



**Universidad
Norbert Wiener**

Powered by **Arizona State University**

**FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
PROGRAMA ACADÉMICO DE PSICOLOGÍA**

Tesis

Tolerancia a la frustración y ansiedad en estudiantes de un instituto
privado de Ayacucho 2025

**Para optar el Título Profesional de
Licenciada en Psicología**

Presentado por:

Autora: Berrocal Melendez, Ana Gabriela

Código ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-7506-5656>

Asesora: Mg. Diaz Chalán, Cindy Karina

Código ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-9779-5601>

Lima – Perú

2025

 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, Ana Gabriela Berrocal Melendez egresado de la Facultad de **Ciencias de la Salud** y Escuela Académica Profesional de **Psicología** de la Universidad privada Norbert Wiener declaro que el trabajo de investigación "Tolerancia a la frustración y ansiedad en estudiantes de un Instituto Privado de Ayacucho 2025." Asesorado por el docente: Cindy Karina Diaz chalán DNI 42547503 ORCID 0000-0001-9779-5601 tiene un índice de similitud de **14 (catorce) %** con código oid: 14912:469601406 verificable en el reporte de originalidad del software Turnitin.

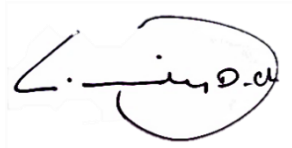
Así mismo:

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
 Ana Gabriela Berrocal Melendez
 DNI: 74169445

.....
 Firma de autor 2
 Nombres y apellidos del Egresado
 DNI:



.....
 Firma
 Cindy Karina Diaz Chalan
 DNI: 42547503

Lima, 13 de agosto de 2025

DEDICATORIA

A mis padres, por su amor incondicional y apoyo constante. A mis profesores, por su guía y sabiduría. A mis amigos, por su compañía y ánimo en los momentos difíciles. Y, sobre todo, a mí mismo, por la perseverancia y el esfuerzo dedicados a este logro.

AGRADECIMIENTO

Agradezco profundamente a mis padres por su amor y apoyo incondicional. A mis profesores, por su guía y conocimientos compartidos. A mis amigos, por su constante ánimo y compañía. Y a todos aquellos que, de alguna manera, contribuyeron a la realización de este trabajo.

INDICE GENERAL

PORTADA.....	¡Error! Marcador no definido.
TITULO	¡Error! Marcador no definido.
DEDICATORIA	iv
AGRADECIMIENTO	v
INDICE GENERAL.....	vi
INDICE DE TABLAS	x
INDICE DE FIGURAS.....	xi
RESUMEN.....	xii
ABSTRACT.....	xiii
INTRODUCCIÓN	xiv
CAPÍTULO I: EL PROBLEMA.....	1
1.1. Planteamiento del problema.....	1
1.2. Formulación del problema	3
1.2.1. Problema general.....	3
1.2.2. Problemas específicos	3
1.3. Objetivos de la investigación	4
1.3.1. Objetivo general	4
1.3.2. Objetivos específicos	4
1.4. Justificación.....	4

1.4.1. Teórica.....	4
1.4.2. Metodológica.....	4
1.4.3. Práctica.....	5
1.5. Limitaciones de la investigación.....	5
1.6. Delimitaciones de la investigación.....	6
1.6.1. Temporal.....	6
1.6.2. Espacial.....	6
1.6.3. Población o unidad de análisis.....	6
CAPÍTULO II: MARCO TEÓRICO.....	7
2.1. Antecedentes de la investigación.....	7
2.1.1. Antecedentes internacionales.....	7
2.1.2. Antecedentes nacionales.....	8
2.1.3. Antecedentes locales.....	10
2.2. Bases teóricas.....	11
2.2.1. Tolerancia a la frustración.....	11
2.2.2. Ansiedad.....	19
2.3. Formulación de hipótesis.....	26
CAPÍTULO III: METODOLOGÍA.....	28
3.1. Método de investigación.....	28
3.2. Enfoque de la investigación.....	28
3.3. Tipo de investigación.....	28

3.4. Nivel de investigación.....	29
3.5. Diseño de investigación	29
3.6. Población, muestra y muestreo	29
3.6.1. Población.....	29
3.6.2. Muestra.....	29
Muestreo.....	30
3.7. Variables y operacionalización	31
3.8. Técnicas e instrumentos de recolección de datos.....	36
3.8.3. Validación	37
3.8.4. Confiabilidad.....	40
3.9. Procesamiento y análisis de datos	40
3.10. Aspectos éticos.....	41
CAPÍTULO IV: RESULTADOS Y DISCUSIONES.....	42
4.1. Resultados sociodemográficos	42
4.2. Resultados descriptivos de las variables	45
4.3. Prueba de hipótesis.....	49
4.3.1. Prueba de normalidad.....	50
4.3.2. Prueba de hipótesis general.....	50
4.3.3. Prueba de hipótesis específica 1	51
4.3.4. Prueba de hipótesis específica 2.....	52
4.4. Discusión de resultados.....	54

CAPÍTULO V: CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES.....	58
5.1. Conclusiones.....	58
5.2. Recomendaciones.....	58
REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS.....	60
Anexo 1. Matriz de consistencia.....	70
Anexo 2. Instrumentos.....	71
Anexo 3. Validez por juicio de expertos.....	74
Anexo 4. Confiabilidad del instrumento.....	80
Anexo 5. Aprobación de comité de ética.....	82
Anexo 6. Formato del consentimiento informado.....	83
Anexo 7. Carta de aprobación de la institución.....	86
Anexo 8. Informe de turnitin.....	87
Anexo 9: Cuadro de operacionalización de variables.....	88

INDICE DE TABLAS

Tabla 1. Operacionalización de la variable tolerancia a la frustración	32
Tabla 2. Operacionalización de la variable ansiedad.....	34
Tabla 3. Coeficiente de validez de contenido del instrumento tolerancia a la frustración	38
Tabla 4. Coeficiente de validez de contenido del instrumento de ansiedad	39
Tabla 5. Sexo de los participantes.....	42
Tabla 6. Edad de los participantes	43
Tabla 7. Carreras de los participantes	43
Tabla 8. Ciclo académico de los participantes.....	44
Tabla 9. Nivel de tolerancia a la frustración	45
Tabla 10. Nivel de ansiedad.....	46
Tabla 11. Dimensiones de la ansiedad	47
Tabla 12. Prueba de normalidad	50
Tabla 13. Correlación entre la tolerancia a la frustración y la ansiedad.....	51
Tabla 14. Correlación entre la tolerancia a la frustración y la dimensión fisiológica	52
Tabla 15. Correlación entre la tolerancia a la frustración y la dimensión cognitivo afectivo	53

INDICE DE FIGURAS

Figura 1. Sexo de los participantes	42
Figura 2. Carrera de participantes	44
Figura 3. Ciclo de los participantes.....	45
Figura 4. Nivel de tolerancia a la frustración.....	46
Figura 5. Nivel de ansiedad.....	47
Figura 6. Dimensión cognitivo afectivo.....	48
Figura 7. Dimensión fisiológica.....	49

RESUMEN

El objetivo fue determinar la relación entre la tolerancia a la frustración y la ansiedad en estudiantes de un liceo privado de Ayacucho, 2025. La metodología fue cuantitativa, básica y de diseño no experimental. La muestra estuvo constituida por 278 estudiantes y el muestreo fue no probabilístico, tipo conveniencia. Los instrumentos utilizados fueron la Escala de Tolerancia a la Frustración (ETAF) y el Inventario de Ansiedad de Beck, ambos válidos y confiables en el contexto peruano. Los resultados indican que existió una relación negativa significativa entre la tolerancia a la frustración y la ansiedad ($\rho = -0,274$, $p < 0,05$) en la muestra de estudio. En cuanto a las dimensiones, se encontró una relación negativa significativa entre la tolerancia a la frustración y los factores fisiológicos ($\rho = -.241$, $p < 0.05$) y cognitivo-afectivos ($\rho = -.275$, $p = < 0.05$). Se concluyó que, a mayor tolerancia a la frustración, menor probabilidad de presentar conductas ansiógenas.

Palabras clave: tolerancia a la frustración, ansiedad, fisiológica, cognitivo afectivo, estudiantes

ABSTRACT

The objective was to determine the relationship between frustration tolerance and anxiety in students of a private high school in Ayacucho 2025. The methodology was quantitative, basic and non-experimental design. The sample consisted of 278 students and the sampling was non-probabilistic, convenience type. The instruments applied were the Frustration Tolerance Scale (ETAF) and the Beck Anxiety Inventory. The results indicate that there was a significant negative relationship between frustration tolerance and anxiety ($\rho = -0.274$, $p < 0.05$) in the study sample. Regarding the dimensions, a significant negative relationship was found between frustration tolerance and physiological ($\rho = -.241$, $p < 0.05$) and cognitive-affective factors ($\rho = -.275$, $p = < 0.05$). It was concluded that the higher the frustration tolerance, the lower the probability of presenting anxiogenic behaviours.

Key words: frustration tolerance, anxiety, physiological, cognitive-affective, students.

INTRODUCCIÓN

La tolerancia a la frustración y la ansiedad son dos constructos psicológicos de gran relevancia en el contexto académico y profesional, ya que influyen significativamente en la estabilidad emocional y el rendimiento de los estudiantes. La tolerancia a la frustración se define como la capacidad de un individuo para afrontar y sobrellevar situaciones adversas sin que ello afecte su bienestar emocional ni su desempeño en diversas áreas de su vida (Ortuño, 2016). Por otro lado, la ansiedad es una respuesta emocional ante situaciones de estrés o incertidumbre, caracterizada por síntomas fisiológicos, cognitivos y conductuales que pueden interferir con el desarrollo normal de las actividades diarias (Cattell, 1983).

El contexto educativo representa un entorno en el que los estudiantes enfrentan constantemente desafíos que ponen a prueba su capacidad para gestionar la frustración y la ansiedad. En este sentido, la presente investigación se enfoca en analizar la relación entre la tolerancia a la frustración y la ansiedad en estudiantes del Instituto de Educación Superior Tecnológico Privado Cristo Rey, con el propósito de comprender mejor la dinámica entre ambas variables y su impacto en el bienestar psicológico de los jóvenes.

Diferentes estudios han evidenciado que la tolerancia a la frustración actúa como un factor protector ante la ansiedad, permitiendo a los individuos afrontar con mayor eficacia los retos y dificultades de la vida cotidiana (Jiménez, 2022; Castillo & Quintana, 2022). Sin embargo, cuando la tolerancia a la frustración es baja, se generan respuestas emocionales desadaptativas, lo que puede incrementar la vulnerabilidad a padecer trastornos ansiosos. En este sentido, investigaciones previas han encontrado que los estudiantes que presentan niveles elevados de ansiedad suelen experimentar mayor dificultad para tolerar la frustración y regular sus emociones (Camuñas et al., 2019).

El presente estudio se justifica teóricamente por la necesidad de profundizar en la comprensión de los mecanismos psicológicos que subyacen a la relación entre la tolerancia a la frustración y la ansiedad. Metodológicamente, el enfoque de esta investigación es cuantitativo y correlacional, lo que permitirá analizar la relación estadística entre ambas variables en una muestra representativa de estudiantes del instituto. Prácticamente, los hallazgos de este estudio contribuirán a la formulación de estrategias de intervención que permitan fortalecer la resiliencia emocional de los estudiantes y mejorar su bienestar psicológico.

