:

Rutter (1970) psiquiatra y Cyrulnik (1983) neurólogo; estos son los antecesores de la palabra resiliencia, que se inspiró en un concepto de la física y acuñó el término en psicología para describir la capacidad de las personas para superar tragedias o eventos muy traumáticos.

Luthar y Cushing (1999) refiere que uno de los problemas con el concepto de resiliencia es su definición, que no está totalmente de acuerdo. Hay sin embargo acuerdo de que cuando nos referimos a este concepto asumimos que implica competencia o un positivo y efectivo afrontamiento en respuesta al riesgo o a la adversidad (Becoña, 2006).

El termino resiliencia procede del latín resilio, que se especifica como: volver atrás, volver de un salto, resaltar, rebotar o restituirse, este proceso se distingue en un ambiente de estudio de las condiciones sociales, se contempló que todas las personas no necesariamente expuestas en circunstancias arriesgadas sufrían padecimientos de algún tipo, todo lo contrario, estaban los que superaban estas adversidades favorablemente y lograban fortalecerse a partir de estas mismas (Campos y Garay, 2021).

Rutter (1993) y Werner (2003) refieren que la resiliencia también se dirige a grupos familiares o colectivos que poseen la capacidad de disminuir los efectos perjudiciales de las desgracias de experiencias considerablemente traumáticas y sus medios poco favorecidos y poder recuperarse (Uriarte, 2005).

En cuanto a las personas resilientes, cabe señalar que tienen la capacidad de aceptar y afrontar la realidad; tienen la capacidad de encontrar sentido en algunas áreas de la vida; Así se aprende a apreciar ciertos matices de la vida y el sentido de la creación (Medina, 2012).

Finalmente, este estudio aborda la definición dada por Wagnild y Young (1993) entienden a la resiliencia como un rasgo de personalidad que mitiga los efectos negativos del estrés y favorece la adaptación. Significa fuerza vital o fibra emocional y se utilizó para referir a individuos que tienen coraje y adaptación frente a los desafíos de la vida. Donde, es la capacidad de resistir, soportar presiones, obstáculos y aun así hacer lo correcto, bien hecho; a pesar de estar en desventaja (Campos y Garay, 2001).

También, Wagnild y Young (1993) perciben a las personas que desarrollan un repertorio de recursos para resolver problemas en su vida cotidiana. Es decir, las personas con resiliencia muestran una adaptación conductual; por último, Wagnild y Young (1993), se guían de Druss y Douglas (1988) quienes refieren que las personas con resiliencia tienen la capacidad de desarrollar optimismo y valor a enfrentar situaciones como la muerte, discapacidad crónica y otras situaciones que atentan como un riesgo en su vida.

2.2.1.2. Teorías de la resiliencia

Mateu et al., (2009) explican que existen diferentes teorías que influyen mucho en aspectos de la construcción de un enfoque de resiliencia y explican cómo se manifiesta la resiliencia. Entre ellos destacan la teoría ecológica de Bronfenbrenner (1979), promoviendo la idea del dinamismo y relación entre el hombre y su entorno, la teoría de Richardson, Neiger Jenson y Kumpfer (1990), que nos brinda una excelente comprensión de los procesos y el desarrollo de resiliencia. que puede producir una persona después de pasar por alguna situación traumática y la teoría de Vanistendael (2005) que trata de explicar el nivel de resiliencia y su

estructura con una metáfora llamada “casa”. La teoría integrada que mencione todas las áreas importantes de los modelos sería insuperable, por lo que los autores presentan la teoría con estas características. Los autores de la teoría integrado explican el desarrollo para generar conocimientos robustos, enfatizando que inicia con la interacción continua entre el sujeto, la comunidad y, durante la cual el individuo durante sus experiencias puede desarrollar mecanismos de defensa (Campos y Garay 2021).

2.2.1.3 Evolución histórica:

En torno al concepto de resiliencia, a principios de los años 1970, nació la primera generación de investigadores, cuyo interés estaba en encontrar factores protectores, que son la base de esta llamada adaptación positiva en niños y niñas que viven en dificultades. (Kaplan, 1999)

Este primer estudio desvela un conjunto de investigaciones que demuestran la existencia de factores protectores en los niños a pesar de la pobreza, considerada una de las situaciones estresantes que pueden derivar en fragilidad emocional, menor rendimiento intelectual y bajo rendimiento académico. Sin embargo, los daños potenciales causados por situaciones de pobreza no son inevitables ni irreversibles. Existen factores protectores que moderan los efectos de estas diferentes desventajas en niños y niñas (García, 2013)

El enfoque de resiliencia surge de los esfuerzos por comprender las causas de la psicopatología; Estos estudios demostraron que existe un grupo de niños que no desarrollaron problemas psicológicos a pesar de las predicciones de los investigadores (Masten,2001)

La resiliencia carece de ciertos "factores de defensa" que protejan al objetivo de la hostilidad que encuentra en su entorno. Estos factores se agruparían en factores personales como la propensión a la conexión social, el estado de ánimo positivo y el ritmo biológico estable (García, 2013)

2.2.1.4 Tipos:

Beltrán et al. (2016) describen que la resiliencia se desarrolla de distintas maneras en cada individuo desglosándose en los diferentes grados de resiliencia. (Serrano 2018).

Resiliencia Baja: Serrano et al. (2018) argumentan que debido a que el impacto emocional es tan poderoso que es difícil para una persona reconstruir su vida, porque a nivel individual, el sujeto reacciona positivamente, superando un evento determinado, como un desastre o la muerte, pero después la persona es nuevamente susceptible de sufrir depresión o estados emocionales alterados, porque no encuentra apoyo a su sufrimiento.

Esta falta de flexibilidad en la resolución de conflictos conduce a trastornos psicológicos que afectan el comportamiento humano y dejan al individuo en un estado vulnerable a los cambios del mundo exterior, del cual debes protegerte, incluso del más mínimo cambio en tu vida diaria durante este estado. dolor experimentado al revivir una situación traumática (Serrano, 2018)

Resiliencia Alta: Serrano (2018) cree que cuando la resiliencia se establece, le da un nuevo sentido a la vida, ya que el individuo emerge más fuerte y, como resultado, aumenta su autoestima y confianza en sí mismo.

Resiliencia Familiar: Su concepto se origina en la terapia familiar y en la investigación del afrontamiento del estrés familiar, pero Walsh (1998) explica la resiliencia familiar como una unidad funcional capaz de lograr procesos de afrontamiento desde una perspectiva sistémica. Nos

permite comprender cómo la familia lidia con el estrés moderado y dificulta que las familias pasen por crisis, manteniendo la integridad, velando y restaurando el bienestar de cada miembro y de toda la familia (Serrano, 2018).

Resiliencia Académica: El foco aquí es enfatizar “una enseñanza individual y personal que reconozca a cada alumno como una persona única y valiosa, con base en las cualidades positivas que el alumno tiene y puede optimizar” (Uriarte, 2006) la escuela necesita educadores consistentes, que son capaces de soportar las muchas dificultades encontradas en su trabajo para que su calidad de vida no se deteriore. Lo cual fortalece la autoestima de sus alumnos, la creatividad, la iniciativa, la empatía, el pensamiento positivo, el optimismo y el sentido del humor, todas aquellas fortalezas y habilidades que ayudan a formar actitudes negativas (Uriarte, 2006).

2.2.1.5. Factores de resiliencia - protectores y de riesgo

Los factores protectores promueven una adaptación positiva al medio, mientras que los factores de riesgo complican y empeoran la percepción humana (Guadalupe, 2018). Estos factores protectores posibilitan la comunicación con otras personas, la superación positiva de las amenazas, la aceptación de la realidad y sus cambios, un mejor control emocional, el avance hacia metas realistas, la obtención de información suficiente y una moral fuerte (Estrada et al., 2021). Así, un estudiante flexible maneja sus emociones como emociones e impulsos; Tienen independencia, sentido del humor, piensan en positivo, saben escuchar y prestar atención a su entorno y pueden ayudar a los demás (Macías et al., 2018). También es el compromiso emocional del estudiante durante el desarrollo académico y profesional (Kim et al., 2021). Sin embargo, un estudiante que no es flexible puede tener un impacto negativo en su rendimiento académico (Chafloque, 2022).

Según Rutter (1985) el concepto de factor protector se refiere a las influencias que modifican, mejoran o cambian la respuesta de una persona ante cualquier amenaza que promueva un desenlace desadaptativo, incluso en determinadas situaciones, un evento desagradable puede representar un factor protector si la persona crea mecanismos que la hacen adaptarse, fortalecerse y aprender a enfrentar el estrés. Existen factores externos e internos.

Externos: se puede referir dentro del entorno familiar como la imagen paterna y materna y/o otros. También se tiene la oportunidad de encontrar redes de apoyo en la comunidad externa a su entorno, crear relaciones próximas, cálidas y sólidas donde aporten confianza de actúa como consejero de un individuo.

Internos: según Wolin (1993) por lo cual se basan de 7 pilares de la resiliencia; como: El Autocontrol; que es la capacidad de examinarse a sí mismo, evaluarse a sí mismo, cuestionar y respondido honestamente, el crecimiento en la toma de decisiones se manifiesta, sabiduría, comprensión de uno mismo y de los demás, aceptación de las dificultades vida de una manera más positiva. La Independencia; es la habilidad de instaurar términos entre el individuo y su entorno. complejo, expresando la capacidad de existir de forma autónoma, pero no aislados. Las Habilidades de relación; es la capacidad de formar vínculos estrechos y satisfactorios con los demás, expresando compasión, empatía. La Iniciativa; el individuo muestra su capacidad para afirmarse y afrontar nuevas expectativas, vive con cuidado, asume la responsabilidad personal y gestiona sus problemas. El Humor; es la capacidad de beneficiarse de las tragedias, de desarrollar estrategias que lo hagan posible. encontrar soluciones a los problemas con una actitud positiva. La Creatividad es la capacidad de crear una meta apropiada en situaciones difíciles o contradictorio en la vida, se manifiesta al ser idóneo de armar y enmendar en base a los

problemas. La Moralidad; se enuncia con el bienestar interior y con la conciencia moral propios valores y el derecho a elegir y distinguir entre el bien y el mal.

2.2.1.6 Instrumento para evaluar la resiliencia

El instrumento que se utilizó en este estudio fue un cuestionario para evaluar los factores de resiliencia de estudiantes universitarios de posgrado, adaptada por Castilla (2014) Perú, la Escala de Resiliencia de Wagnild y Young (1993) evalúa el grado de resiliencia en jóvenes y adultos y consta de 25 estructuras de escala tipo Likert. Según las variantes, es 1-7, estos puntos se evalúan efectivamente. El instrumento es dirigido a jóvenes y adultos para conocer su grado de resiliencia. Se aplica individual y/o grupal.

Al corregir el instrumento, es preciso asegurarse que se completen los 25 problemas, después de lo cual las claves de los elementos que componen la prueba se colocan en un esquema de puntos, después de lo cual cada clave se coloca en los espacios vacíos de cada uno Un factor donde la suma de cada factor se hace por separado, finalmente se computariza la adición de la prueba.

Al corregir el instrumento, es preciso asegurarse que se completen los 25 problemas, después de lo cual las claves de los elementos que componen la prueba se colocan en un esquema de puntos, después de lo cual cada clave se coloca en los espacios vacíos de cada uno Un factor donde la suma de cada factor se hace por separado, finalmente se computariza la adición de la prueba.

Este instrumento presenta adecuada validez y confiabilidad para el uso de esta investigación.

2.2.1.7 Dimensiones:

Con base en su estudio de un grupo de mujeres mayores, Wagnild y Young (1990) definen las dimensiones clave de la resiliencia de la siguiente manera:

Satisfacción personal; Se refiere a comprender el significado de la vida y cómo una persona contribuye a su desarrollo (Wagnild y Young, 1990). También implica que una persona reconozca el significado de su experiencia en situaciones en las que aprende más y así cubra los beneficios y aspiraciones de una manera que permita tener el triunfo. (Campos y Garay 2021).