La investigación se estructura en diferentes secciones. En primer lugar, se presenta el planteamiento del problema, la formulación de las preguntas de investigación, los objetivos, justificación y límites. En segundo lugar, el marco teórico, que expone las definiciones conceptuales y los antecedentes de la tolerancia a la frustración y la ansiedad. En tercer lugar, se detallan los aspectos metodológicos, que incluye el diseño de la investigación, la población, muestra, y los instrumentos de recolección de datos. En cuarto lugar, se presentan y analizan los resultados obtenidos, los cuales se discuten en relación con la literatura existente. Finalmente, se plantean conclusiones y recomendaciones para futuras investigaciones y aplicaciones prácticas en el ámbito educativo.

Con este trabajo, se busca generar conocimiento que ayude a comprender la importancia de la tolerancia a la frustración en la regulación de la ansiedad, así como a proponer estrategias efectivas para el manejo emocional en los estudiantes, promoviendo su bienestar y su desarrollo integral dentro del ámbito educativo y personal.

CAPÍTULO I: EL PROBLEMA

1.1. Planteamiento del problema

La OMS (2022) refiere que a nivel internacional un octavo de la población tiene un trastorno mental, los cuales involucran alteración en el pensamiento, dificultad de gestión emocional y el comportamiento. Entre los principales problemas psicológicos se encuentra la ansiedad y la mayor parte de la gente no puede acceder a una atención de calidad y efectiva de salud (OMS, 2023).

La prevalencia de ansiedad en los países latinos oscila entre el 4 a 24% (Macías-Carballo et al., 2019) esta variación depende de aspectos individuales, comunitarios, culturales y gubernamentales. La mayor tasa de reacción ansiosa lo presentan las mujeres con un 7,7%, mientras que los varones presentan una tasa de 3,6% (Chacón et al., 2021), esto muestra que las mujeres presentan mayor riesgo y menores factores protectores frente a este padecimiento.

En el Perú alrededor de un tercio a dos quintos de los jóvenes de 19 a 26 años presentan síntomas ansiógenos, el cual se agudizó durante los cuarenta (MINSA, 2022). Así mismo, la situación coyuntural política que atraviesa el país durante los últimos años incrementa el estrés de los ciudadanos, y está puede desencadenar la aparición de problemas en personas vulnerables (Vargas, 2023).

Entre el grupo más afectado por la ansiedad, como consecuencia de la pandemia, fueron el personal sanitario, quienes se encontraban en primera línea atendiendo los diversos problemas de salud. Las más frecuentes afecciones psicológicas en trabajadores sanitarios en el primer nivel de atención son los síntomas ansiosos, depresivos y sobrecarga laboral (Soares et al., 2023). Así mismo, en una investigación realizada por Lucas-Hernández et al. (2022) encontraron que el 44,7% mostró indicadores depresivos, el 83,1% ansiosos y 66,3% estrés.

Las mujeres, los solteros y médicos residentes fueron las principales afectadas de síntomas ansiosos, esto refleja que la salud psicológica en trabajadores del sector salud también debe ser abordada.

Castillo y Quintana (2022) hallaron en su estudio con estudiantes de un instituto público que el 50% presentaba nivel medio de tolerancia, 35,29% nivel bajo y 14,71% alto, esto demuestra una pequeña realidad de la tasa de tolerancia baja en los jóvenes. Así mismo considerando que el aumento de problemas de ansiedad se debe a condiciones de riesgo en la vida cotidiana es importante estudiar si la tolerancia es un factor protector que puede mejorar el miedo intenso y anticipado ante una amenaza lejana o ambigua (UNAM Global, 2022).

Maxdeo (2021) refiere que la intolerancia a la frustración se presenta, sin diferencia, en todas las carreras; sin embargo, si hay diferencia en cómo lo experimentan los varones y mujeres, en el cual los varones presentan menos intolerancia. Esto demuestra que las mujeres están expuestas a un contexto que desencadena conductas intolerantes y que al margen de lo que uno estudia la intolerancia involucra factores culturales y sociales que afecta a la persona.

La ansiedad es un estado que repercute en los profesionales sanitarios, el cual aumentó y se hizo más visible durante la pandemia (Pereira-da et al., 2024). Ante esto, la paciencia ante la frustración es un componente protector que es importante conocer frente a la presencia de conductas ansiosas.

A nivel local, Ayacucho es una de las regiones con más casos de salud mental atendidos con una cifra mayor a 12 mil casos (Verano, 2023). Algunos estudios en la localidad reportaron que el 37% de estudiantes presenta ansiedad alta y el 63% niveles medios (Ataucusi, 2024). Respecto personal de salud, se encontró que el 53% presentó niveles nimios a moderados de ansiedad y el 3% niveles severos (Paredes, 2024). Estas cifras son preocupantes ya que afecta

de menara inversa la calidad de vida de los jóvenes estudiantes y profesionales de salud (Marca y Morera., 2025).

En el instituto privado de Ayacucho los reportes de las autoridades de la universidad indican que los estudiantes de la carrera de salud están presentando indicadores de ansiedad como son: preocupación por las prácticas clínicas, dificultad para concentrarse en las actividades académicas, pensamientos recurrentes que pueden fallar, dificultad para tomar decisiones personales y académicas, bajas notas en los cursos, evitación de actividades académicas e irritabilidad. En ese sentido, considerando las sugerencias de la universidad, se presentó la motivación de estudiar está variable de estudio, ya que los futuros trabajadores sanitarios de Ayacucho no están exentos de este problema, por tanto, esta investigación busca explorar la conexión entre la ansiedad y la tolerancia a la frustración en estudiantes de un instituto privado.

1.2. Formulación del problema

1.2.1. Problema general

¿Cuál es la relación entre la tolerancia a la frustración y la ansiedad en estudiantes de un instituto privado de Ayacucho 2025?

1.2.2. Problemas específicos

¿Cuál es la relación entre la tolerancia a la frustración y la dimensión fisiológica de la ansiedad en estudiantes de un instituto privado de Ayacucho 2025?

¿Cuál es la relación entre la tolerancia a la frustración y la dimensión cognitivo-afectivo de la ansiedad en estudiantes de un instituto privado de Ayacucho 2025?

1.3. Objetivos de la investigación

1.3.1. Objetivo general

Determinar la relación entre la tolerancia a la frustración y la ansiedad en estudiantes de un instituto privado de Ayacucho 2025

1.3.2. Objetivos específicos

Analizar la relación entre la tolerancia a la frustración y la dimensión fisiológica de la ansiedad en estudiantes de un instituto privado de Ayacucho 2025.

Analizar la relación entre la tolerancia a la frustración y la dimensión cognitivo-afectivo de la ansiedad en estudiantes de un instituto privado de Ayacucho 2025.

1.4. Justificación

1.4.1. Teórica

Los hallazgos de la tesis contribuirán a esclarecer la asociación entre la tolerancia a la frustración y la ansiedad en una muestra de estudiantes de Ayacucho, el cual contribuirá a la literatura científica en la comprensión de cómo se presentan ambas variables en estudiantes de Ayacucho.

1.4.2. Metodológica

Para estudiar los constructos se emplea un diseño correlacional, esto contribuirá a la comprensión de la tolerancia a la frustración y ansiedad en los alumnos de un instituto privado de Ayacucho. Se emplea esta metodología debido a las características de las variables, ya que son cuantitativas y existen instrumentos para su medición, y los antecedentes, hay trabajos que abordaron la tolerancia a la frustración y ansiedad de manera separada pero no relacionándolos

ambos en localidad de Ayacucho. Por tal motivo se utilizó la metodología ya indica el cual permite lograr los objetivos del estudio.

1.4.3. Práctica

Los descubrimientos de la investigación mejorarán el entendimiento de las variables en los estudiantes de instituto de Ayacucho, se sabrá la asociación entre la tolerancia a la frustración y ansiedad en los participantes, esto abrirá camino a que se pueda realizar actividades preventivas y promocionales, acorde con los hallazgos, para beneficio de los estudiantes.

Así mismo, los hallazgos permitirán que los participantes conozcan cuál es su estado a nivel psicológico en cuanto a tolerancia a la frustración y ansiedad. Esta información puede ser utilizada por los directivos y área de bienestar del estudiante para poder tomar decisiones a favor de los estudiantes.

Así mismo, los resultados sentarán los fundamentos para llevar a cabo estudios aplicados en temas de tolerancia a la frustración y ansiedad en estudiantes de Ayacucho.

1.5. Limitaciones de la investigación

Los resultados se podrán generalizar a la población de estudiantes del instituto privado de Ayacucho y a poblaciones similares que tengan las mismas condiciones sociodemográficas. Sin embargo, respecto a la extrapolación habrá una limitación la cual consiste en que los hallazgos no podrán servir para poblaciones muy diferentes al contexto de Ayacucho y estudiantes universitarios.

Así mismo, los instrumentos no tienen validación ni confiabilidad en población Ayacuchana por lo que se requiere obtener esas propiedades psicométricas antes de la recolección de datos, por ese motivo se utilizará la validez por evaluación de experto y la

consistencia interna por alfa de Cronbach, de esa manera se garantizará que los datos recolectados sean válidos y confiables.

1.6. Delimitaciones de la investigación

1.6.1. Temporal

El estudio se realizó en el año 2025 en el periodo académico I.

1.6.2. Espacial

El estudio se realizó en el Instituto de Educación Superior Tecnológico Privado Cristo Rey.

1.6.3. Población o unidad de análisis

La unidad de análisis fueron los estudiantes de las dos carreras, producción agropecuaria y enfermería técnica, que se imparten en el Instituto de Educación Superior Tecnológico Privado Cristo Rey.

CAPÍTULO II: MARCO TEÓRICO

2.1. Antecedentes de la investigación

2.1.1. Antecedentes internacionales

Jiménez (2022) realizó un trabajo titulado “*Estudio de la ansiedad y frustración en deportistas de alto y bajo nivel Deportivo*” con el propósito de evaluar indicadores ansiógenos en un ambiente de competencia, la tasa de frustración y la correlación entre las variables. Participaron 72 deportistas de los cuales 32 practicaban gimnasia y 40 golf con edades entre 13 y 29 años. El estudio fue básico de nivel comparativo, se aplicó el “Inventario del Estado de Ansiedad en Competición-2 (CSAI-2)” y “Psychometric Evaluation of the Basic Psychological Need Satisfaction and Frustration Scale (BPNSFS)”. Los descubrimientos fueron que los atletas de élite tenían calificaciones bajas, con diferencia significativa en la ansiedad somática, comparado a los deportistas de bajo desempeño. Los atletas de élite presentaron menos puntaje en ansiedad cognitiva, aunque esto no fue significativo. Así mismo se encontró una conexión indirecta entre la ansiedad cognitiva y la autoconfianza ($r = -.575$, $p = .001$). Los participantes con mayor rendimiento deportivo presentan menor frustración comparado con los de bajo rendimiento ($F [1,68] = 7.011$, $p = .010$, $\eta^2 = .093$). Se concluye que al tener alto nivel deportivo se presenta menos ansiedad somática y frustración.

Valiente-Barroso et al. (2021) investigaron “*Tolerancia a la frustración, estrés y autoestima como predictores de la planificación y toma de decisiones en adolescentes*” con el objetivo de examinar la relación y el factor predictivo de las variables en la conducta de planificar y tolerar la frustración. Participaron 161 alumnos de secundaria de Madrid, 74 eran varones y 87 mujeres, con edades inferiores a 18 años. Para obtener los datos se aplicó la “Escala de evaluación de la planificación y toma de decisiones”, “Escala de tolerancia a la

frustración”, “Escala de autoestima” y “Escala de estrés percibido”. El enfoque del estudio fue cuantitativo, nivel relacional y multivariante. Los descubrimientos fueron que los altos niveles de tolerancia a la frustración, autoestima y bajo estrés experimentado predicen la adecuada gestión y coordinación ($\chi^2 [1] = 18.38; p = .001$). Se concluye que es importante seguir fortaleciendo los factores de protección en los adolescentes.

Vázquez & Mobili (2022) realizaron un estudio titulado “*Distorsiones cognitivas y tolerancia a la frustración en estudiantes universitarios venezolanos*” para analizar la relación entre las variables en universitarios. El estudio fue descriptivo, los participantes fueron de 190 estudiantes de Fisiología y el muestreo fue no probabilístico que estuvo compuesto por 77. Se halló que no existe conexión entre los pensamientos distorsionados y la tolerancia a la frustración ($r = .034; p > .05$), asimismo, se identificó que la mayoría de los encuestados obtuvo niveles bajos de tolerancia a la frustración: 58% en el factor personal, el 66% en laboral, 23.38% en social y el 62.34% en familiar. Se concluye que sobrellevar situaciones difíciles en la vida diaria (académico, social y familiar) se da independientemente de los pensamientos irracionales que se tengan acerca de la realidad, de uno mismo o del futuro.

2.1.2. Antecedentes nacionales

Castillo & Quintana (2022) investigaron “*Phubbing y tolerancia a la frustración en estudiantes de la carrera de salud de un instituto público de pasco – 2022*” para determinar la conexión entre las variables, para ello emplearon una metodología básica y tipo descriptivo-correlacional. Se realizó en un instituto de Cerro de Pasco conformado por 150 personas y la muestra fue de 136, se descartaron 14 personas por no cumplir el margen de edad. Se aplicó la Escala de phubbing y la Escala de tolerancia a la frustración para la obtención de datos. Los hallazgos revelaron que había relación inversa baja entre los factores ($r_s = -.392; p < .05$). Se

concluyó que mientras haya bajas conductas de ignorar a las personas debido al uso del celular, aumentará la tolerancia, y viceversa.

Dávila (2022) investigó el *“Nivel de ansiedad en tiempos de COVID-19 en los estudiantes de enfermería de la Universidad Nacional de Cajamarca Filial Jaén - Perú, 2021”* para describir la ansiedad de los participantes durante el tiempo de aislamiento social. El trabajo fue no experimental de tipo descriptivo, los encuestados fueron 134 estudiantes de cuatro ciclos académicos (II, IV, VI, VIII) y la muestra lo conformaron 99 personas. Se utilizó un inventario de ansiedad conformado por 40 preguntas. Se halló que el 92,9% de los participantes obtuvo ansiedad media y el 7,1% niveles bajos. En la dimensión rasgo se halló que el 92,9% nivel medio y el 7,1% bajo y en la dimensión estado el 87,9% obtuvo niveles medios y el resto nivel bajo. Se concluyó que durante el tiempo que duró el confinamiento sanitario los encuestados presentaron niveles medios de ansiedad debido a que interpretaban la realidad como amenazantes para las cosas importantes de su vida y no se halló caso de niveles altos.

Chávez (2019) realizó un estudio titulado *“Tolerancia a la frustración y dependencia al celular en estudiantes de un instituto de la ciudad de Chachapoyas”* con el fin de conocer la vinculación entre los constructos para ello se contó con 320 estudiantes y la muestra fue de 138 personas entre 18 a 36 años. La investigación fue de nivel relacional y para recolectar los datos se utilizó un cuestionario de dependencia al móvil y una escala de tolerancia a la frustración. Los hallazgos señalaron que los pensamientos racionales, la tolerancia y abstinencia se relacionan ($r = .554, p = .001$), asimismo, se encontró relación entre cogniciones irracionales y dificultad en control de impulso ($r = .616, p = .003$), también los pensamientos irracionales se asocian con los problemas generados por el uso de celular ($r = .537, p = .000$). Se concluye que la tolerancia a la frustración disminuye el uso descontrolado del celular.

2.1.3. Antecedentes locales

Hidalgo (2022) investigó el “*Nivel de ansiedad en el contexto del Covid-19 y satisfacción de las gestantes que acuden al consultorio obstétrico del Centro de Salud Los Licenciados, Ayacucho 2022*” que tenía como propósito determinar la conexión entre los factores de interés, por consiguiente, se trabajó con una población de 341 y la muestra fue de 181. La investigación fue descriptivo-correlacional y para obtener información se empleó un test de ansiedad y el test SERVQUAL. Se descubrió que el 53% de los participantes tenía ansiedad moderada, 26,50% nivel bajo y 20,4% alto. De la misma forma se encontró que la conducta de ansiedad, respuesta fisiológica, respuesta cognitiva y afectiva afecta a la satisfacción ($r = -.367$, $p < .003$). Se concluye que la sensación de bienestar aumenta a medida que el estado ansiógeno disminuye, en ese sentido es importante mejorar los ambientes para promover espacios de satisfacción.

Quispe (2021) realizó un estudio con propósito de analizar la conexión entre la ansiedad y la procrastinación académica en aprendices de psicología de una institución privada de Ayacucho. Para ello se empleó un enfoque cuantitativo y nivel relacional. La población se encontraba integrada por 44 estudiantes de décimo ciclo, el muestreo fue no probabilístico y se trabajó con 22 personas. Para la obtención de datos se empleó un cuestionario de procrastinación académica y de autoevaluación ante los exámenes. Los hallazgos indicaron que el 77,27% presentaba niveles bajos de ansiedad ante los exámenes, 13,64% nivel medio y 9,09% alto. En relación con sus dimensiones se identificó que la mayoría, 72,7%, tenía niveles bajos de preocupación y el 63,6% de emocionalidad, además no se halló asociación entre ansiedad y procrastinación en futuros psicólogos ($p > .05$). Se concluyó que los indicadores de ansiedad se presentan al margen de si el estudiante retrasa sus actividades académicas.

Zevallos (2020) realizó un proyecto con el propósito de identificar la presencia de ansiedad estado y rasgo en los alumnos de un colegio privado de Patibamba-La Mar, con tal efecto se empleó un método de tipo aplicado, nivel de estudio descriptivo y transaccional. El proceso de selección de los participantes fue no probabilístico y estuvo integrado por 52 participantes que cumplían los requisitos. Se usó una encuesta para la medición y el instrumento fue el Cuestionario de Ansiedad Estado-Rasgo. Los resultados fueron que respecto a la ansiedad-estado el 63,5% de la muestra presentaba tendencia promedio, el 19,2% sobre promedio, 11,5% promedio, 5,8% bajo y ningún participante obtuvo nivel alto. En relación a la ansiedad-rasgo se halló que 32,7% presentaba tendencia promedio, 28,8% promedio, 25% sobre promedio, 9,6% bajo y 3,8% alto; así mismo la ansiedad rasgo prevalente se reportó en mujeres adolescentes. Se concluyó que más del 50% de encuestados se encuentra con puntajes por encima de la media de rasgos ansiógenos.

2.2. Bases teóricas

2.2.1. Tolerancia a la frustración

2.2.1.1. Definición

La frustración es una reacción comportamental que surge cuando se reducen o eliminan inesperadamente los estímulos positivos (Kamenetzky et al., 2009). Amsel entiende la frustración como un contraste negativo, el cual es una respuesta de un organismo cuando se experimenta disminución de la calidad y cantidad de reforzadores apetitivos (Baquero & Gutiérrez, 2007).

La frustración desencadena sentimientos negativos en intensidad y magnitud que guardan conexión con los mecanismos para gestionar las emociones. Este proceso de regulación indica la habilidad de un individuo para controlar sus emociones; implica tácticas

que se proporcionan de manera intencionada para la manifestación de una emoción, ya sea agradable o desagradable (Gross & Barrett, 2011).

Así mismo, tolerar es soportar lo que no se desea o no se comprende, implica superar un obstáculo y aceptar algo que no deseabas. Tolerar la frustración forma parte de la inteligencia (Ortuño, 2016).

La habilidad para afrontar y soportar situaciones frustrantes o desafiantes sin sentirse abrumado o darse por vencido puede entenderse como tolerancia, que busca posponer la propia respuesta, ya sea violenta o impulsiva, ante acontecimientos desafiantes o hostiles (Ventura-León et al., 2018).

Frustrarse es adaptativo cuando se percibe que un evento no se puede controlar. El cerebro necesita sentir que controla la realidad para preservar el bienestar psicológico. Cuando se pierde ese control, surge la frustración como técnica para recuperar ese bienestar. En consecuencia, es fundamental aprender a aceptar, acoger y tratar la irritación de forma inteligente para regresar a sentirse saludable, debido a que se aprende a confrontar los obstáculos y problemas de la vida con cierto éxito (Ortuño, 2016).

2.2.1.2. Tipos de frustración

Se puede distinguir dos formas de frustración: externa y la personal. La frustración externa surge de situaciones ajenas al sujeto que le obstaculizan alcanzar sus metas, y suele estar relacionada con retrasos, desilusiones, retrocesos y pérdidas. Este tipo de frustración se divide en dos categorías: sociales, que son provocadas por las acciones de otras personas, y no sociales, que son causadas por elementos externos y se agravan con la urgencia, intensidad o importancia del objetivo. Por otro lado, la frustración individual se debe a características del sujeto que impiden lograr su propósito deseado (Coon & Mitterer, 2010).

2.2.1.3. Teoría de la tolerancia a la frustración

Teoría cognitiva-conductual de Albert Ellis

El principal difusor sobre la tolerancia y su consecuencia en el quehacer diario es la Terapia Racional Emotiva Conductual (TREC) desarrollada por Albert Ellis, es una terapia que se centra en identificar y cuestionar los pensamientos no racionales y sustituirlas por otras racionales. En este marco la tolerancia puede entenderse como el producto de creencias racionales o irracionales sobre la frustración y la capacidad para afrontarla.

La TREC propone que las respuestas emocionales y conductuales de los sujetos están afectadas por sus creencias y pensamientos, en ese sentido la tolerancia es una respuesta saludable afectiva y comportamental ante lo que la persona experimenta. La TREC plantea que en el núcleo cognitivo se encuentran creencias irracionales y racionales, las cuales guían el actuar de las personas (Turner, 2016).

Las creencias irracionales son rígidos, exagerados y absurdas (incompatibles con la realidad), mientras que las creencias racionales son dúctiles, no exageradas y lógicas. Las creencias racionales involucran un pensamiento primario (preferencias) y una triada de creencias secundarias (anti horrible, alta tolerancia a la frustración y aceptación). Mientras que las creencias irracionales están compuestas por una creencia primaria (exigencia) y una triada de creencias de segundo orden (horrible, baja tolerancia a la frustración, depreciación de uno mismo, etc.) (Turner, 2016).

Creencias racionales: Son pensamientos e ideas que el individuo se forma a partir de hechos objetivos, son creencias que se ajustan a la realidad y permite que la persona se relacione saludablemente con los demás y consigo mismo.