Ecuanimidad: Beardslee (1989) refiere que es la capacidad de juicio del individuo que muestra ante un momento en la práctica de situaciones adversas que se da en la existencia, ello desliga resistencias positivas ante situaciones estresantes, y también accede que las personas con resiliencia capten lo que viene ocurriendo en su medio.

Sentirse bien solo; es la habilidad de sentirse libre, importante, es necesario aumentar la satisfacción personal y al mismo tiempo fortalecer la propia identidad. (Wagnild y Young, 1993,

Confianza en sí mismo; Bowlby sugiere que este concepto nace de una "base segura", este término se logra aumentando la responsabilidad de los padres por la aceptación y el respeto, incluyendo la promoción de la capacidad de pensar, lo que crea un sentido de orgullo, lo que crea. conduce a un reflejo de buena autoestima y confianza (Campos y Garay, 2021).

Perseverancia; Se refiere a la determinación con que una persona enfrenta la existencia, a pesar de las vivencias o circunstancias difíciles, que no son percibidas como inminencias, sino como experiencias o tribulaciones superadas, que a su vez conducen a la auto nivelación de la persona. confianza, aprovéchala intentando sacar lo positivo de estas situaciones y aprende de ellas (Wagnild & Young, 1990).

2.2.2. Variable: Estrés académico

2.2.2.1. Conceptualización del estrés

Folkman (1986) mencionan que el estrés se refiere a la relación existente entre la persona y el entorno, y la clave de esta transacción es la valoración personal de la situación psicológica. Para otros autores; se define como un conjunto de respuestas psicológicas, biológicas y conductuales que experimenta un individuo cuando el entorno se vuelve difícil y desagradable, dando la impresión de que su contexto es una amenaza (Pimentel y Rendón, 2018). Por tanto, dan lugar a reacciones cuya función es luchar contra estos estímulos negativos, también llamados estímulos estresantes (Souto, 2014). El estrés requiere una alta actividad de todas nuestras partes (tanto fisiológica como psicológicamente), lo que hace que el sujeto se canse y luego se recupere, pero cuando este tiempo se acorta, los estímulos externos son frecuentes, intensos y no permiten una respuesta adaptativa, cambia la salud general (Franco, 2015).

2.2.2.2 Conceptualización del Estrés académico

Lazarus (2000) se refiere al estrés académico como “aquel que padecen los alumnos de educación media-superior y superior que tienen como fuente a estresores relacionados con las actividades que van a desarrollar en el ámbito escolar” (Blas, 2020).

Así, los estudiantes tienden a evaluar su entorno académico e inconscientemente categorizan las demandas académicas como amenazas, las cuales se manifiestan como estrés académico (Pimentel y Rendón, 2018). Por lo tanto, afrontan mal las situaciones estresantes y se culpan a sí mismos y a los demás (Graves et al., 2021).

Su alto impacto afecta negativamente tanto a su aprendizaje como a su rendimiento (Yousif et al., 2022). Los estudiantes perciben que existen factores de riesgo en su entorno académico que provocan síntomas tanto físicos como mentales que afectan su comportamiento, tales como sobrecarga académica, actitudes de los docentes, uso de estrategias de aprendizaje y competitividad en la selección de becas (Estrada et al., 2021). El estrés es una de las cosas que más llama la atención, de muchos escritores e investigadores, tanto a nivel teórico como aplicado, especialmente en las últimas cuatro décadas. Y precisamente tal experiencia afecta cada vez a más personas y perturba su comportamiento y salud (Aguado, 2005), al tiempo que se considera uno de los cambios psicológicos y somáticos responsables de nuestros días tanto en adultos como en niños. y jóvenes (González y Martín, 2009).

2.2.2.3 Teoría del Estrés académico

Teoría Sistémico Cognoscitivista del estrés académico.

La propuesta de Barraza (2006) basada en la teoría general de sistemas de Colle y el modelo transaccional de estrés de Richard, plantea una serie de hipótesis explicativas sobre el estrés académico para conceptualizarlo: Componentes de un proceso sistémico como el estrés académico : El foco está en un sistema abierto, lo que conduce a la visualización del proceso de relación entre el sistema y su entorno con un flujo continuo de entradas y salidas, representado por los tres componentes del proceso sistémico, que son: estímulos estresantes, síntomas y estrategias de afrontamiento, y afrontamiento (Campos y Garay, 2021).

El EA como suposición del estado psicológico: Dependería de los estresores y de la evaluación de los mismos, por lo que los individuos pueden estar afectadas; por eso, el individuo observa si el estresor es tomado como amenazante. Admite que para él el estrés académico es una condición psicológica (Campos y Garay, 2021). Hipótesis sobre indicadores de desequilibrio

sistémico que significa el estrés académico: el estrés generalmente se clasifica en tres tipos, los cuales son: normal, ansiedad (negativo) y eustrés (positivo), el autor considera el estrés académico como una forma de ansiedad porque contiene estrés sistémico, un desequilibrio que existe entre una persona y su entorno, a veces dependiendo de cómo evalúa las demandas de su entorno que superan sus recursos (Campos y Garay, 2021). La hipótesis del afrontamiento como restaurador del equilibrio sistémico: después de experimentar un desequilibrio debido a un estímulo estresante, la persona actúa frente a los estresores, proceso conocido como afrontamiento de amenazas para equilibrar su estado (Campos y Garay, 2021).

2.2.2.4 Evolución histórica

Hans Selye introdujo el término “estrés” en el ámbito de la salud, que hoy en día es reconocido como un factor de riesgo (Psicología Ambiental, 2023). A partir del siglo XX, en diversos estudios y contextos sobre el estrés, incluida la educación, se utilizaron diferentes nombres para indicar el estrés a nivel estudiantil y/o académico para los exámenes; donde el estrés fue considerado un complejo psicológico y adaptativo y una clasificación llamada estrés de entrada (Barraza, 2019)

En el contexto educativo se produce el llamado estrés académico, que se refiere a un aumento en el nivel de estrés de los estudiantes que no tienen mucho control sobre su capacidad de adaptación al nuevo entorno estudiantil, y también a las exigencias académicas.

2.2.2.5 Instrumento para evaluar el Estrés académico

El instrumento que se utilizó en este estudio fue un cuestionario para evaluar el Estrés académico de estudiantes universitarios de posgrado; donde Alania, Llancari, Rafaele y Ortega (2020) adaptaron el Inventario de SISCO SV -EA, Barraza agregando dos ítems 46 y 47 a la

dimensión Estrategias de Afrontamiento, para un total de 45 ítems divididos en dimensiones, que son: estresores, síntomas y estrategias de afrontamiento, cada una de 15 preguntas, 6 alternativas, según una escala tipo Likert: nunca (0), casi nunca (1), rara vez (2), a veces (3), casi siempre (4) y siempre (5) la solicitud se presenta individualmente.

2.2.2.6 Dimensiones del estrés académico

Se tomará en cuenta los tres tipos de dimensiones:

Estresores: se enfoca estresores mayores y estresores menores; siendo la primera la más amenazadora en la integridad del individuo y la segunda constituye la valoración que el individuo hace de ellos. En general, un estresor es un "estímulo o situación amenazante que desencadena en el sujeto una reacción generalizada e inespecífica (Barraza, 2005).

Además, Barraza (2003), refiere estresores académicos: competitividad grupal, sobrecarga de tareas, exceso de responsabilidad, interrupciones del trabajo, ambiente físico desagradable, falta de incentivos, tiempo limitado para las actividades, problemas o conflictos con los docentes-compañeros, conflictividad con las evaluaciones- actividades académicas.

Síntomas: son clasificados en acciones físicos, psicológicos y comportamentales. Podemos mencionar síntomas físicos; síntomas psicológicos que se relacionan a las áreas cognitivas y/o emocionales; síntomas comportamentales que se implican la conducta.

Estrategias de afronte: estilo personal para afrontar el estrés, o como un proceso. Los estilos de afrontamiento son habilidades personales estables, que permiten afrontar las diferentes situaciones estresantes.

2.3. Formulación de hipótesis

2.3.1. Hipótesis general

Los factores de resiliencia se relacionan significativamente con el estrés académico de los estudiantes de Posgrado de la UWiener, 2023.

2.3.2. Hipótesis específicas

Los factores de resiliencia se relacionan significativamente con los estresores del estrés académico en los estudiantes de Posgrado de la UWiener, 2023.

Los factores de resiliencia se relacionan significativamente con los síntomas del estrés académico en los estudiantes de Posgrado de la UWiener, 2023.

Los factores de resiliencia se relacionan significativamente con las estrategias de afronte del estrés académico en los estudiantes de Posgrado de la UWiener, 2023.

CAPITULO III: Metodología

3.1 Método de la Investigación

El método general utilizado en este trabajo es el método científico, definido por Sánchez y Reyes (2017) como un método de conocimiento compuesto por inducción y deducción, que tiene como objetivo producir un juicio teórico y aplicado y se despliega en etapas, como: el problema, formulación de hipótesis, desarrollo de hipótesis, resultados y reportar resultados. En particular, se utilizó el método hipotético-deductivo, que es “un método de conocimiento relacionado con el método científico, que utiliza métodos lógicos deductivos basados en una hipótesis o enfoque comprobable a priori” (Sánchez y Reyes, 2017).

3.2 Enfoque de Investigación

Según Hernández et al., (2018), la investigación cuantitativa se refiere a la recogida de datos, para luego probar las hipótesis que se basa en la medición numeral y análisis estadístico teniendo como objetivo de corroborar los modelos de conducta y demostrar las teorías.

3.3 Tipo de Investigación

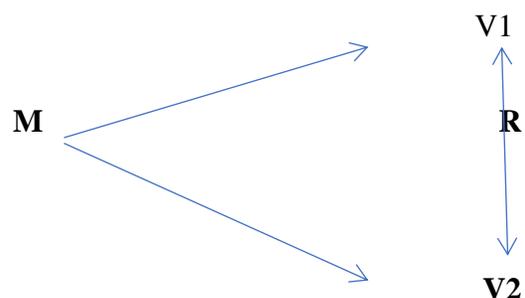
Murillo (2008), denomina “investigación práctica o empírica” a la aplicación aplicada; ya que se caracteriza por el hecho de que su propósito es aplicar o utilizar los conocimientos adquiridos, mientras que otros tras la aplicación práctica y la sistematización con base en la investigación.

3.4. Diseño de la investigación

El diseño del estudio es no experimental y corte transversal, son estudios que se realizan sin manipulación deliberada de variables y observan los fenómenos únicamente en su medio natural y los analizan posteriormente. Decimos que una muestra de investigación es transversal porque recoge datos en un momento dado y es correlacional porque, como señalan Sánchez y

Reyes (2002), su finalidad es determinar el grado de asociación entre dos variables de interés en la misma muestra tema o dos el grado de asociación entre un fenómeno o evento observado”.

.El diagrama correlacional es el siguiente:



M= Muestra

V1= Variable: Factores de Resiliencia

V2= Variable: Estrés Académico

3.5. Población, muestra y muestreo

Población:

Para Arias et al., (2016) refieren que la población es el conjunto de casos, específico, limitado y comprensible, que será el inicio para la elección de la muestra, y que cumplirá con una serie de juicios predeterminados. La población se compone por 100 estudiantes de posgrado de la UWiener. La muestra no es probabilística, porque la selección de elementos del conjunto principal no depende de la probabilidad, sino de las características del estudio. (Hernández, 2006).

Muestra:

Hernández et al. (2014) consideran como un subconjunto que representa la población bien definida y limitada porque los resultados encontrados son generalizados a la población general.

La muestra de estudio de es de 80 estudiantes de la escuela de posgrado de la maestría de docencia universitaria desde el primer ciclo hasta el cuarto ciclo del 2023.

Se tiene en cuenta criterios de inclusión y exclusión, como son:

Criterio de Inclusión:

Estudiantes que pertenezcan al nivel de Post grado.

Estudiantes que voluntariamente accedan a participar.

Estudiantes que dan su consentimiento informado

Estudiantes que respondan a todas las preguntas formuladas en las encuestas.