Creencias irracionales: Son pensamientos que no se ajustan a la realidad, pueden ser de cuatro formas: exigencia, es la principal creencia irracional el cual está asociada a respuestas

emocionales y conductuales disfuncionales (Szentagotai & Jones, 2010); horrible, es una creencia secundaria en el cual se tiene miedo de lo que se experimenta; baja tolerancia, es una creencia no racional secundaria que se manifiesta con respuestas agresivas, ira, bajo control emocional, baja interacción social y postergar actividades; por último depreciación, que también es secundaria el que el individuo generaliza y autovalora de acuerdo a los resultados que tiene, estas autoevaluaciones son erróneas ya que no existen bases objetivas que sustenten.

Harrington (2005) menciona que esta perspectiva divide las creencias irracionales en dos categorías, intolerancia a la frustración y la evaluación de la autoestima, la primera representa una exigencia de que el entorno sea como nosotros queremos que sea, mientras que la alteración del ego se basa en la creencia de que la autoestima depende del cumplimiento de determinadas condiciones.

TREC propone un modelo binario de angustia en el que las emociones negativas saludables (HNE) vinculadas a acciones adaptativas están causadas por ideas racionales, mientras que las emociones negativas no saludables (UNE) asociadas a comportamientos desadaptativos están causadas por creencias ilógicas (David et al., 2005), no obstante, la emocionalidad desagradable no siempre son disfuncionales, pueden ser adaptativas y provocar acciones saludables en la vida de las personas (Kashdan & Biswas-Diener, 2015).

Según el modelo binario la elevada tolerancia estaría causada por HNE asociada a conductas adaptativas, mientras que la poca tolerancia sería resultado de UNE vinculadas a reacciones disfuncionales. Puede mejorar este problema identificando y cuestionando los pensamientos no lógicos que lo componen y sustituyéndolas por otras racionales.

Teoría de la frustración-agresión

Fue propuesta por un grupo de investigadores liderados por John Dollard en 1939. Esta teoría sostiene que la frustración, definida como la interrupción o bloqueo del logro de una

meta esperada, genera una predisposición a responder con agresión. Según esta perspectiva, la agresión no es un impulso espontáneo, sino una respuesta directa ante experiencias frustrantes. Es decir, cuando una persona se encuentra impedida de alcanzar un objetivo, es probable que experimente emociones negativas intensas, como ira o irritación, que aumentan la probabilidad de una conducta agresiva hacia quien perciba como responsable del impedimento (Dollard et al., 1939).

Uno de los principales aportes de esta teoría es la identificación de un vínculo causal entre frustración y agresión. Sin embargo, los mismos autores reconocieron más adelante que esta relación no siempre es directa ni inevitable. Es posible que una persona frustrada no actúe agresivamente si percibe consecuencias negativas por hacerlo o si ha aprendido estrategias alternativas para manejar la situación. De igual manera, la agresión también puede originarse por otros factores distintos a la frustración, como la imitación de modelos agresivos o el consumo de sustancias. Estas críticas llevaron a una reformulación de la teoría por Leonard Berkowitz en los años sesenta, quien introdujo el concepto de agresividad señalada o activación agresiva, sosteniendo que la frustración produce una predisposición general hacia la agresión, pero que esta puede ser activada o inhibida por claves ambientales y sociales (Berkowitz, 1969).

En contextos educativos o familiares, esta teoría resulta útil para entender ciertas reacciones desproporcionadas ante límites, reglas o fracasos. Niños o adultos con baja tolerancia a la frustración, por ejemplo, pueden reaccionar con estallidos de ira o violencia verbal ante situaciones que no salen como esperaban. Por ello, desde una mirada psicopedagógica o terapéutica, es importante enseñar estrategias de autorregulación emocional que permitan canalizar estas emociones de manera adecuada, reduciendo la posibilidad de respuestas agresivas.

Teoría del aprendizaje social

Fue propuesta por Albert Bandura en 1977 plantea que gran parte de la conducta humana se adquiere por observación e imitación de modelos, en lugar de por simple condicionamiento directo. Desde esta perspectiva, la tolerancia a la frustración no es una capacidad innata, sino una habilidad que se aprende a lo largo del desarrollo mediante la interacción con el entorno social. Los niños, por ejemplo, aprenden cómo responder ante la frustración observando cómo lo hacen sus padres, docentes o figuras significativas. Si un modelo significativo reacciona con calma y perseverancia ante las dificultades, es probable que el observador interiorice esa forma de enfrentar los obstáculos (Bandura, 1977).

Uno de los conceptos centrales de esta teoría es el modelado o aprendizaje vicario. Según Bandura (1986), las personas no necesitan experimentar directamente cada situación para aprender, sino que pueden adquirir conductas nuevas simplemente al observar a otros. Este proceso implica la atención al modelo, la retención de la conducta observada, la reproducción de la conducta y la motivación para hacerlo. En el caso de la tolerancia a la frustración, si un niño observa que sus cuidadores manejan los errores o contratiempos con autorregulación, es más probable que aprenda a manejar sus propias emociones frente a la frustración de manera adaptativa.

Además, la teoría del aprendizaje social incorpora el concepto de autoeficacia, definido como la creencia de una persona en su capacidad para manejar situaciones específicas. La percepción de autoeficacia influye directamente en cómo una persona enfrenta desafíos. Aquellos con alta autoeficacia tienden a ver los obstáculos como retos que pueden superar, lo cual se asocia con una mayor tolerancia a la frustración. Por el contrario, quienes tienen baja autoeficacia pueden sentirse rápidamente abrumados, desmotivados o reaccionar con evitación o agresividad ante el primer signo de dificultad (Bandura, 1997).

Esta teoría también destaca la importancia del refuerzo social. Cuando una persona recibe reconocimiento o recompensas por mostrar perseverancia y autocontrol frente a situaciones frustrantes, es más probable que repita ese patrón de conducta. Del mismo modo, si se refuerzan conductas impulsivas o explosivas, estas tenderán a consolidarse. Por tanto, los entornos educativos y familiares juegan un papel crucial en el desarrollo de la tolerancia a la frustración, al reforzar o desalentar ciertos tipos de respuestas emocionales (Schunk, 2012).

2.2.1.4. Dimensiones de la tolerancia a la frustración

Las dimensiones de la variable son: personal, laboral, social y familiar. A continuación, se detalla cada uno de ellos.

- La dimensión personal: Evalúa la capacidad del individuo para mantener calma, constancia y confianza frente a dificultades o errores. Una alta puntuación indica resiliencia, autoconfianza y una actitud madura ante situaciones adversas, sin rendirse fácilmente (Hidalgo & Soclle, 2011).
- La dimensión laboral: Refleja cómo el evaluado maneja frustraciones en el ámbito del trabajo o tareas. Comprende la disposición para asumir funciones, persistir a pesar de no cumplir metas y relajarse al enfrentar errores o desvíos en el trabajo (Hidalgo & Soclle, 2011)
- La dimensión social: Es la que mide la habilidad para enfrentar frustraciones en contextos sociales: controlar impulsos, desenvolverse con naturalidad en situaciones grupales, y disfrutar la compañía de amigos aun cuando surjan dificultades interpersonales (Hidalgo & Soclle, 2011).
- La dimensión familiar: Se centra en el entorno familiar: tolerar los desacuerdos, respetar normas del hogar y mantener relaciones agradables pese a defectos o tensiones dentro de la familia (Hidalgo & Soclle, 2011).

2.2.1.5. Efectos de la disminuida tolerancia a la frustración

La poca tolerancia puede conllevar a presentar: ansiedad, cuando se interpreta una situación amenazante que desencadena conductas de evitación; cambios sorpresivos de objetivos, cuando la persona identifica dificultades para lograr un objetivo prefiere no seguir intentando y abandona su propósito; y mecanismos subjetivos, la persona prefiere crear una realidad alternativa en la que sus deseos se ajusten en lugar de enfrentar y aceptar lo que se está experimentando en la vida real, esto provoca que se proyecte las responsabilidades a los otros (Ortuño, 2016).

La intolerancia a la frustración se describe como trastornos psicológicos, un individuo con baja capacidad para aceptar los problemas de la vida suele presentar ira, estado de ánimo deprimido y ansiedad (Harrington, 2006). Los estudiantes que presentan problemas de aprendizaje suelen presentar mayores creencias de intolerancia a la frustración comparado a las personas con un aprendizaje normal (Potard et al., 2022).

Se encontró que la fatiga influye de manera relevante en la conducta tolerante y el desempeño educativo, esto significa que una estudiante que presenta mucho cansancio es más probable que presente baja tolerancia a los eventos desagradables que experimenta (Aniței et al., 2013). Así mismo, la competencia profesional tiene conexión con la tolerancia a la frustración en los universitarios, lo que significa que si se presenta se respeta y tolera los acontecimientos de la vida diaria sin evitarlos, mejora el rendimiento profesional (Juarez-Ramirez, 2023).

La conducta intolerante se manifiesta evadiendo las dificultades en vez de enfrentarlo, cuando la persona quiere que las cosas salgan rápidamente y como se desee. Llegar a este estado aumenta la probabilidad de ingerir drogas, ya que se usa este recurso como un medio para enfrentar los problemas, aunque aumenta la vulnerabilidad, El consumo de sustancias

tiene un efecto de bienestar a corto plazo, la persona experimenta alivio ante la frustración; sin embargo, el problema de la intolerancia regresa con mayor intensidad (Leal & Heman, 1998).

2.2.2. Ansiedad

2.2.2.1. Definición

La ansiedad se caracteriza por una sensación de pavor, alarma y aprensión, que se presenta en forma de síntomas como transpiración, temblor, rigidez y pulsaciones. La ansiedad puede ser una reacción natural al estrés, pero en los trastornos de ansiedad, la preocupación es constante y abrumadora (Sierra, 2003).

La introducción de ansiedad al estudio de la psicología la realizó Freud, quien utilizó el término alemán *angst* que traducido al inglés es *anxiety*. Tratar de definir la ansiedad es como relacionar algo que todo el mundo reconoce de dos maneras: como una sensación interna que se comprende a través de la introspección, y como un patrón de comportamiento observable en nosotros mismos y en los demás como inquietud, irritación, temblores, etc. La ansiedad es el problema principal de la neurosis, a veces la ansiedad y neurosis se tratan como sinónimos con la diferencia de intensidad de los síntomas.

Es un temor desencadenado por sospechas o señales de un peligro cercano y confuso, en lugar de un peligro real inmediato. La ansiedad tiene que delimitarse y evaluarse en relación a factores que son observables (Cattell, 1983).

La ansiedad puede ser entendida como una reacción emocional adaptativa frente a diversos contextos o representaciones de las mismas que son calificadas como amenazadoras por el individuo que involucra aspectos cognitivos, fisiológicos y motores. Un aumento de frecuencia, duración e intensidad daría lugar a un trastorno emocional (Camuñas et al., 2019).

2.2.2.2. Teorías de la ansiedad

Teoría psicofisiológica

Estudian los procesos psicológicos mediante exploración y observación de las reacciones biológicas, este enfoque considera que un estímulo con relevancia biológica desencadena alteraciones en el cuerpo, tanto a nivel motor y fisiológico, lo que se conoce como respuesta emocional. En ese sentido la ansiedad sería entendida como un mecanismo defensivo de lucha-huida en el cual interviene el sistema nervioso autónomo (simpático y parasimpático) (Fernández-Abascal & Palmero, 1999).

La activación de la ansiedad psicofisiológica implica la participación de regiones cerebrales como la amígdala, responsable del procesamiento emocional del miedo, el hipotálamo, que activa el eje hipotálamo-hipófisis-adrenal (HHA), y el tronco encefálico, que regula las respuestas autonómicas. La amígdala es particularmente relevante, ya que actúa como un detector de amenazas y desencadena respuestas defensivas automáticas incluso antes del procesamiento consciente (LeDoux, 1998).

Teoría humanista

La ansiedad se presenta como una etapa emocional marcada por una dimensión motora y una experiencia desagradable. Esta condición surge debido a la limitación del "yo" para manejar inaceptables. El constructo ansiedad se utiliza como evento, reacción e impulso, por lo que resulta complicado recrear la comprensión específica del término ansiedad que poseía este autor (Rogers, 1961).

Por su parte, autores como May (1950) profundizaron en el enfoque existencial de la ansiedad, interpretándola como una respuesta inevitable frente a la libertad, la responsabilidad y la toma de decisiones, y no necesariamente como algo patológico. En este sentido, la ansiedad

puede ser vista como una oportunidad de crecimiento personal si se afronta con autenticidad y apertura.

Teoría conductista

El estudio experimental sobre la ansiedad tiene su inicio como alternativa al método introspectivo y psicodinámico. Con las aportaciones de Hull (1943) varios autores entendieron que se trata de un “drive” que motiva la emisión de respuestas frente a un evento estimulante. Así mismo Miller, Spence y Taylor consideraban que había una conexión entre la ansiedad generada por una actividad y el nivel de conflicto de la actividad a realizar, en ese sentido los sujetos con una ansiedad alta aprenden una respuesta condicionada sencilla más rápido comparado con sujetos con bajo nivel. En actividades de mayor complejidad se reportaron efectos contrarios. Para estos autores es equivalente el porcentaje de excitación del individuo o “drive” con la respuesta ansiógena (Spence & Spence, 1966).

El conductismo entiende que la ansiedad puede entenderse como una respuesta condicionada, el pionero fue Pavlov (1927) quien en un laboratorio logró inducir mediante condicionamiento clásico lo que se denominaba neurosis experimental. Así mismo, el trabajo de Watson y Rayner (1920) son significativos debido a que lograron inducir respuesta de ansiedad a un niño.

Skinner (1971) planteó que la conducta es producto de una relación entre el organismo y el ambiente, el cual se mantiene por sus consecuencias inmediatas, esto es denominado contingencias de reforzamiento y castigo. El reforzador aumenta la posibilidad de manifestación del comportamiento en el futuro, mientras que el castigo suprime la posibilidad de afluencia. Por consiguiente, la ansiedad es una respuesta reforzada de manera negativa por comportamientos evitativos orientadas a prevenir y manejar la aversión.

Según la teoría de los dos procesos de Mowrer la ansiedad se adquiere a través del condicionamiento clásico, actúa como un impulso para aprender nuevas conductas y consigue disminuir mediante técnicas instrumentales para evitarla.

La teoría de la preparación de Seligman (1971) expone la razón de que algunos eventos considerados fóbicos se condicionan más breve que otros y resisten la extinción. Discutió el concepto de que todos los estímulos ambientales pudieran condicionarse por igual y propuso la existencia de un fundamento evolutivo para vincular algunos estímulos con reacciones involuntarias específicas conocidas como respuestas incondicionadas.

Wolpe (1968) estudió los procesos presentes en el amaestramiento de fobias y otros mecanismos asociados a la ansiedad, formuló la inhibición recíproca el cual considera que un estímulo que genera respuesta ansiosa tiene lugar simultáneamente con una respuesta antagonista más intenso, generando un aprendizaje que no desencadena miedo.

Bandura y Walters (1974) estudiaron las fobias cuando no se presenta contingencias de reforzamiento y plantearon la enseñanza por observación de la ansiedad por el proceso de modelado, el cual indica que el comportamiento de un individuo opera como estímulo (modelo) para impulsar acciones similares en otras personas que observan. Es importante que las consecuencias de la conducta del modelo sean reforzantes para el observador.

Teoría cognitiva

Considera la existencia de procesos cognoscitivos que se presentan entre la experiencia de miedo y la conducta de ansiedad. La asociación entre comportamiento y cognición se investigó de dos formas, el papel de los factores cognitivos para aumentar o disminuir una reacción ansiosa, y el otro, como cambia los factores cognoscitivos que se encuentran presentes (Cano-Vindel, 1989).

Bandura y Walters (1974) planteó que las acciones están reguladas por las expectativas de resultado y autoeficacia, las primeras se refieren a los resultados que se espera y las conductas que desencadenaría, y las segundas, a la confianza en las propias capacidades para realizar de manera exitosa una acción. A partir de ello se realiza una evaluación del sujeto y de su contexto el cual puede aumentar o extinguir la valoración que se tenía. La ansiedad desde este punto de vista es resultado de la apreciación y reevaluación de condiciones externas e internas, el cual determinará la duración, frecuencia e intensidad de la reacción emocional.

Clark y Beck (2012) consideraron que la ansiedad involucra conducta, emoción, pensamiento y afectiva que se muestra frente a la valoración riesgosa de acontecimientos. Identificaron que la reacción ansiosa presenta dos procesamientos de información, la primera conocida como apreciación inicial de peligro, el cual se ejecuta de modo automática para calificar el nivel de amenaza de un evento, en ese sentido los trastornos de ansiedad involucran valoraciones altas de ocurrencia de daño. El segundo es la reevaluación secundaria, que se refiere a la percepción lógica, racional y controlada de la información recabada, por tanto, un individuo con ansiedad tiene dificultades para identificar las condiciones seguras de la situación de peligro y subestimar las estrategias de solución.

Otro aporte importante es el enfoque cognitivo sobre la tridimensionalidad de la ansiedad de Lang, el cual plantea una triple respuesta: conducta, fisiológico y cognoscitivo. Este conocimiento es resultado del estudio sobre la técnica de desensibilización sistemática como rehabilitación de la ansiedad fóbica el cual modifica el entendimiento de que la ansiedad es como un concepto unitario y propone tres componentes de respuesta, el cual es generalizable al resto de las emociones (Martínez-Montegudo et al., 2012).

- **Respuesta cognitiva:** Se caracteriza por pensamientos o sensaciones de terror, inquietud, preparación ante un peligro; pero la ansiedad psicopatológica se

caracteriza por un desastre próximo (peligro engrandecido) y puede aparecer como "trastorno de pánico generalizado". Involucra ideas muy detalladas, como presentimientos desastrosos de una amenaza (Lang, 1968)

- **Respuesta fisiológica:** Se refiere al aumento de la reacción del sistema automático y somático, como resultado del aumento del ritmo cardíaco, la función electrotérmica, respuesta muscular y la cantidad de respiración (Lang, 1968).
- **Respuestas motoras:** Estas pueden dividirse en respuestas directas e indirectas, la primera incluye temblores, inquietud motora, tartamudeo, tics, etc.; y el segundo comportamiento de escape que generalmente no están bajo control total del individuo. Los otros dos componentes (cognitivo y fisiológico) son considerados estímulos discriminativos para la manifestación de las respuestas motoras (Lang, 1968).

2.2.2.3. Dimensiones de la ansiedad

La variable tiene dos dimensiones: fisiológica y cognitivo-afectivo. A continuación, se explica cada uno de ellos.

La primera dimensión es fisiológica, esta dimensión hace referencia a los cambios corporales y autonómicos que ocurren como respuesta ante una situación percibida como amenazante o estresante. Incluye síntomas como aumento del ritmo cardíaco, sudoración, tensión muscular, dilatación pupilar, alteraciones respiratorias y molestias gastrointestinales (Spielberger, 1983). Estas respuestas se deben a la activación del sistema nervioso simpático, el cual prepara al organismo para una reacción de lucha o huida.

Según Beck y Emery (1985), esta activación fisiológica puede convertirse en un círculo vicioso: al notar los síntomas físicos, la persona los interpreta como peligrosos, lo que

incrementa aún más la ansiedad. Por ello, esta dimensión es clave en trastornos como el pánico, donde el miedo a las propias reacciones corporales intensifica el malestar.

La segunda dimensión fue cognitivo-afectiva, el cual se refiere a los pensamientos, creencias, preocupaciones e interpretaciones que la persona tiene respecto a una amenaza, junto con las emociones negativas asociadas. Incluye pensamientos como “algo malo va a pasar”, “no podré con esto” o “esto es insoportable”, así como sentimientos de miedo, inquietud, inseguridad y anticipación negativa (Barlow, 2002).

Desde esta dimensión, la ansiedad se entiende como una distorsión en la valoración cognitiva del riesgo. Es decir, el individuo sobreestima el peligro y subestima su capacidad de afrontamiento (Clark & Beck, 2010). Esta interpretación negativa de la realidad influye en la intensidad de la experiencia ansiosa y en el comportamiento de evitación que puede surgir como consecuencia.

2.2.2.4. Factores predisponentes de la ansiedad como trastorno

Según Arrieta et al. (2014) refieren que los factores vinculados con los síntomas ansiógenos son los problemas de consumo de alcohol, económicos y familiares. Así mismo, Goodwin & Stein (2013) enfatiza sobre la relación entre pares y presencia de elementos de riesgo como antecedentes en la familia del trastorno del estado de ánimo como factor influyente en el desarrollo de conductas de ansiedad.

Núñez y Ramírez (2020) señala que el malestar emocional como la ansiedad puede dar lugar al desarrollo de abuso de sustancias psicoactivas, puede relacionarse con trastorno depresivo mayor con una alteración de ansiedad general, del mismo modo que con la relación de pares.

2.2.2.5. Criterios del DSM-V para la ansiedad

Luna et al. (2001) menciona que se distingue por presentar una autonomía relativa, sin algún motivo interno o externo aparente, acompañado de duración, intensidad y comportamiento vinculado al aspecto clínico, del mismo modo contiene dos resultados, la hiperalerta continua y otra respuesta de forma automática. Así mismo se presentan variaciones a nivel biológico, cognitivo, neurológico y conductual.

Las sociedades psiquiátricas del cual los síntomas cardinales de la ansiedad se subdividen según DSM-V en estado ansioso (neurosis de angustia), cuyos componentes son:

- Trastorno por pánico
- Trastornos por ansiedad generalizada.
- Trastornos obsesivos-compulsivos.

Por otro lado, están los trastornos fóbicos, la conversión y alteración postraumática.

Las fobias, caracterizadas por un temor intenso e irracional hacia un objeto o situación específica, y el trastorno de ansiedad generalizada, cuyo síntoma principal es una sensación persistente de “miedo flotante” que dura varios meses, son los más comunes.

Según Tortella-Feliu (2014), las características clínicas centrales del DSM-V son el miedo intenso que siente la persona ante la separación de alguien cercano, que se manifiesta mínimamente en 3 cuadros clínicos basados en preocupaciones, desagrado mental, el rechazo a la soledad en cualquier contexto y pesadilla, estos deben manifestarse mínimamente de 6 meses en adultos y 4 semanas en menores.

2.3. Formulación de hipótesis

2.3.1. Hipótesis general

Existe relación significativa entre la tolerancia a la frustración y la ansiedad en estudiantes de un instituto privado de Ayacucho 2025.