Criterio de Exclusión:

Estudiantes que no organizan la evaluación.

Estudiantes sin consentimiento informado.

Estudiantes que no respondan las encuesta.

Muestreo:

El tipo de muestreo fue probabilístico, ya que todos los elementos de nuestra población fueron seleccionados con la misma probabilidad, los datos se obtuvieron por muestreo aleatorio (Hernández et al., 2014)

3.6 Variables y Operacionalización

En la tabla 1 se detallará cuáles son las variables a trabajar; así mismo las definiciones, conceptuales-operacionales, dimensiones, indicadores, escala de medición y escala de valorativa de cada variable.

Tabla 1 :*Variable y operacionalización*

Definición operacional de factores resilientes: La variable de factores de resiliencia se mide mediante la Escala de resiliencia de Wagnild y Young (1991), adaptada por Castilla (2014) para Perú, compuesta por 25 ítems con una categoría de evaluación; alta, media, baja y muy baja.

Dimensiones	Definición Conceptual	Definición Operacional	Indicadores	Ítems	Escala de Medición	Escala Valorativa (Rango y Niveles)
Aceptación de uno mismo	Carl Rogers (1961) decía que lo más importante en la personalidad es que una persona tenga una opinión positiva que no se limite a sí misma, evitando el conflicto entre su evaluación y su necesidad de pensamientos positivos.	El objetivo de la autoaceptación es conocerte a ti mismo de una manera holística y precisa.	Sentirse orgulloso por los logros <ul style="list-style-type: none"> • Sentirse capaz de llevar varias cosas a la vez • Mantener energía positiva 	19,20,22,25	Ordinal	Rango de valor final: un puntaje alto (148-175), medio/promedio (140-147), bajo (127-139) o muy bajo (25-126)
Ecuanimidad	Expresar una visión equilibrada de la vida y la experiencia, reaccionar con calma y adaptarse a situaciones adversas. . Calle. (2014)	Valoración de uno mismo.	Tomar las cosas con mucha importancia <ul style="list-style-type: none"> • Ser amigo de sí mismo • Preguntarse continuamente de que se trata algo 	7,9,11,12,13,14	Ordinal	Niveles de valor final: Totalmente de desacuerdo (TD-1)
Confianza en sí mismo y sentirse bien	La confianza es una apuesta, por el presente, futuro y pasado. (Abarca, 2004)	Busca estrategias de para enfrentar situaciones.	Depender más de uno mismo <ul style="list-style-type: none"> • Disfrutar de la soledad • Ver una situación desde puntos diferentes • Estar decidido • Sobrellevar tiempos difíciles • Generar confianza a los demás Planear algo • Motivación para conseguir lo que se desea. • Mantener interés por las cosas • Tener auto disciplina. • Me mantengo interesado(a) en las cosas. • Saber cómo salir de situaciones difíciles 	2,3,4,5,6,8,15,16,17,18	Ordinal	Desacuerdo(D-2) Algo en desacuerdo (AD.3) Ni en desacuerdo, ni de acuerdo (¿?-4)
Perseverancia	La perseverancia es la coherencia y pasión por los objetivos a largo plazo. Esto significa trabajar duro para afrontar los retos y mantener el esfuerzo y el interés a través de años de fracaso, adversidad y estancamiento. (Duckworth, Peterson, Matthews, Kelly, 2007)	Insistencia, logro, resolución.		1,10,21,23,24	Ordinal	Algo de acuerdo (AA-5) Acuerdo(A-6) Totalmente de acuerdo (TA-7)

Definición Operacional de Estrés Académico: La variable estrés académico se conoció a través del Inventario de Estrés Académico SISCO SV (Adaptado por Alania, Llancari, Rafaele y Ortega, 2020)

Dimensiones	Definición Conceptual	Definición Operacional	Indicadores	Items	Escala de medición	Escala valorativa (Niveles y rangos)
Estresores	Es un estímulo o situación amenazante que provoca una reacción general e inespecífica en el sujeto. (Barraza, 2005)	Estresores mayores (amenazan la integridad vital del individuo y son ajenos a su valoración) y estresores menores (se constituyen en tales por la valoración que la persona hace de ellos).	Competencias. . Labores y encargos. . - actitud del docente. . - explicar el contenido Cooperación.	1,2,3,4,5,6,7, 8,9,10,11, 12,13,14,15	Ordinal	Rango de valor final: 0 al 33% Leve 34% al 66 Moderado. 67% al 100% Severo.
Síntomas	Los síntomas se refieren a la cantidad de indicadores que se articulan hábitos idiosincrática en las personas, de comportamiento habito que el desequilibrio sistémico va a espécimen manifestado de habito diferente en brazada y variedad por cada persona. (Barraza.2008)	Se clasifican como reacciones físicas, psicológicas y comportamentales.	Reacciones físicas. . Reacciones psicológicas. Reacciones comportamentales	1,2,3,4,5,6,7, 8,9,10,11, 12,13,14,15	Ordinal	Niveles de valor final: Nunca (N) Casi Nunca (CN) Rara Vez (RV) Algunas veces (AV) Casi siempre (CS) Siempre (S)
Estrategias de afronte	Según Lazarus y Folkman (1984), las estrategias de afrontamiento son herramientas o recursos desarrollados por los sujetos para hacer frente a demandas externas o internas específicas-	Se toma en cuenta Capacidad de ser persuasivo; elogiarse a uno mismo; evitar distracciones; divulgar o guardar secretos; creencia religiosa; buscar información sobre la situación; pedir ayuda profesional, abordar situaciones con humor y hacer planes y realizar sus tareas.	- Habilidad asertiva. . - Elaboración y ejecución de plan. . – Elogios. . - Creencia religiosa. .- Confianza en la situación .	1,2,3,4,5,6,7, 8,9,10,11,12, 13,14,15,16,17	Ordinal	

3.7. Técnicas e instrumentos de recolección de datos

Técnica: La técnica utilizada en esta investigación es la encuesta que según Sánchez y Reyes (2017) la describen como el procedimiento en el cual se hace uso de un instrumento para recolectar datos en base de preguntas o reactivos con el objetivo de conseguir información de una determinada muestra (Campos y Garay, 2021).

Instrumento: Se aplicó el cuestionario, que viene a ser un instrumento que nos permite recoger datos acerca de las variables que se pretenden investigar, es muy útil ya que puede aplicarse de forma presencial como virtual (Sánchez y Reyes, 2017).

Validez: es definido como “El grado en que un método o técnica sirve para medir con efectividad lo que supone que está midiendo”, se comprende entonces que los resultados que arrojen los instrumentos de evaluación demostraran que se mide lo que se pretende medir (Campos y Garay 2021).

En la tabla 2 se observa los cinco jueces de expertos que validaron los instrumentos.

Tabla 2:

Validación por los jueces de expertos

Jueces	Resultado
Mg. Cristina Olivera Robles	Aplicable
Mg. Chero Pisfil José Félix	Aplicable
Mg. Julissa Francis Zavala Manga	Aplicable
Mg. Cesar Hernández Racchumi	Aplicable
Mg. Marisa Beatriz Segura Coral	Aplicable

Confiabilidad: Hernández et al., (2014), el instrumento es fiable si se utiliza varias veces con el mismo individuo durante el período de tiempo y las consecuencias no comprometer demasiado.

La prueba de confiabilidad se ejecutó mediante una prueba piloto con 20 alumnos utilizando la prueba estadística del coeficiente alfa de Cronbach; los resultados mostraron que los valores del coeficiente de Cronbach para los instrumentos que miden resiliencia y estrés académico fueron 0,973 y 0,958, respectivamente, lo que demostró que ambos instrumentos fueron altamente confiables.

Tabla 3:

Resultados de confiabilidad

Instrumento	Estadístico de Fiabilidad	Resultado
Escala de resiliencia de Wagnild y Young	Alfa de Cronbach	0.973
Inventario de Estrés Académico SISCO SV	Alfa de Cronbach	0.958

3.7. 1 descripción de Instrumentos

En la tabla 4 se explicó la ficha técnica de la variable factores resilientes.

Tabla 4:

Ficha técnica de la ER de Wagnild y Young

Escala de Resiliencia de Wagnild y Young	
Autor	: Wagnild, G.M. y Young, H. M. (1993).

Origen	: Estados Unidos. Adaptación peruana: Humberto Castilla Cabello (2014)
Administración	: Colectiva e individual.
Duración	: 10 minutos
Aplicación	: Adolescentes y adultos.
Significación	: Evalúa el nivel de Resiliencia.
Usos	: Educativo, clínico y en la investigación.
Materiales	: Cuestionario y plantilla de calificación.

Confiabilidad; La prueba piloto de Castilla (2014) mostró confiabilidad calculada mediante el método de consistencia interna con un coeficiente alfa de Cronbach de 0.89. Con respecto En los trabajos referidos por Wagnild y Young, que tuvieron una confiabilidad de 0.85 en la muestra de colaboradores de Alzheimer y .86 y .85 en dos muestras de estudiantes universitarias. Por otro lado, los estudiantes de la UNMSM en Perú realizaron una nueva adaptación de la prueba con una muestra de jóvenes de secundaria del año 2004, obtuvieron la consistencia interna con el coeficiente alfa de Cronbach de 0.83. (citado en Campos y Garay 2021).

Validez; Castilla et al. (2014) validaron la escala en 427 individuos de 11 a 42 años, destacando su alta confiabilidad de consistencia interna (0,906) y correlación intertest entre (0,325 y 0,602.). (Campos y Garay 2021)

En la tabla 5 se explicará la ficha técnica de la variable Estrés académico.

Tabla 5:*Ficha técnica del Inventario de SISCO SV-EA*

Inventario de SISCO SV-EA	
Autor	: Arturo Barraza Macías
Procedencia	: México.
Administración	: Individual o grupal.
Adaptación	: Alania, Llancari, Rafaele & Ortega (2020)
Administración	: 20'
Aplicación	: Estudiantes de educación quinto de secundaria y superior.
Composición	: Está constituido por 23 ítems de tipo Likert.

Confiabilidad; La confiabilidad del instrumento alcanza un coeficiente alfa de Cronbach de 0,9248 en la dimensión estresor, 0,9518 en la dimensión síntoma y 0,8837 en la dimensión 53 estrategias de afrontamiento, lo que determina una excelente confiabilidad. (Rafaele y Ortega, 2020).

Validez; Resultado de la evaluación de 20 expertos en psicología, educación, ciencia y estadística, cuyos resultados validados indican que el Inventario de Estrés Académico SISCO SV adaptado de Barraza (2018) presenta validez general y específica de contenido según la V de Conformidad de Aiken, con índices superiores a 0,75, lo que determina una excelente validez.

3.8. Procesamiento y análisis de datos

Para la realización de este estudio se sigue el siguiente procedimiento: para el análisis descriptivo en las variables se utilizó el programa estadístico SPSS-20 y para valorar la normalidad se tomó

en cuenta la prueba estadística de Kolmogórov-Smirnov para comprobar la distribución normal; ya que la muestra supera los 50 participantes.

Para el análisis de acuerdo a los objetivos se utiliza la técnica estadística mediante tabulaciones cruzadas, y también se desarrollan figuras compuestas. Para probar las hipótesis se utiliza un procedimiento similar de acuerdo a los siguientes pasos: (Gamarra 2008), en el cual se tiene en cuenta: La fórmula de la hipótesis estadística, el nivel de significancia de 0.05, el estadístico persona de la prueba de correlación rho de Spearman y el número ordinal de la escala del instrumento, criterios de decisión, identificación del valor p, decisión estadística e inferencia estadística. Este proceso debe guiarse de la hipótesis general y específicas.

3.9 Aspectos éticos

El presente trabajo de investigación cumplirá con detallar las fuentes utilizadas y reportar la autoría, diseños y fuentes de la información consultada de acuerdo al reglamento y las normas de la universidad Norbert Wiener.

Para la investigación actual se tomó en cuenta los instrumentos; así mismo se contó con el permiso del director de escuela de post grado, la toma de los instrumentos, se realizó de forma anónima teniendo cuidado con la identidad de los estudiantes de manera virtual, entregándoles un link. Los estudiantes aceptaron el consentimiento informado para desarrollar los instrumentos de las variables de la investigación. El trabajo actual fue introducido al software de antiplagio del Turnitin para corroborar de no salirse del porcentaje de similitud con otros trabajos de investigación.

CAPÍTULO IV: Presentación y discusión de los resultados

4.1. Resultados

4.1.1. Análisis descriptivo de los resultados

Para el análisis descriptivo de las variables Factores de Resiliencia y EA, al igual que sus dimensiones se diseñaron niveles valorativos, las mismas que son mostradas en las tablas.

4.1.1.1. Escala valorativa de las variables.

En la siguiente tabla se describen los niveles, rangos y puntuaciones teóricas de la variable factores de resiliencia, la cual alcanza 175 puntos, en cambio las dimensiones, los puntajes teóricos oscilan entre 4 y 70.

Tabla 6:

Escala valorativa de la variable factores de resiliencia

Variable y dimensiones	Puntajes		Niveles			
	Mínimo	Máximo	Muy bajo	Bajo	Medio	Alto
Factores de resiliencia	25	175	25-126	127-139	140-147	148-175
Aceptación de uno mismo	4	28	4-22	23-24	25-26	27-28
Ecuanimidad	6	42	6-33	34-36	37-39	40-42
Confianza en sí mismo y sentirse bien	10	70	10-57	58-61	62-65	66-70
Perseverancia	5	35	5-28	29-30	31-32	33-35

Seguidamente, se exponen los puntajes teóricos, niveles y rangos de la variable EA, que

alcanza un puntaje de 282, en tanto que las dimensiones varían entre 15 y 102 puntos.

Tabla 7:

Escala valorativa de la variable EA

Variable y dimensiones	Puntajes		Niveles		
	Mínimo	Máximo	Bajo	Medio	Alto
Estrés académico	47	282	47-125	126-204	205-282
Estresores	15	90	15-39	40-64	65-90
Síntomas	15	90	15-39	40-64	65-90
Estrategias de afronte	17	102	17-45	46-74	75-102

4.1.1.2 Análisis descriptivo de la variable factores de resiliencia

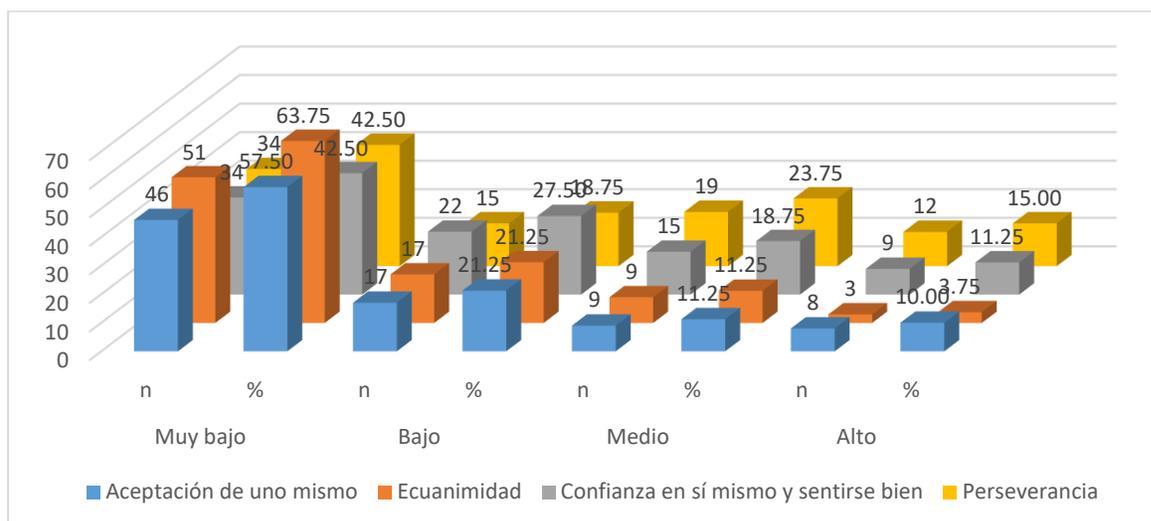
Tabla 8:

Distribución de las dimensiones de los factores de resiliencia

	Muy bajo		Bajo		Medio		Alto		Total	
	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%
Aceptación de uno mismo	46	57.50	17	21.25	9	11.25	8	10.00	80	100.00
Ecuanimidad	51	63.75	17	21.25	9	11.25	3	3.75	80	100.00
Confianza en sí mismo y sentirse bien	34	42.50	22	27.50	15	18.75	9	11.25	80	100.00
Perseverancia	34	42.50	15	18.75	19	23.75	12	15.00	80	100.00

Figura 1:

Distribución de las dimensiones de los factores de resiliencia

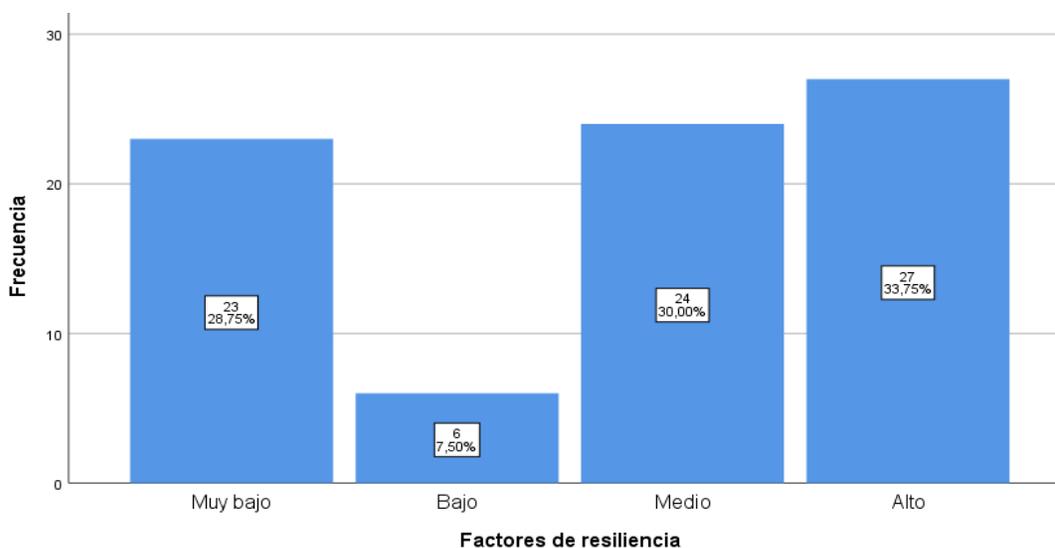


En la tabla 8 y figura 1, se identifica que, de 80 estudiantes de Posgrado de la UWiener, 2023, en la dimensión aceptación de uno mismo, 57.5%, evidencian un nivel muy bajo, 21.25% un nivel bajo, 11.25% un nivel medio y 10% un nivel alto.

En cuanto la segunda dimensión denominada ecuanimidad, 63.75% tienen un nivel muy bajo, 21.25% un nivel bajo, 11.25% un nivel medio y 3.75% un nivel alto. En cuanto a la tercera dimensión referida a la confianza en sí mismo y sentirse bien, 42.5% tienen un nivel muy bajo, 27.5% un nivel bajo, 18.75% un nivel medio y 11.25% un nivel alto. Referente a la cuarta dimensión denominada perseverancia, 42.5% tienen un nivel muy bajo, 18.75% un nivel bajo, 23.75% un nivel medio y 15% un nivel alto.

Tabla 9:*Distribución de los factores de resiliencia*

		Frecuencia	Porcentaje
Válido	Muy bajo	23	28,7
	Bajo	6	7,5
	Medio	24	30,0
	Alto	27	33,8
	Total	80	100,0

Figura 2:*Distribución de los factores de resiliencia*

En la tabla 9 y figura 2, se observa que, de 80 estudiantes de Posgrado de la UWiener, 2023, en los factores de resiliencia, 28.7%, evidencian un nivel muy bajo, 7.5% un nivel bajo, 30% un nivel medio y 33.8% un alto nivel.

4.1.1.3. Análisis descriptivo de la variable estrés académico

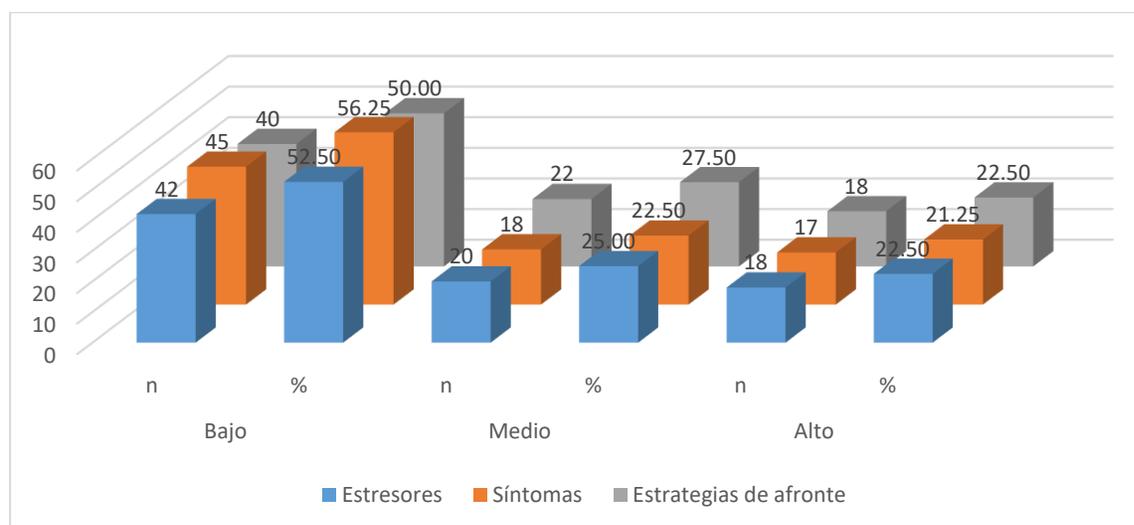
Tabla 10:

Distribución de las dimensiones del EA

	Bajo		Medio		Alto		Total	
	n	%	n	%	n	%	n	%
Estresores	42	52.50	20	25.00	18	22.50	80	100.00
Síntomas	45	56.25	18	22.50	17	21.25	80	100.00
Estrategias de afrente	40	50.00	22	27.50	18	22.50	80	100.00

Figura 3:

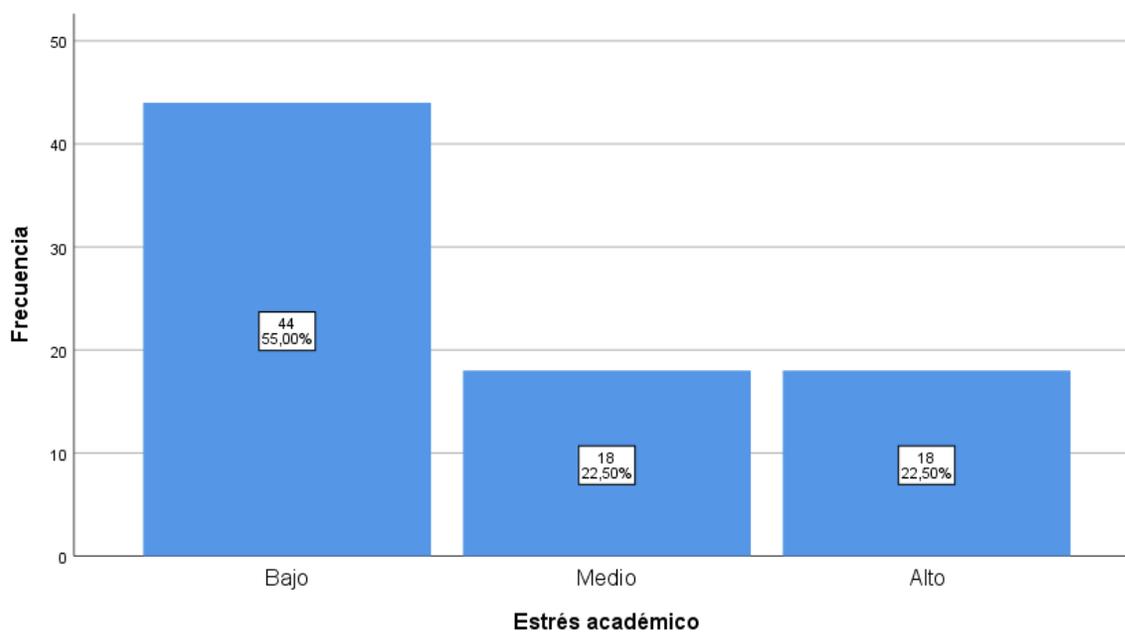
Distribución de las dimensiones del EA



En la tabla 10 y figura 3, se observa que, de 80 estudiantes de Posgrado de la UWiener, 2023, en la dimensión estresores, 52.5%, evidencian un nivel bajo, 25% un nivel medio y 22.5% un nivel alto. En cuanto la segunda dimensión denominada síntomas, 56.25% tienen un nivel bajo, 22.5% un nivel medio y 21.25% un nivel alto. En cuanto a la tercera dimensión referida estrategias de afrontamiento, 50.00% tienen un nivel bajo, 27.5% un nivel medio y 22.5% un alto nivel.