2.3.2. Hipótesis específicas

Existe relación significativa entre la tolerancia a la frustración y la dimensión fisiológica de la ansiedad en estudiantes de un instituto privado de Ayacucho 2025.

Existe relación significativa entre la tolerancia a la frustración y la dimensión cognitivo-afectivo de la ansiedad en estudiantes de un instituto privado de Ayacucho 2025.

CAPÍTULO III: METODOLOGÍA

3.1. Método de investigación

Fue el método científico hipotético-deductivo que se utiliza para plantear suposiciones y someterlo a verificación. Los pasos que sigue es la observación del problema, formulación de hipótesis, deducir las consecuencias y comprobar o refutar los enunciados (Hernández et al., 2014). El fenómeno de estudio fueron la ansiedad y la tolerancia a la frustración, las hipótesis planteadas son que hay relación significativa entre las variables, se recolecta los datos y se ejecuta la comprobación de hipótesis.

3.2. Enfoque de la investigación

Fue cuantitativo, el cual se centra en la recopilación y la examinación de data numérica para dar respuestas a las incógnitas y evaluar hipótesis. Este enfoque considera que el saber debe ser objetivo y se construye mediante un proceso deductivo que emplea mediciones e inferencias estadísticas (Hernández et al., 2014).

3.3. Tipo de investigación

Fue básica, este tipo de estudio científico tiene como objetivo mejorar la comprensión teórica de un tema concreto. Se ocupa de comprender e investigar los hechos observables sin tener en cuenta su aplicación práctica inmediata. La investigación fundamental pretende mejorar las ideas científicas para explicar y predecir mejor la naturaleza u otros acontecimientos (Hernández et al., 2014). El trabajo amplió el conocimiento teórico de la tolerancia a la frustración y la ansiedad en estudiantes de un instituto de la ciudad de Ayacucho.

3.4. Nivel de investigación

El nivel fue correlacional, el cual consiste en analiza el grado de asociación entre las variables de estudio (Hernández et al., 2014).

3.5. Diseño de investigación

Fue no experimental – transversal debido a que no se manipuló las variables de la investigación, no se modificó el ambiente y no se controlaron variables intervinientes. Es transversal ya que la recolección de datos se realizó en un solo momento. El propósito fue conocer la conexión de las variables en los encuestados (Hernández-Sampieri & Mendoza, 2023).

3.6. Población, muestra y muestreo

3.6.1. Población

Son todos los sujetos con características similares que comparten un contexto en particular (Hernández-Sampieri & Mendoza, 2018). Para este estudio la población fue de 1000 estudiantes de un instituto privado de Ayacucho.

3.6.2. Muestra

Hernández-Sampieri & Mendoza (2023) mencionan que es un conjunto representativo de la población, para eso se utilizará el siguiente procedimiento para condiciones finitas.

$$n = \frac{N * Z_u^2 * p * q}{e^2 * (N - 1) + Z_u^2 * p * q}$$

Donde:

N = Total de la población, el cual es 1000

Z = Margen de confiabilidad, se toma en relación al 95% que equivale a 1,96

p = Proporción esperado, se utiliza el valor regular 0,5

q = Proporción no esperado, se utiliza el valor regular 0,5

e = Error de estimación, se utiliza 0,05 (5%)

n = Población de estudio

Sustituyendo los valores se tiene:

$$n = \frac{1000 * 1.96^2 * 0,5 (0,5)}{0,05^2 * (1000 - 1) + 1.96^2 * 0,5 (0,5)}$$

$$n = 277,74$$

$$n = 278$$

En ese sentido el total muestral fue de 278 estudiantes del instituto privado de Ayacucho.

Muestreo

El muestreo fue probabilístico de tipo aleatorio simple, ya que todos los estudiantes tuvieron la misma probabilidad de ser elegido. Se seleccionó al azar a los participantes (Hernández-Sampieri & Mendoza, 2023).

Criterios de inclusión

- Estudiantes matriculados en el ciclo académico 2025
- Estudiantes mayores de 18 años.
- Estudiantes que acepten y completen los instrumentos adecuadamente.

Criterios de exclusión

- Estudiantes menores de 18 años.
- Estudiantes que no concluyeron con el cuestionario.

- Estudiantes que están en tratamiento psicológico.

3.7. Variables y operacionalización

Variable 1: Tolerancia a la frustración

Definición operacional

La variable tolerancia a la frustración tiene cuatro dimensiones organizadas en 28 ítems los cuales incluye los siguientes indicadores: personal, laboral, social y familiar. En la tabla 1 se detalla los indicadores, la escala de medición y valorativa.

Variable 2: Ansiedad

Definición operacional

La variable ansiedad está compuesto por dos dimensiones: el componente fisiológico el cual involucra reacciones a nivel del sistema nerviosos como sudoración, taquicardia, respiración agitación, temblores, entre otros, está compuesto por 11 preguntas. Y el componente afectivo-cognitivo el cual involucra las emociones y pensamientos de amenaza y peligro que la persona interpreta acerca de la realidad, está compuesta por diez preguntas. En la tabla 1 se detalla los indicadores, la escala de medición y valorativa.

Tabla 1*Operacionalización de la variable tolerancia a la frustración*

Variable	Definición conceptual	Definición operacional	Dimensión	Indicadores	Escala de medición	Escala valorativa
Tolerancia a la frustración	La frustración es una reacción comportamental que surge cuando se reducen o eliminan inesperadamente los estímulos positivos (Hidalgo y Soclle, 2011)	La variable se mide a través de las dimensiones personal, labora, social y familiar, por medio de la Escala de Tolerancia a la frustración (ETAF). Los puntajes altos indican alta tolerancia a la frustración.	Personal	Autocontrol emocional ante el fracaso. Persistencia frente a dificultades personales. Capacidad de aceptar errores propios sin colapsar. Adaptación a cambios imprevistos. Regulación de impulsos y pensamientos negativos.	Ordinal Escala de Likert 1= Nunca 2= A veces 3= Siempre	Ordinal Bajo Medio Alto
			Laboral	Manejo del estrés ante la presión o exigencias laborales. Capacidad para continuar con las tareas a pesar de errores o fracasos. Disposición a aceptar críticas o correcciones. Flexibilidad ante cambios en metas o responsabilidades. Tolerancia a la monotonía o falta de reconocimiento		
			Social	Tolerancia a la oposición o desacuerdo en grupos. Capacidad para relacionarse sin responder agresivamente ante la frustración. Empatía y comprensión frente a conductas molestas o contradictorias.		

Paciencia frente a la espera o falta de respuesta de los demás.

Familiar	Capacidad para resolver conflictos sin agresión. Aceptación de normas familiares, aunque no se compartan. Manejo del desacuerdo con padres, hijos o pareja. Persistencia en mantener el vínculo a pesar de tensiones. Capacidad para expresar desacuerdo sin ruptura emocional
----------	--

Tabla 2*Operacionalización de la variable ansiedad*

Variable	Definición conceptual	Definición operacional	Dimensión	Indicadores	Escala de medición	Escala valorativa
Ansiedad	Es una sensación interna que se comprende a través de la introspección, y como un patrón de comportamiento o observable en nosotros mismos y en los demás como inquietud, irritación, temblores, etc.	Se mide a través del Inventario de Ansiedad de Beck, que cuenta con dos dimensiones. Los puntajes altos indican que un nivel grave de ansiedad.	Fisiológica	1) Torpe o entumecido 2) Acalorado 5) Con temor a que ocurra lo peor 6) Mareado, o que se le va la cabeza 11) Con sensación de bloqueo 14) Con miedo a perder el control 17) Con miedo 18) Con problemas digestivos 19) Con desvanecimientos 20) Con rubor facial 21) Con sudores, fríos o calientes	Ordinal Escala de Likert 0= En absoluto 1= Levemente, no me molesta mucho 2= Moderadamente, fue muy desagradable, pero podía soportarlo 3= Severamente, casi no podía soportarlo	Ordinal Nivel mínimo (0-7) Nivel leve (8-15) Nivel moderado (16-25) Nivel grave (26-63)
			Cognitivo-afectivo	3) Con temblor en las piernas 4) Incapaz de relajarse 7) Con latidos del corazón fuertes y acelerados 8) Inestable 9) Atemorizado o asustado 10) Nervioso		

12) Con temblores en las
manos

13) Inquieto, inseguro

15) Con sensación de
ahogo

16) Con temor a morir

3.8. Técnicas e instrumentos de recolección de datos

3.8.1. Técnica

Fueron la prueba psicológica que evalúan la tolerancia a la frustración y la ansiedad, los instrumentos serán la Escala de Tolerancia a la Frustración (ETAF)¹⁰ y El Inventario de Ansiedad de Beck los cuales están adaptados al contexto peruano.

3.8.2. Descripción de los instrumentos

Ficha técnica del primer instrumento

Nombre: Escala de Tolerancia a la frustración (ETAF)

Autor: Hidalgo Nohemi y Soclle Fredy (2011)

Objetivo: Evalúa la capacidad de manejar situaciones estresantes

Dimensiones: Personal, laboral, social y familiar

Administración: Individual o colectiva en jóvenes del Perú

Ámbito de aplicación: Mayores de 18 años

Tiempo: 10 – 15 min.

Dimensiones: cuatro: personal, laboral, social y familiar

Baremos:

Bajo: 28 – 64 puntos

Medio: 65 – 73 puntos

Alto: 74 – 84 puntos

Cantidad de ítems: 28

Ficha técnica del segundo instrumento

Nombre: Inventario de Ansiedad de Beck

Autor: Aaron Beck y colaboradores en 1988

Adaptación: Gomez et al. (2023)

Objetivo: Evalúa el nivel de ansiedad mediante dos dimensiones: fisiológico y afectivo-cognitivo

Administración: Individual y colectiva a población de niños y adultos

Dimensiones: Cuenta con dos dimensiones: fisiológico y afectivo-cognitivo

Baremos:

0-7: ansiedad ausente

8-15: ansiedad leve

16-25: ansiedad moderada

26-63: ansiedad grave

Cantidad de ítems: 21

3.8.3. Validación

Tolerancia a la frustración

Hidalgo y Soclle (2011) validó el cuestionario de tolerancia a la frustración mediante el análisis de sub-test, que se expresa en coeficientes de correlación, en el cual encontraron conexión relevante entre el puntaje global y cada dimensión: personal ($r=0,79$), laboral ($r=0,557$), social ($r=0,794$) y familiar ($r=0,802$).

Así mismo, para la realización de la presente investigación se utilizó la técnica de juicios de expertos para validar el inventario de tolerancia a la frustración. Todos los expertos dieron su aprobación para el uso del instrumento, así mismo las puntuaciones de los jurados

fueron analizadas mediante el coeficiente de valides de contenido en el cual se obtuvo un valor de 0,963 el cual significa que el instrumento cuenta con aceptable validez.

Tabla 3

Coeficiente de validez de contenido del instrumento tolerancia a la frustración

Dimensión	ítem	Jueces			S	Mx	CVCj	Pj	CVCtc
		Juez 1	Juez 2	Juez 3					
Personal	1	20	20	20	60	3	1	0.037037	0.96296296
	2	20	20	20	60	3	1	0.037037	0.96296296
	3	20	20	20	60	3	1	0.037037	0.96296296
	4	20	20	20	60	3	1	0.037037	0.96296296
	5	20	20	20	60	3	1	0.037037	0.96296296
	6	20	20	20	60	3	1	0.037037	0.96296296
	7	20	20	20	60	3	1	0.037037	0.96296296
	8	20	20	20	60	3	1	0.037037	0.96296296
Laboral	9	20	20	20	60	3	1	0.037037	0.96296296
	10	20	20	20	60	3	1	0.037037	0.96296296
	11	20	20	20	60	3	1	0.037037	0.96296296
	12	20	20	20	60	3	1	0.037037	0.96296296
	13	20	20	20	60	3	1	0.037037	0.96296296
	14	20	20	20	60	3	1	0.037037	0.96296296
	15	20	20	20	60	3	1	0.037037	0.96296296
Social	16	20	20	20	60	3	1	0.037037	0.96296296
	17	20	20	20	60	3	1	0.037037	0.96296296
	18	20	20	20	60	3	1	0.037037	0.96296296
	19	20	20	20	60	3	1	0.037037	0.96296296
	20	20	20	20	60	3	1	0.037037	0.96296296
	21	20	20	20	60	3	1	0.037037	0.96296296
Familiar	22	20	20	20	60	3	1	0.037037	0.96296296
	23	20	20	20	60	3	1	0.037037	0.96296296
	24	20	20	20	60	3	1	0.037037	0.96296296
	25	20	20	20	60	3	1	0.037037	0.96296296
	26	20	20	20	60	3	1	0.037037	0.96296296
	27	20	20	20	60	3	1	0.037037	0.96296296
	28	20	20	20	60	3	1	0.037037	0.96296296
Índice de validez de contenido									0.96296296

Ansiedad

Díaz (2023) validó el inventario de ansiedad utilizando los índices de homogeneidad ítem-test, halló que todas las preguntas correlacionan significativamente ($p < 0,05$) con el puntaje global y los valores fluctuaban entre 0,27 y 0,83.

Así mismo, para la realización de la presente tesis se utilizó la técnica de juicios de expertos para validar el inventario de ansiedad, para ello se envió a revisar el instrumento a tres especialistas en el tema para que realicen una valoración, quienes dieron la aprobación para aplicar los instrumentos (ver anexo 5). Las puntuaciones de los jurados fueron analizadas mediante el coeficiente de validez de contenido en el cual se obtuvo un valor de 0,963 el cual significa que el instrumento cuenta con aceptable validez.

Tabla 4

Coefficiente de validez de contenido del instrumento de ansiedad

Dimensión	Ítem	Jueces			S	Mx	CVCj	Pj	CVCtc
		Juez 1	Juez 2	Juez 3					
Fisiológica	1	20	20	20	60	3	1	0.03703704	0.96296296
	2	20	20	20	60	3	1	0.03703704	0.96296296
	5	20	20	20	60	3	1	0.03703704	0.96296296
	6	20	20	20	60	3	1	0.03703704	0.96296296
	11	20	20	20	60	3	1	0.03703704	0.96296296
	14	20	20	20	60	3	1	0.03703704	0.96296296
	17	20	20	20	60	3	1	0.03703704	0.96296296
	18	20	20	20	60	3	1	0.03703704	0.96296296
	19	20	20	20	60	3	1	0.03703704	0.96296296
	20	20	20	20	60	3	1	0.03703704	0.96296296
	21	20	20	20	60	3	1	0.03703704	0.96296296
Cognitivo-afectivo	3	20	20	20	60	3	1	0.03703704	0.96296296
	4	20	20	20	60	3	1	0.03703704	0.96296296
	7	20	20	20	60	3	1	0.03703704	0.96296296
	8	20	20	20	60	3	1	0.03703704	0.96296296
	9	20	20	20	60	3	1	0.03703704	0.96296296
	10	20	20	20	60	3	1	0.03703704	0.96296296
	12	20	20	20	60	3	1	0.03703704	0.96296296
	13	20	20	20	60	3	1	0.03703704	0.96296296
	15	20	20	20	60	3	1	0.03703704	0.96296296
16	20	20	20	60	3	1	0.03703704	0.96296296	
Índice de validez de contenido									0.96296296

3.8.4. Confiabilidad

Hidalgo y Soclle (2011) calcularon el coeficiente de Alpha para la batería de tolerancia a la frustración y encontraron un punto de corte mayor a 0,70 lo cual es un indicador de buena consistencia interna. Para la tesis también se calculó la confiabilidad con el Alpha de Cronbach en una muestra de 278 estudiantes en el cual se halló un valor de 0.738 esto significa que los datos tienen consistencia interna aceptable (ver Anexo 4)

Por otro lado, Padrós-Blázquez et al. (2020) calcularon la consistencia interna del instrumento de ansiedad mediante el alfa de Cronbach y obtuvo un resultado global de 0,911, categorizado como una confiabilidad excelente, para la dimensión somático o fisiológico se halló un alfa de 0,87, y para la dimensión cognitiva un alfa de 0,835. En relación con la confiabilidad compuesta los hallazgos fueron apropiados, 0,861 y 0,817 respectivamente. Así mismo Díaz (2023) calculó la confiabilidad mediante coeficiente de alfa y omega, los valores fueron 0,76 y 0,95 respectivamente

En el caso del instrumento ansiedad también se calculó la confiabilidad mediante el Alpha de Cronbach, para ello se usó un valor de 0.917 lo que indica que los datos cuentan con consistencia interna alta (ver Anexo 4).

3.9. Procesamiento y análisis de datos

Se utilizó una hoja de Excel en el cual se plasmará las respuestas de los participantes y sus condiciones sociodemográficas, así mismo se hará uso de SPSS versión 27 para realizar el procesamiento estadístico. Los datos fueron n analizados mediante estadística descriptiva e inferencial para ello se hará uso de tablas de frecuencia, tablas cruzadas, figuras en forma de barra y pastel.

Para los resultados inferenciales primero se realizó un filtro de todos los datos que se encuentran completos, seguidamente se calculará la distribución de la información mediante el

estadístico kolmogorov smirnov, ya que la cantidad de datos sobrepasa los 50. Los datos presentaron una distribución no paramétrica, por tanto, se empleó el estadístico Rho de Spearman para las correlaciones. Para las pruebas de hipótesis tendrán un nivel de error de 0,05 y un nivel de confianza de 0.95.

3.10. Aspectos éticos

El trabajo cumple con los permisos respectivos para su ejecución, pasó por la aprobación de comité de ética de la universidad, se pidió la autorización al instituto privado superior para poder recolectar los datos. Se entregó el consentimiento informado, en que se plasmó los beneficios, riesgos y aspecto voluntario y confidencial de los estudiantes. Así mismo, se cumplió con el asentimiento del comité de ética de la universidad para garantizar la calidad y transparencia de la investigación.

La investigación cumplió con los principios éticos de la Universidad Norbert Wiener, el cual incluye protección y respeto a los participantes y su diversidad étnica, el consentimiento informado, cuidado del medio ambiente, divulgación responsable de los resultados, ausencia de plagio, reconocimiento de las autorías de conocimiento, probidad científica, objetividad e imparcialidad.

La investigación no incurrió en mala conducta científica, no se alteraron los datos para beneficio de ninguna índole, no usó información sin citar y no usaron datos falsos. La colaboración de los participantes fue de libre decisión, firmaron el consentimiento informado de manera voluntaria y conociendo las características del estudio.

CAPÍTULO IV: RESULTADOS Y DISCUSIONES

4.1. Resultados sociodemográficos

Tabla 5

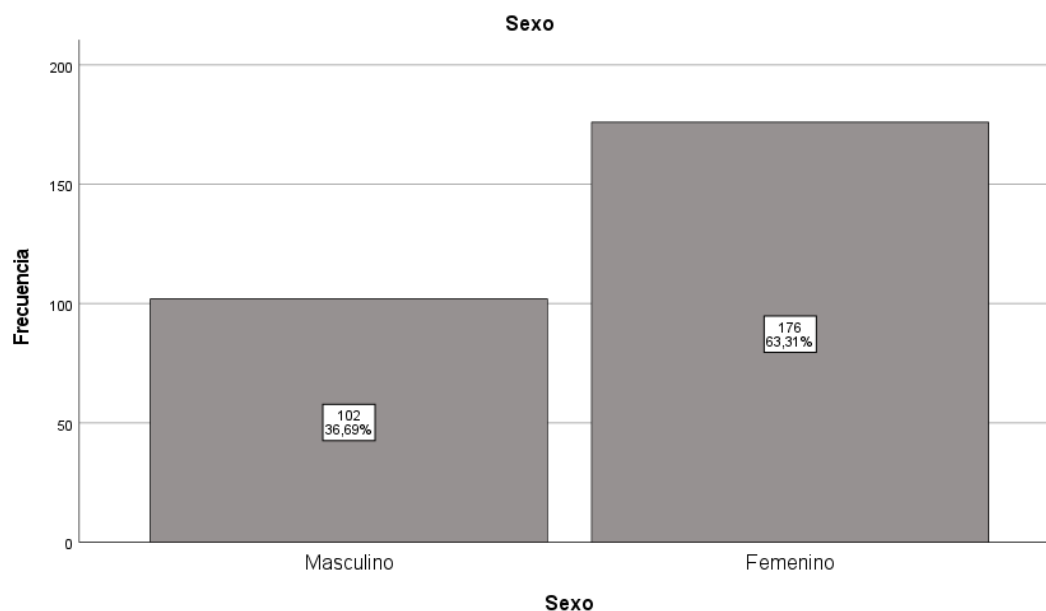
Sexo de los participantes

	Sexo	
	N	%
Masculino	102	36,7%
Femenino	176	63,3%
Total	278	100%

En la Tabla 5 se muestra la cantidad de participantes según sexo en el cual se advierte que el 63.3% era femenino y el 36.7% de la muestra era masculino.

Figura 1

Sexo de los participantes



En la Figura 1 se muestra de observa que la mayor cantidad de participantes fue femenina con un 63.3%, que representa a 176 participantes, mientras que la cantidad de personas masculinas fue de 36.7%, que representa a 102.

Tabla 6*Edad de los participantes*

Edad		
	N	%
18	69	24,8%
19	34	12,2%
20	34	12,2%
21	22	7,9%
22	21	7,6%
23	18	6,5%
24	26	9,4%
25	14	5,0%
26	12	4,3%
27	4	1,4%
28	8	2,9%
29	6	2,2%
30	6	2,2%
45	2	0,7%
47	2	0,7%
Total	278	100%

En la Tabla 6 se muestra la cantidad de participantes según la edad en el cual se advierte que la edad con mayor frecuencia es 18 años (24.8%), seguido por 19 y 20 años (ambos con 12.2%). Las otras edades tienen una frecuencia menor al 10%, la más baja son las edades de 45 y 47 años (cada uno representa el 0.7%).