Tabla 11:*Distribución del EA*

		Frecuencia	Porcentaje
Válido	Bajo	44	55,0
	Medio	18	22,5
	Alto	18	22,5
	Total	80	100,0

Figura 4:*Distribución del EA*

En la tabla 11 y figura 4, se muestra que, de 80 estudiantes de Posgrado de la UWiener, 2023, en cuanto al estrés académico, 55%, evidencian un nivel bajo, 22.5% un nivel medio y 22.5% un alto nivel.

4.1.1.4. Distribución de la tabla de contingencia de las variables factores de resiliencia y EA de los estudiantes de Posgrado de la UWiener, 2023.

Tabla 12:

Factores de resiliencia y EA de los estudiantes de Posgrado de la UWiener, 2023.

			Estrés académico			Total
			Bajo	Medio	Alto	
Factores de resiliencia	Muy bajo	Recuento	6	1	16	23
		% del total	7,5%	1,3%	20,0%	28,7%
	Bajo	Recuento	3	1	2	6
		% del total	3,8%	1,3%	2,5%	7,5%
	Medio	Recuento	8	16	0	24
		% del total	10,0%	20,0%	0,0%	30,0%
	Alto	Recuento	27	0	0	27
		% del total	33,8%	0,0%	0,0%	33,8%
	Total	Recuento	44	18	18	80
		% del total	55,0%	22,5%	22,5%	100,0%

En la tabla 12 se observa que, de 80 estudiantes de Posgrado de la UWiener, 2023, 33.8% evidencian alto nivel de resiliencia y bajo nivel de estrés académico, 20.0% tienen un nivel de resiliencia medio y estrés académico de nivel medio; 2.5% un nivel bajo de resiliencia y un nivel alto de EA; mientras que 20% evidencian un nivel de resiliencia muy bajo y un nivel alto de EA.

4.1.2. Análisis inferencial

4.1.2.1 Prueba de normalidad

Dado que en el actual trabajo la muestra es mayor a 50, se consideró la prueba estadística de Kolmogorov-Smirnov para comprobar si los datos siguen una distribución normal.

Tabla 13:*Prueba de normalidad*

	Kolmogorov-Smirnov ^a		
	Estadístico	gl	Sig.
Factores de resiliencia	,207	80	,000
Estrés académico	,241	80	,000

a. Corrección de significación de Lilliefors

Se evidencia en la tabla 13, el valor de significancia en ambas variables es $0.000 < 0.05$; esto es un indicador que los datos no se distribuyen de forma normal; por tanto, el contraste de las hipótesis se realizó con la prueba no paramétrica del coeficiente Rho de Spearman a un nivel de significatividad de 0.05.

4.1.2.2. Prueba de hipótesis**Prueba de hipótesis general.**

Ha: Los factores de resiliencia se relacionan significativamente con el EA de los estudiantes de Posgrado de la UWiener, 2023.

Ho: Los factores de resiliencia no se relacionan significativamente con el estrés académico de los estudiantes de Posgrado de la UWiener, 2023.

Tabla 14:*Prueba de hipótesis general*

			Factores de resiliencia	Estrés académico
Rho de Spearman	Factores de resiliencia	Coefficiente de correlación	1,000	-,701**
		Sig. (bilateral)	.	,000
		N	80	80

Estrés académico	Coeficiente de correlación	-,701**	1,000
	Sig. (bilateral)	,000	.
	N	80	80

Interpretación

El valor de significancia es $0,000 < 0,05$, por tanto, se rechaza la hipótesis nula en favor de la hipótesis alterna, es decir, los factores de resiliencia se relacionan significativamente con el estrés académico de los estudiantes de Posgrado de la UWiener, 2023. Además, el coeficiente de Spearman (-0.701) indica una relación inversa y de buen grado.

Prueba de hipótesis específicas 1.

H1: Los factores de resiliencia se relacionan significativamente con los estresores del estrés académico en los estudiantes de Posgrado de la UWiener, 2023.

H0: Los factores de resiliencia no se relacionan significativamente con los estresores del estrés académico en los estudiantes de Posgrado de la UWiener, 2023.

Tabla 15:

Prueba de hipótesis específica 1

		Factores de resiliencia		Estresores	
Rho de Spearman	Factores de resiliencia	Coeficiente de correlación	1,000	-,726**	
		Sig. (bilateral)	.	,000	
		N	80	80	
	Estresores	Coeficiente de correlación	-,726**	1,000	
		Sig. (bilateral)	,000	.	
		N	80	80	

Interpretación

Se observa que el valor de significancia es $0,000 < 0,05$, en consecuencia, se rechaza la hipótesis nula y acepta la alterna, es decir, los factores de resiliencia se relacionan significativamente con los estresores del estrés académico en los estudiantes de Posgrado de la UWiener, 2023. Así también, el coeficiente de Spearman (-0.726) indica que la relación es inversa y de buen grado.

Prueba de hipótesis específica 2.

H₂: Los factores de resiliencia se relacionan significativamente con los síntomas del EA en los estudiantes de Posgrado de la UWiener, 2023.

H₀: Los factores de resiliencia no se relacionan significativamente con los síntomas del EA en los estudiantes de Posgrado de la UWiener, 2023.

Tabla 16:

Prueba de hipótesis específica 2

		Factores de resiliencia		Síntomas
Rho de Spearman	Factores de resiliencia	Coeficiente de correlación	1,000	-,710**
		Sig. (bilateral)	.	,000
		N	80	80
	Síntomas	Coeficiente de correlación	-,710**	1,000
		Sig. (bilateral)	,000	.
		N	80	80

Interpretación

Observamos que el valor de significancia es $0,000 < 0,05$, por tanto, se rechaza la hipótesis nula y aceptamos la alterna, es decir, los factores de resiliencia se relacionan

significativamente con los síntomas del estrés académico en los estudiantes de Posgrado de la UWiener, 2023. Así también, el valor del coeficiente de Spearman (-0.710) indica que la relación es buena e inversa.

Prueba de hipótesis específica 3.

H3: Los factores de resiliencia se relacionan significativamente con las estrategias de afronte del EA en los estudiantes de Posgrado de la UWiener, 2023.

H0: Los factores de resiliencia no se relacionan significativamente con las estrategias de afronte del EA en los estudiantes de Posgrado de la UWiener, 2023.

Tabla 17:

Prueba de hipótesis específica 3

			Factores de resiliencia	Estrategias de afronte
Rho de Spearman	Factores de resiliencia	Coeficiente de correlación	1,000	-,638**
		Sig. (bilateral)	.	,000
		N	80	80
	Estrategias de afronte	Coeficiente de correlación	-,638**	1,000
		Sig. (bilateral)	,000	.
		N	80	80

Interpretación

Se observa que la significancia es $0,000 < 0,05$, entonces, rechazamos la hipótesis nula en favor de la alterna, es decir, los factores de resiliencia se relacionan significativamente con las estrategias de afronte del estrés académico en los estudiantes de Posgrado de la UWiener, 2023.

Adicionalmente el valor del coeficiente de Spearman (-0.638) indica que la relación es inversa y buena.

4.2 Discusión de los resultados

En los resultados obtenidos, en los datos descriptivos de 80% (80) de estudiantes de posgrado encuestados, en los factores de resiliencia la distribución es de, 28.7%, evidencian un nivel muy bajo, 7.5% un nivel bajo, 30% un nivel medio y 33.8% un nivel alto lo cual es el más dominante el porcentaje de los estudiantes; en cuanto al EA, 55%, evidencian un nivel bajo, 22.5% un nivel medio y 22.5% un nivel alto, lo cual los estudiantes presentan estrés en un nivel medio y alto; Con respecto a este resultado Chafloque (2022) en su estudio afirma que la muestra evaluada se inclina a los diferentes niveles como en los estudiantes de enfermería dominan el nivel medio de resiliencia y en el EA predomina de igual manera; en el estudio de Campos y Garay (2021) también afirma sobre los niveles de los instrumentos; como se observa en la muestra de estudiantes universitarios se aprecia la mayor frecuencia en la variable resiliencia en el nivel alto el 28,8%, mientras en la variable estrés académico se observa al 52.2% de la muestra que se ubica en el nivel medio. Esto puede explicar que, si bien los estudiantes tienen una alta capacidad de responder y tolerar dificultades en los estudios académicos superior, presenta déficit en la adaptación de circunstancias estresantes no logrando adaptarse totalmente a los contextos nuevos.

Con respecto a la hipótesis general, el valor de significancia es $0,000 < 0,05$, por tanto, se rechaza la hipótesis nula en favor de la hipótesis alterna, es decir, los factores de resiliencia se relacionan significativamente con el EA de los estudiantes de Posgrado de la UWiener, 2023. Además, el coeficiente de Spearman (-0.701) indica una relación inversa y de buen grado; lo que

coincide con García (2022) en los resultados de su investigación, lo cual concluye que la resiliencia y el EA se relacionan de forma inversa en estudiantes de posgrado, teniendo como resultado un Rho de Spearman de -0,425 con un p-value de 0.002, figurando una relación negativa moderada, por lo tanto menor resiliencia mayor estrés.; de igual manera Verastegui (2020) también corrobora los resultados evidenciando una correlación inversa moderada ($r=-.616$), y estadísticamente significativa ($p=.000$), es decir a mayor estrés académico menor nivel de resiliencia. Así mismo tenemos a Ramos (2021) que determino que existe una valoración negativa débil entre las variables de Resiliencia y EA en los estudiantes universitarios determinando con el coeficiente Rho de Spearman de -0,358 y concluyo que a menor EA mayor resiliencia, Hong et al. (2020), identifico que las variables trabajadas en esta investigación y el rendimiento académico de los estudiantes se vincularon de manera significativa, la resiliencia es una variable que está inversamente relacionada con el EA y también puede mejorar el rendimiento.

Siguiendo con la primera hipótesis específica se determina que el valor de significancia es $0,000 < 0,05$, en consecuencia, se rechaza la hipótesis nula, por ello, los factores de resiliencia se relacionan de manera significativa con los estresores del EA en los estudiantes de Posgrado de la UWiener, 2023. Así también, el coeficiente de Spearman (-0.726) indica que la relación es inversa de buen grado. Campos y Garay (2021) afirma que de los 278 estudiantes universitarios de psicología se aprecia la mayor periodicidad en la variable resiliencia en el nivel alto a ochenta universitarios que representa el 28,8%, mientras en la dimensión estresores en estudiantes nivel medianamente alta se observa a 126 estudiantes que personifica el 45.3% de la muestra.

Cruzando los resultados se aprecia que son 36 estudiantes que representa el 12,9% de la muestra se encuentra en el nivel bajo de resiliencia y nivel medio alto en la dimensión estresores en universitarios; esto quiere decir que cuanto mayor es el nivel de resiliencia menor es la situación académica, demanda y exigencia considerada como medio estresor por los estudiantes; 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; pero por otro lado, Aquino (2023) refuta el resultado de la investigación, donde muestra en su estudio que no hay correlación entre las variables resiliencia y EA ($\rho = 0.122$ y $p > 0.05$), donde acepta la hipótesis nula, es decir, no existe relación entre resiliencia y estresores académicos en universitarios de cusco.

Con la segunda hipótesis específica; observamos que el valor de significancia se rechaza la hipótesis nula y aceptamos la alterna, por ello, los factores de resiliencia se van a realizar de manera significativa con los síntomas del EA en los estudiantes de Posgrado de la UWiener, 2023. Así también, el valor del coeficiente de Spearman (-0.710) indica que la relación es buena e inversa; donde Campos y Garay (2021) quienes encontraron que hay una relación inversa significativa entre la resiliencia y los síntomas que surgen durante el EA en los estudiantes universitarios, lo que significa que a mayor nivel de resiliencia, habrá menor expresión de síntomas de desequilibrio debido al EA; Por otro lado, hay una controversia en el estudio de Aquino (2023) muestra que no hay correlación entre las variables resiliencia y síntomas de estrés académico ($\rho = -0.087$ y $p > 0.05$), donde acepta la hipótesis nula, es decir, no existe relación entre resiliencia y síntomas de estrés académico en universitarios.

Por último, la tercera hipótesis específica; se observa que la significancia es $0,000 < 0,05$, entonces, rechazamos la hipótesis nula en favor de la alterna, es decir, los factores de resiliencia se relacionan significativamente con las estrategias de afronte del EA en los estudiantes de Posgrado de la UWiener, 2023; adicionalmente el valor del coeficiente de Spearman (-0.638) indica que la relación es inversa y buena; afirma Campos y Garay (2021) que de los estudiantes universitarios tienen Entre las variables de flexibilidad psicológica, los estudiantes universitarios de nivel medio fueron los más frecuentes 80 estudiantes, lo que constituyó el 28,8% de la muestra, mientras que la dimensión estrés se observó para los estudiantes universitarios de nivel medio, 100 estudiantes, lo que correspondió al 37,1% de la muestra. Cruzando los resultados se aprecia que son 31 estudiantes que representa el 11,2% de la muestra en el nivel muy bajo de resiliencia y nivel medianamente alta en la dimensión estrategias de afronte en universitarios; Esta relación, concuerda con los hallazgos de Verastegui (2020), quien encontró que la resiliencia y las estrategias de afrontamiento en estudiantes de una 64 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. pero Aquino (2023) rechaza por que en su estudio muestra que la correlación entre las variables resiliencia y estrategias de afrontamiento de EA es positiva, baja y significativa ($\rho = 0.308$ y $p < 0.05$). Por lo tanto, se rechaza la hipótesis nula de que existe relación entre la resiliencia psicológica y las estrategias de manejo del EA entre los estudiantes Universitarios de Cusco.

CAPITULO V: Conclusiones y Recomendaciones

5.1. Conclusiones

Primera:

Se determina el objetivo general que se concluyó que los factores resilientes tienen una relación inversa ($r = -0.701$) y significativamente ($p < 0,05$) con el EA de los estudiantes de Posgrado de la UWiener, 2023. Se acepta hipótesis alterna, siendo de buen grado. Concluyendo que los estudiantes tienen alto estrés académico, su resiliencia es baja.

Segunda:

Los factores resilientes tienen una relación inversa ($r = -0.726$) y significativamente ($p < 0,05$) con los estresores del estrés en los estudiantes de Posgrado de la UWiener, 2023. Concluyendo que el rechazo de la hipótesis nula y aceptando la hipótesis alterna; siendo de buen grado. Refiriendo a mayor eventos estresores que pueden afectar a los estudiantes los factores resilientes pueden disminuir.

Resulta que estas actividades tienen poca resistencia y por lo tanto un factor de estrés, por lo que todos los estímulos de afuera y privados que crean una respuesta de estrés son a nivel externo, algunos de los cuales pueden ser necesidades de estrés.

Tercera:

Los factores resilientes tienen una relación inversa ($r = -0.710$) y significativamente ($p < 0,05$) con los síntomas EA en los estudiantes de Posgrado de la UWiener, 2023. Concluyendo que se rechaza la hipótesis nula y se acepta la hipótesis alterna; siendo de buen grado.

Estos hallazgos sugieren que los niveles más bajos de resiliencia son responsables del aumento de los síntomas de estrés; se refiere a la respuesta física o fisiológica del cuerpo, que podría ser migraña, dolor de estómago, tensión muscular, etc. Por otro lado, también hace referencia a las reacciones conductuales de los estudiantes universitarios, como insomnio, apatía, irritabilidad, aislamiento., aumento o disminución del apetito, etc.

Cuarto:

Los factores resilientes tienen una relación inversa ($r = -0.638$) y significativamente ($p < 0,05$) con las estrategias de afronte del estrés académico en los estudiantes de Posgrado de la UWiener, 2023. Concluyendo que se rechaza la hipótesis nula y se acepta la hipótesis alterna; siendo de buen grado. Por lo tanto, estos resultados nos muestran que niveles bajos de resiliencia conducirán a déficits en las estrategias de afrontamiento, las cuales se refieren al conjunto de actividades y actividades que los estudiantes universitarios utilizan para reducir sus niveles de estrés académico.

5.2. Recomendaciones**Primera:**

Se recomienda al director general, y al coordinador de postgrado, realizar periódicamente evaluaciones que permitan detectar y evaluar la sintomatología del EA en los estudiantes para minimizar el impacto sobre su salud mental. También, se les recomienda fortalecer los factores

resilientes en los estudiantes a través de actividades que permitirán reconocer a valorarse como ser humano, teniendo presentes sus capacidades y relaciones interpersonales mediante talleres o programas que indiquen temas de acompañamiento y soporte psicológico.

Segunda:

Se recomienda a los docentes evaluar y adaptar las estrategias de enseñanza en función del ritmo y estilos de aprendizaje de los estudiantes y efectuando acciones que beneficien el proceso dinámico, interactivo, práctico y dinámico de su aprendizaje; para disminuir los factores estresores en los estudiantes de postgrado.

Tercera:

Se encomienda que el estudiante conozca como reconocer los síntomas del estrés y también las estrategias, para superar las diversas actividades académicas dadas como requerimientos para su perfeccionamiento profesional.

Cuarta:

Se recomienda a los líderes de las escuelas profesionales de posgrado planificar y realizar talleres de prevención y promoción para desarrollar y fortalecer la resiliencia para que los estudiantes de doctorado puedan enfrentar y prevenir el EA.

REFERENCIAS

- Alania, R., Llancari, R., Rafaele, M. y Ortega, D. (2020). Adaptación del cuestionario de estrés académico SISCO SV al contexto de la crisis por COVID-19 *Revista científica de ciencias sociales*, Vol. 4. P. 111-130. <https://doi.org/10.31876/sl.v4i2.79>
- Arias-Gómez, J., Villasís-Keever, M., Novales, M. (2016). El protocolo de investigación III: la población de estudio. *Revista alergia México*, 63(2), 201-206.
<https://doi.org/10.29262/ram.v63i2.181>
- Barraza, A. (2005). Características del estrés académico de los alumnos de educación media superior. *Psicología Científica*, (4), 22–37
<https://doi.org/10.56342/ecip.vol13.n25.2023.1>
- Barraza, A. (2006). Un modelo conceptual para el estudio del estrés académico. *Revista electrónica de psicología iztacala*, 9(3), 110-129.
<https://www.revistas.unam.mx/index.php/rep/rep/article/view/19028>
- Barraza, A., Silerio, J. (2007). El estrés académico en alumnos de educación media superior: un estudio comparativo. *Investigación Educativa*, (7), 48–65.
<https://dialnet.unirioja.es/descarga/articulo/2358918.pdf>
- Barraza, A. (2008). El estrés académico en alumnos de maestría y sus variables moduladoras: Un diseño de diferencia de grupos. *Revista Avances En Psicología Latinoamericana*, 26(2), 270–289.
- Barraza, A. (2011). Estresores académicos y satisfacción estudiantil en alumnos de educación media superior. *Alter: Enfoques Críticos*, 3, 59-75.

- Beardslee, W. (1989). The Role Of Self-Understanding In Resilient Individuals: The Development of a Perspective. American Orthopsychiatric Association, 266-278. <https://doi.org/10.1111/j.1939-0025.1989.tb01659.x>
- Campos Blas, M., Garay Alvarado, E. (2021). Resiliencia y estrés académico en universitarios de psicología en tiempos de aprendizaje virtual de una Universidad Privada de Huancayo-2020. <https://hdl.handle.net/20.500.12848/2247>
- Castilla, H. (2014). Manual de la escala de resiliencia de Wagnild y Young”. Adaptación peruana. <https://es.scribd.com/document/369751549/MANUAL-ESCALA-DE-RESILIENCIA-pdf>
- Chafloque Mejía, S. (2022). Resiliencia y estrés académico en estudiante de I, III y V de enfermería de un instituto tecnológico de Lima, 2022. <https://hdl.handle.net/20.500.12692/96803>
- Chávez, R., Peralta, Y. (2019). Estrés académico y autoestima en estudiantes de enfermería, Arequipa-Perú. *Revista de Ciencias Sociales*, 25(1), 384–399. <https://doi.org/10.31876/rcs.v25i1.29629>
- Estrada, E., Mamani Roque, M., Gallegos Ramos, N., Mamani Uschasaesa, H., & Zuloaga Araoz, M. (2021). Estrés académico en estudiantes universitarios peruanos en tiempos de la pandemia del COVID-19. *Archivos Venezolanos de Farmacología y Terapéutica*, 40(1), 88–93. https://www.revistaavft.com/images/revistas/2021/avft_1_2021/16_estres_academico_estudiantes.pdf
- Franco, V., González, R., Souto, A. (2019). La percepción de estresores académicos según las orientaciones motivacionales a metas en estudiantes universitarios. *European Journal of*

Investigation in Health, Psychology and Education, 9(3), 189-200.

<https://doi.org/10.30552/ejihpe.v9i3.334>

García, F. (2020). El sistema universitario ante la COVID-19: corto, medio y largo plazo.

Obtenido de Studia XXI: <https://www.universidadsi.es/sistemauniversitario-covid-19/>

García-Rojas, K., Salazar-Salvatierra, E., Barja-Ore, J. (2021). Resiliencia y estrés percibido en estudiantes de Obstetricia de una universidad pública de Lima, Perú. *FEM: Revista de la Fundación Educación Médica*, 24 (2), 95-99. <https://dx.doi.org/10.33588/fem.242.1117>

García, T. (2022). *Resiliencia y estrés académico en estudiantes de posgrado en una universidad privada en el contexto de emergencia sanitaria - 2021* [Universidad César Vallejo].

<https://repositorio.ucv.edu.pe/handle/20.500.12692/79942>

Herdian, H., Nurrahma, I. (2021). Estrés académico en estudiantes musulmanes en Indonesia: estudio sobre aprendizaje en línea. *Revista Educare - UPEL-IPB - Segunda Nueva Etapa* 2.0, 25(1), 224–239. <https://doi.org/10.46498/reduipb.v25i1.1433>

Hernández, R., Fernández, C., Baptista, P. (2014). Metodología de la investigación (Sexta edición). Editorial Mc Graw Hill Education.

Hernández-León, J., Caldera-Montes, J., Reynoso-González, O., Caldera-Zamora, I., Salcedo-Orozco, S. (2020). Resiliencia. Diferencias entre estudiantes universitarios y jóvenes trabajadores. *Pensamiento Psicológico*, 18(1).

<https://doi.org/10.11144/Javerianacali.PPSI18-1.rdeu>

Hong, S., Kim, J., Ju, D. (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>

- Jerez, M., Oyarzo, C. (2015). Estrés académico en estudiantes del Departamento de Salud de la Universidad de los Lagos Osorno. *Revista Chilena Neuro-Psiquiatría*, 53(3), 149-157.
<https://www.paho.org/Spanish/hpp/hpf/adol/Resil6x9.pdf>
- Kim, S., Lee, J., Song, J., Lee, Y. (2021). The reciprocal relationship between academic resilience and emotional engagement of students and the effects of participating in the Educational Welfare Priority Support Project in Korea: Autoregressive cross-lagged modeling. *International Journal of Educational Research*, 109, 1–9.
<https://doi.org/10.1016/j.ijer.2021.101802>
- Lazarus, R. (2006). Emotions and interpersonal relationships: toward a person-centered conceptualization of emotions and coping. *Journal of personality*, 74, 9-46.
- Lazarus, R., Folkman, S. (1984). *Stress, appraisal and coping*. New York: Springer Publishing Compañy. <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/16451225/>
- León, A., Gonzáles, S., Gonzáles, N., Barcelata, B. (2019). Estrés, autoeficacia, rendimiento académico y resiliencia en adultos emergentes. 17(1), 129-148. México.
<http://hdl.handle.net/20.500.11799/105081>
- Macías, M., Orozco, C., Valle, M., Zambrano, J. (2018). Estrategias de Afrontamiento Individual y Familiar frente a situaciones de Estrés Psicológico. *Psicología desde el Caribe*, 124-145.
- Maldonado, E., Paucar, E. (2021). Estrés académico y resiliencia en estudiantes de la Facultad de Educación de una Universidad Estatal de Huancayo.
<https://hdl.handle.net/20.500.12848/2222>
- Mateu, R., García, M., Gil, J., Caballer, A. (2009). ¿Qué es la resiliencia? Hacia un modelo integrador. *Jornades de Foment de la Investigació*. <http://hdl.handle.net/10234/77669>

- Morales, J. (2017). Resiliencia y estrés académico en estudiantes de la Facultad de Ciencias de la Salud de la Universidad de Ciencias y Humanidades. Lima, Perú.
<http://repositorio.une.edu.pe/handle/20.500.14039/1854>
- Morgan, J. (2021). El análisis de la resiliencia y el rendimiento académico en los estudiantes universitarios. *Revista Nacional de Administración*, 12(1). <http://orcid.org/0000-0001-8767-4427>
- Novella, A. (2002). *Incremento de la resiliencia luego de la aplicación de un programa de psicoterapia breve en madres adolescentes*. [Tesis de Maestría, Universidad Nacional Mayor de San Marcos]. <https://dialnet.unirioja.es/ descarga/articulo/3052961.pdf>
- Osorno, M., De Hoyos, M., García, M., Cordoba, V. (2020). El estrés académico y resiliencia en madres universitarias colombianas con y sin apoyo institucional en el cuidado de sus hijos. *Psico espacios*, 14(25), 16-16. <https://doi.org/10.25057/21452776.1367>
- Organización Mundial para la Salud. (2015). La Organización del Trabajo y del Estrés. Ginebra; Recuperado de http://www.who.int/occupational_health/publications/pwh3sp.pdf
- Pimentel, M., Rendón, L. (2018). *Estrés académico en estudiantes del área de salud de la Facultad de Estudios Superiores Iztacala* [Universidad Nacional Autónoma de México]. https://ru.dgb.unam.mx/handle/DGB_UNAM/TES01000780458
- Pineda, E. (2019). El estrés académico percibido y su relación con las estrategias de afrontamiento y resiliencia del estudiante de enfermería, desde la perspectiva del modelo de adaptación de Roy. <http://up-rid.up.ac.pa/id/eprint/1864>

- 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.autonomadeica.edu.pe/handle/autonomadeica/979>
- Rosas, O. (2022). Nivel de resiliencia y estrés académico en estudiantes de la carrera de Psicología de una universidad privada en el contexto de la COVID-19. <https://hdl.handle.net/11537/30131>
- Rutter, M. (1985). Resilience in the face of adversity: Protective factors and resistance to psychiatric disorder. 147, 598-611. *British Journal of Psychiatry*. <https://doi.org/10.1192/bjp.147.6.598>
- Sandín, B. y Chorot, P. (2003). Cuestionario de afrontamiento del estrés (CAE): desarrollo y validación preliminar. Vol. 8, N° 1, p. 39-54. *Revista de psicopatología y psicología clínica*. <https://doi.org/10.5944/rppc.vol.8.num.1.2003.3941>
- Hernández, R., Fernández, C., Baptista, P. (2018). *Metodología de la investigación* (Vol. 4, pp. 310-386). México: McGraw-Hill Interamericana.
- Sánchez, H., Reyes, C. (2017). *Metodología y Diseños en la Investigación Científica* (Quinta edición.). Lima: Business Support Aneth.
- Serrano, C. (2018). *Relación entre resiliencia y estrés académico en los estudiantes de la Unidad Educativa Municipal Eugenio Espejo, Pusuqui*. Quito, Ecuador. <https://www.dspace.uce.edu.ec/entities/publication/d12bbfff-c07c-461d-ae7e-f45c6ac4e1b1>

- Silva, F., López, J., Meza, C. (2020). Estrés académico en estudiantes universitarios. *Revista Tecnológica y Ciencias. Sociales.*, 9(2017), 153–157.
<https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=7689029>
- Souto, A. (2014). Regulación emocional y estrés académico en estudiantes de Fisioterapia [Universidad Da Coruña]. In Dialnet.
<https://dialnet.unirioja.es/servlet/tesis?codigo=39696>
- Sulca, G. (2021). Resiliencia y estrés académico en estudiantes universitarios en estado de cuarentena. <https://hdl.handle.net/20.500.13032/34437>
- Teque, M., Díaz, N., Mechán, D. (2020). Estrés académico en estudiantes de enfermería de universidad peruana. *Medicina naturista*, 14(2), 43-48.
<https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=7512760>
- Terán, R., Martínez, E. (2022). Estrés académico y resiliencia en estudiantes mexicanos de nuevo ingreso de una universidad privada. *Educación Y Salud Boletín Científico Instituto De Ciencias De La Salud Universidad Autónoma Del Estado De Hidalgo*, 10(20), 153-159.
<https://doi.org/10.29057/icsa.v10i20.7164>
- Tipismana, O. (2019). Factores de Resiliencia y Afrontamiento como Predictores del Rendimiento Académico de los Estudiantes en Universidades Privadas. *Revista Iberoamericana sobre Calidad, Eficacia y Cambio en Educación*, 17(2), 147-185. <https://doi.org/10.15366/reice2019.17.2.008>
- Uriarte, J. (2005). La Resiliencia. Una nueva perspectiva en psicopatología del desarrollo. *Revista Psicodidáctica* 10(2), 61-80. <https://www.redalyc.org/pdf/175/17510206.pdf>

- Vanistendael, S., Lecomte, J., (2005). La felicidad es posible. Despertar en niños maltratados la confianza en sí mismos: construir la resiliencia. (1era ed.). Realizado en Barcelona: Editorial Gedisa.
- Verastegui, M. (2020). *Estrés académico y resiliencia en estudiantes de una Universidad Privada de Lima Norte, 2019* [Universidad Privada del Norte].
<https://repositorio.upn.edu.pe/handle/11537/24260>
- Wagnild, G., Young, H. (1990). Resiliencia entre las mujeres mayores. 22, cuarta, 252-255. doi:
<https://doi.org/10.1111/j.1547-5069.1990.tb00224.x>
- Wagnild, G., Young, H. (1993). Desarrollo y evaluación psicométrica de la escala de resiliencia. *Journal of Nursing Measurement*. 1(2), 165-178.
<https://revistas.unc.edu.ar/index.php/revaluar/article/view/26772>
- Yousif, M., Arbab, A., Yousef, B.(2022). Perceived Academic Stress, Causes, and Coping Strategies Among Undergraduate Pharmacy Students During the COVID-19 Pandemic. *Dovepress*, 2022(13), 189–197. <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC8896373/>

ANEXO

Anexo 1: MATRIZ DE CONSISTENCIA

TÍTULO: “FACTORES RESILIENTES Y EL ESTRÉS ACADÉMICO DE LOS ESTUDIANTES DE POSTGRADO DE LA UNIVERSIDAD PRIVADA NORBERT WIENER, 2023”

PROBLEMA	OBJETIVOS	HIPOTESIS	VARIABLES	DIMENSIONES	METODOLOGÍA
Problema Principal	Objetivo General	Hipótesis General			Tipo de Investigación: básica,
¿En qué medida los factores de resiliencia se relacionan con el estrés académico de los estudiantes de Posgrado de la Universidad Norbert Wiener, 2023?	Determinar la relación que existe entre los factores de resiliencia y el estrés académico de los estudiantes de Posgrado de la Universidad Norbert Wiener, 2023	Los factores de resiliencia se relacionan significativamente con el estrés académico de los estudiantes de Posgrado de la Universidad Norbert Wiener, 2023.	X= Factores de Resiliencia Y=	X1 = Aceptación de uno de uno mismo. X2= Ecuanimidad X3 = Confianza en si mismo y sentirse bien X4 = Perseverancia	Diseño del Estudio: Investigación correlacional.
Problemas Secundarios	Objetivos Específicos	Hipótesis Específicas	és Académico	Y1 = Estresores Y2 = Síntomas Y3 = Estrategias de afronte	Método Método descriptivo
¿En qué medida los factores de resiliencia se relacionan con los estresores del estrés académico de los estudiantes de Posgrado de la Universidad Norbert Wiener, 2023?	Determinar la relación que existe entre los factores de resiliencia y los estresores del estrés académico de los estudiantes de Posgrado de la Universidad Norbert Wiener, 2023	Los factores de resiliencia se relacionan significativamente con los estresores del estrés académico en los estudiantes de Posgrado de la Universidad Norbert Wiener, 2023.			
¿En qué medida los factores de resiliencia se relacionan con los síntomas del estrés académico de los estudiantes de Posgrado de la Universidad Norbert Wiener, 2023?	Determinar la relación que existe entre los factores de resiliencia y los síntomas del estrés académico de los estudiantes de Posgrado de la Universidad Norbert Wiener, 2023	Los factores de resiliencia se relacionan significativamente con los síntomas del estrés académico en los estudiantes de Posgrado de la Universidad Norbert Wiener, 2023.			
¿En qué medida los factores de resiliencia se relacionan con las estrategias de afronte del estrés académico de los estudiantes de Posgrado de la Universidad Norbert Wiener, 2023?	Determinar la relación que existe entre los factores de resiliencia y las estrategias de afronte del estrés académico de los estudiantes de Posgrado de la Universidad Norbert Wiener, 2023	Los factores de resiliencia se relacionan significativamente con las estrategias de afronte del estrés académico en los estudiantes de Posgrado de la Universidad Norbert Wiener, 2023.			

Anexo 2: Instrumentos

Escala de resiliencia Wagnild & Young

Instrucciones: A continuación, encontrara una serie de frases que te permitirán penar acerca de su forma de ser. Deseamos que conteste a cada una de las siguientes afirmaciones y marque la respuesta con un aspa(x), que describa mejor cuál es su forma habitual de actuar y pensar. Siendo las alternativas de respuesta:

Totalmente de acuerdo	de	Desacuerdo	Algo en desacuerdo	Ni en desacuerdo, Ni de acuerdo	Algo de acuerdo	Acuerdo	Totalmente de acuerdo
TD		D	AD	¿?	AA	A	TA

No existen respuestas correctas ni incorrectas, buena o malas. Procure responder a todas las frases. Recuerde responder con espontaneidad, sin pensar mucho. Puede empezar.

		TD	D	AD	¿?	AA	A	TA
1	Cuando planeo algo lo realizo							
2	Frente a un problema generalmente me las arreglo de una manera u otra.							
3	Dependo más de 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 mismo.							
9	Siento que puedo manejar varias cosas al mismo tiempo.							
10	Soy decidido.							
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	Es una emergencia soy una persona en quien se pueda confiar.							
19	Generalmente puedo ver una situación de varias maneras.							
20	Algunas veces me obligo 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 de Estrés Académico SISCO SV

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

1.- Durante el transcurso de este semestre ¿has tenido momentos de preocupación o nerviosismo? Marca con un (x).

Sí No

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

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

1	2	3	4	5

3.-

Dimensión Estresores

Instrucciones: A continuación, se presenta una serie de aspectos que es mayor o menor medida suelen estresar a algunos alumnos. Responde señalando con una X. ¿Con que frecuencia cada uno de estos aspectos te estresa?, tomando la siguiente escala de valores:

NUNCA	CASI NUNCA	RARA VECES	ALGUNAS VECES	CASI SIEMPRE	SIEMPRE
N	CN	RV	AV	CS	S

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

¿Con que frecuencia te estresas?

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

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

4.-Dimensión síntomas (reacciones)

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

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

5.- Dimensión estrategias de afrontamiento

Instrucción: A continuación, se presenta una serie de acciones que en mayor o menor medida suelen utilizar algunos alumnos para enfrentar su estrés. Responde, señalando con una X. ¿Con Que frecuencia utilizas cada una de estas acciones para enfrentar tu estrés? Tomando en consideración la misma escala de valores del apartado anterior.

¿Con que frecuencia para enfrentar tu estrés te orientas a:

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

Anexo 3: Validez de los instrumentos

1Pertinencia: El ítem corresponde al concepto teórico formulado.

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

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

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

Observaciones (precisar si hay suficiencia):

Opinión de aplicabilidad:

Aplicable Si

Aplicable después de corregir

No aplicable

Apellidos y nombres del juez validador. **Dr/ Mg: Cristina Olivera Robles**

DNI: 41428034

Correo electrónico Institucional: psicocristinaor2@gmail.com

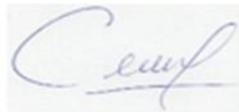
Especialidad del validador: Prevención de Salud Mental

Metodólogo X

Temático

Estadístico

Lima 30 de Mayo del 2023



Firma de experto informante

1**Pertinencia:** El ítem corresponde al concepto teórico formulado.

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

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

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

Observaciones (precisar si hay suficiencia):

Opinión de aplicabilidad: |

Aplicable []

Aplicable después de corregir []

No aplicable []

Apellidos y nombres del juez validador. Mg: CHERO PISFIL, JOSE FELIX

DNI: 32920801

Correo electrónico Institucional:

Especialidad del validador:

Metodólogo []

Temático []

Estadístico []

24.de MAYO.del 2023


Lic. Chero Pisfil Jose Felix
Elaborado en
Temática Metodológica
CTMSP N° 03088 - RUC N° 00129
Firma de experto informante

DNI: 32920801

1Pertinencia: El ítem corresponde al concepto teórico formulado.

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

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

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

Observaciones (precisar si hay suficiencia):

Opinión de aplicabilidad:

Aplicable

Aplicable después de corregir No

aplicable

Apellidos y nombres del juez validador. Mg JULISSA FRANCIS ZAVALA MANGA

DNI: 10594130

Correo electrónico Institucional:

Especialidad del validador: MAESTRIA EN DOCENCIA UNIVERSITARIA

Metodólogo

Temático

Estadístico

1Pertinencia: El ítem corresponde al concepto teórico formulado.

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

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

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

Observaciones (precisar si hay suficiencia): Si hay Suficiencia

Opinión de aplicabilidad:

Aplicable

Aplicable después de corregir

No aplicable

Apellidos y nombres del juez validador. Dr/ Mg:

Marisa B. Segura Coral

DNI: 40047265

Correo electrónico Institucional:

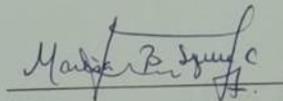
Especialidad del validador:

Metodólogo

Temático

Estadístico

27 de Junio del 2023



Firma de experto informante

1 **Pertinencia:** El ítem corresponde al concepto teórico formulado.

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

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

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

Observaciones (precisar si hay suficiencia):

Opinión de aplicabilidad:

Aplicable

Aplicable después de corregir

No aplicable

Apellidos y nombres del juez validador. Dr/ Mg: César Hernández Rodríguez

DNI: 09795723

Correo electrónico Institucional: cihernandezr@gmail.com

Especialidad del validador:

Metodólogo

Temático

Estadístico

27 de 06 del 2023

Firma de experto informante

Anexo 4: Confiabilidad de los instrumentos

La prueba de confiabilidad se ejecutó mediante una prueba piloto con 20 alumnos utilizando la prueba estadística del coeficiente alfa de Cronbach.

Criterios para la evolución del coeficiente Alfa de Cronbach:

Índice	Categoría
0 a 0.2	Muy baja
0.2 a 0.4	Baja
0.4 a 0.6	Moderado
0.6 a 0.8	Buena
0.8 a 1.0	Alta

Resultados de confiabilidad:

Instrumento	Índice	Categoría
Escala de resiliencia de Wagnild y Young	0.973	Alta
Inventario de Estrés Académico SISCO SV	0.958	Alta

Anexo 5: Aprobación del comité de ética



COMITÉ INSTITUCIONAL DE ÉTICA PARA LA INVESTIGACIÓN

CONSTANCIA DE APROBACIÓN

Lima, 26 de junio de 2023

Investigador(a)
Melissa Licé Delgado Abregú
Exp. N°: 0679-2023

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: **“Factores Resilientes y el Estrés Académico de los Estudiantes de Posgrado de la Universidad Privada Norbert Wiener 2023” Versión 01 con fecha 22/05/2023.**
- Formulario de Consentimiento Informado **Versión 01 con fecha 22/05/2023.**

El cual tiene como investigador principal al Sr(a) Melissa Licé Delgado Abregú 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



Anexo 6: Formato de consentimiento informado

CONSENTIMIENTO INFORMADO EN UN ESTUDIO DE INVESTIGACIÓN

Instituciones: Universidad Privada Norbert Wiener

Investigadores: Delgado Abregú, Melissa 

Título: Factores Resilientes y el Estrés Académico de los Estudiantes de Posgrado de la Universidad Privada Norbert Wiener 2023.

Propósito del estudio: Lo invitamos a participar en un estudio llamado: "Factores Resilientes y el Estrés Académico de los Estudiantes de Posgrado de la Universidad Privada Norbert Wiener 2023". Este es un estudio desarrollado por investigadores de la Universidad Privada Norbert Wiener. El propósito de este estudio es determinar la vinculación entre los factores resilientes y el estrés académico. Su ejecución ayudará a/permitirá la vinculación entre las variables.

Procedimientos:

Si usted decide participar en este estudio, se le realizará lo siguiente:

- Se le entregará un consentimiento informado donde participará de forma voluntaria.
- Se le entregará la encuesta para que pueda resolverlo.
- Ud. entregará la encuesta resuelta.

La entrevista/encuesta puede demorar unos 45 minutos y (según corresponda, añadir a detalle). Los resultados de la encuesta se le entregarán a usted en forma individual o almacenarán respetando la confidencialidad y el anonimato.

Riesgos: Su participación en el estudio no tendrá ningún riesgo a la aplicación de la encuesta

Beneficios: Usted se beneficiará con la presentación del estudio en la escuela de Posgrado para realizar la aplicación del instrumento.

Costos e incentivos: Usted no deberá pagar nada por la participación. Igualmente, no recibirá ningún incentivo económico ni medicamentos 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 la identificación de Usted. Sus archivos no serán mostrados a ninguna persona ajena al estudio.

Derechos del paciente:

Si usted se siente incómodo durante el desarrollo de la encuesta, podrá retirarse de éste en cualquier momento, o no participar en una parte del estudio sin perjuicio alguno. Si tiene alguna inquietud y/o molestia, no dude en preguntar al personal del estudio. Puede comunicarse con el investigador principal Melissa Delgado Abregú, sin usar grados académicos (indicar número de teléfono: 977174434) o con la Asesora Dra. Vásquez Tomas, Melba Rita (número de teléfono: 951791377 y/o al Comité que validó el presente estudio, Dra.  M. Bellido Fuentes, Presidenta del Comité de Ética de la Universidad Norbert Wiener, para la investigación de la Universidad Norbert Wiener, telf. 7065555 anexo 3285. comité.etica@uwiener.edu.pe

CONSENTIMIENTO

Acepto voluntariamente participar en este estudio, comprendo que 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 

Nombres: Melissa Delgado Abregú

DNI: 40465098

Anexo 7: Carta de aprobación de institución



"Año de la unidad, la paz y el desarrollo"



Lima, 11 de setiembre de 2023

CARTA N° 626-EPG-UPNW

Mg. Jenny Rodríguez Siu
Coordinadora Académica de Maestrías
Universidad Privada Norbert Wiener
Av. Arequipa 440 con Jr. Larrabure y Unanue 110. Urb. Santa Beatriz
Jesús María.-

ASUNTO: Autorización para aplicación de estudio de campo

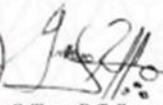
De mi mayor consideración:

Es grato dirigirme a usted para saludarla cordialmente y a la vez **presentar** a la egresada de la Maestría en Docencia Universitaria; **Melissa Licé Delgado Abregú**, con código de matrícula **N° 2018900522**, con la finalidad de solicitar se brinde todas las facilidades pertinentes para que pueda aplicar los instrumentos de recolección de datos en estudiantes de Posgrado de la Maestría en Docencia Universitaria.

Toda la información que solicita la tesista **Melissa Licé Delgado Abregú** es para la elaboración de su proyecto de investigación denominado: "**FACTORES RESILIENTES Y EL ESTRÉS ACADÉMICO DE LOS ESTUDIANTES DE POSGRADO DE LA UNIVERSIDAD PRIVADA NORBERT WIENER 2023**" dirigido por la asesora de tesis, Dra. Melba Rita Vásquez Tomas, para la obtención del grado académico de Maestro en Docencia Universitaria.

Agradeciendo por anticipado su autorización a la tesista para que logre su propósito, hago propicia la ocasión para expresarle los sentimientos de mi consideración y estima personal.

Atentamente,



Dr. Guillermo Raffo Ibarra
Director de la Escuela de Posgrado
Universidad Norbert Wiener

KLL

Anexo 8: Reporte de similitud de turnitin

Reporte de similitud

NOMBRE DEL TRABAJO

**INFORME FINAL TESIS DE MAESTRIA.do
cx**

RECuento DE PALABRAS

15681 Words

RECuento DE CARACTERES

88690 Characters

RECuento DE PÁGINAS

91 Pages

TAMAÑO DEL ARCHIVO

2.7MB

FECHA DE ENTREGA

Mar 10, 2024 4:38 PM GMT-5

FECHA DEL INFORME

Mar 10, 2024 4:40 PM GMT-5

● 19% de similitud general

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

- 14% Base de datos de Internet
- Base de datos de Crossref
- 16% Base de datos de trabajos entregados
- 2% Base de datos de publicaciones
- Base de datos de contenido publicado de Crossref

● Excluir del Reporte de Similitud

- Material bibliográfico
- Material citado
- Bloques de texto excluidos manualmente
- Material citado
- Coincidencia baja (menos de 10 palabras)

● 20% de similitud general

Principales fuentes encontradas en las siguientes bases de datos:

- 14% Base de datos de Internet
- Base de datos de Crossref
- 17% Base de datos de trabajos entregados
- 2% Base de datos de publicaciones
- Base de datos de contenido publicado de Crossref

FUENTES PRINCIPALES

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

1	repositorio.uwiener.edu.pe Internet	3%
2	uwiener on 2024-01-12 Submitted works	2%
3	repositorio.upla.edu.pe Internet	2%
4	hdl.handle.net Internet	1%
5	uwiener on 2023-05-06 Submitted works	<1%
6	repositorio.ucv.edu.pe Internet	<1%
7	uwiener on 2023-11-21 Submitted works	<1%
8	uwiener on 2023-03-29 Submitted works	<1%