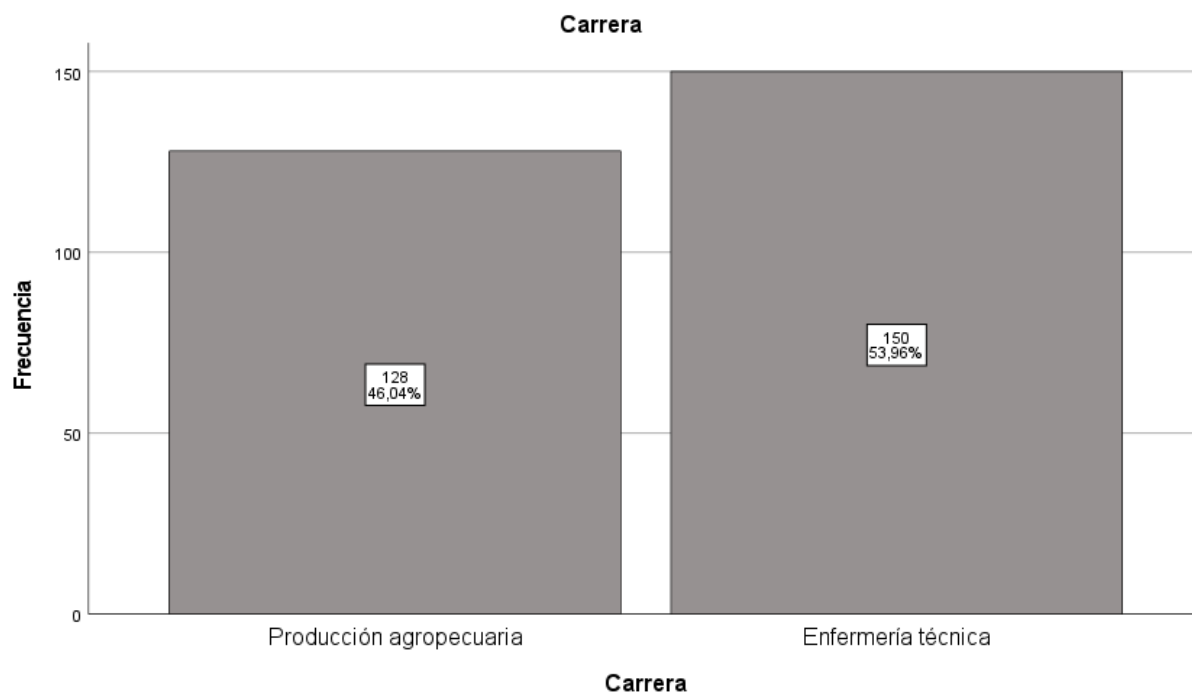
Tabla 7*Carreras de los participantes*

Carreras			
	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje acumulado
Producción agropecuaria	128	46,0	46,0
Enfermería técnica	150	54,0	100,0
Total	278	100,0	

En la Tabla 7 se muestra que el 54% de los participantes estudiaban la carrera de enfermería técnica y el 46% producción agropecuaria. Estas son las únicas carreras que brinda el instituto.

Figura 2

Carrera de participantes



En la Figura 2 se muestra que el 54% de los participantes, que representa a 150 estudiantes, estudia la carrera de enfermería técnica. Mientras que el 46% de los participantes, que representa a 128 estudiantes, estudia la carrera de producción agropecuaria.

Tabla 8

Ciclo académico de los participantes

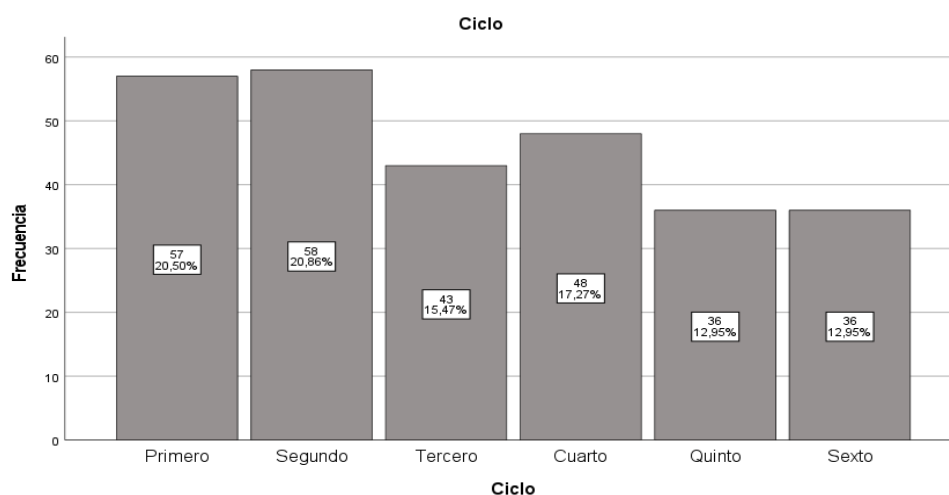
	Ciclo		
	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje acumulado
Primero	57	20,5	20,5
Segundo	58	20,9	41,4
Tercero	43	15,5	56,8
Cuarto	48	17,3	74,1

Quinto	36	12,9	87,1
Sexto	36	12,9	100,0
Total	278	100,0	

En la Tabla 8 se muestra que el ciclo con más cantidad de participantes fue el segundo, con 20.9% que representa a 58 estudiantes, seguido por primero, con 20.8% que representa a 57 estudiantes. Mientras que la que contó con menos participantes fue quinto y sexto con 12.9% cada una.

Figura 2

Ciclo de los participantes



En la Figura 3 se muestra la cantidad de estudiantes según ciclo académico, la mayor cantidad se encuentra en segundo (20.9%) y primer (20.5%) ciclo. La menor cantidad se encuentra en quinto (12.9%) y sexto (12.9%) ciclo

4.2. Resultados descriptivos de las variables

Tabla 9

Nivel de tolerancia a la frustración

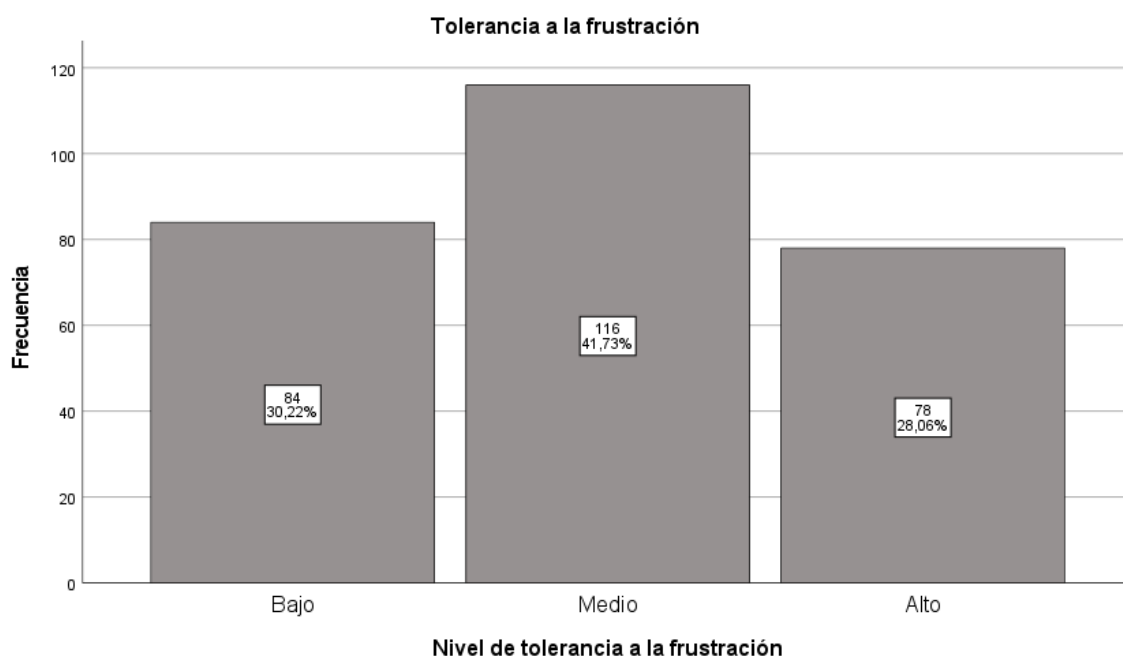
Nivel de tolerancia a la frustración		
Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje acumulado

Bajo	84	30,2	30,2
Medio	116	41,7	71,9
Alto	78	28,1	100,0
Total	278	100,0	

En la Tabla 9 se muestra el nivel de tolerancia a la frustración en el cual el 41.7%, que representa 116 estudiantes, tiene nivel medio; el 30.2%, que representa a 84 estudiantes, nivel bajo; y el 28.1%, que representa a 78 estudiantes, nivel alto.

Figura 3

Nivel de tolerancia a la frustración



En la Figura 4 se muestra que la mayor cantidad de personas tiene nivel medio (41.7%), mientras que el nivel menos frecuente fue nivel alto (28.1%).

Tabla 10

Nivel de ansiedad

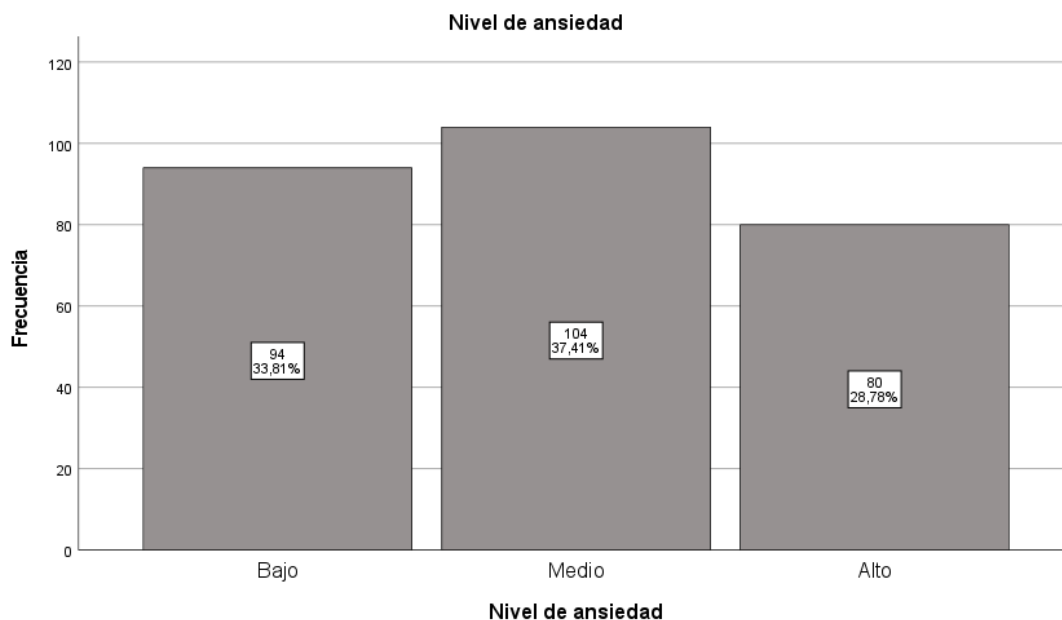
Nivel ansiedad			
	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje acumulado
Bajo	94	33,8	33,8
Medio	104	37,4	71,2

Alto	80	28,8	100,0
Total	278	100,0	

En la Tabla 10 se muestra el nivel de ansiedad en los participantes, el 37.4% obtuvo nivel medio, que representa a 104 estudiantes; el 33.8% obtuvo nivel bajo, que representa a 94 estudiantes; y el 28.8% obtuvo nivel alto, que representa a 80 estudiantes.

Figura 4

Nivel de ansiedad



En la Figura 5 se muestra que el nivel de ansiedad mayoritario fue el medio (37.41%) que representa a 104 estudiantes, seguido por el nivel bajo (33.81%) que representa a 94 estudiantes, por último, el nivel alto (28.8%) que representa a 80 estudiantes.

Tabla 11

Dimensiones de la ansiedad

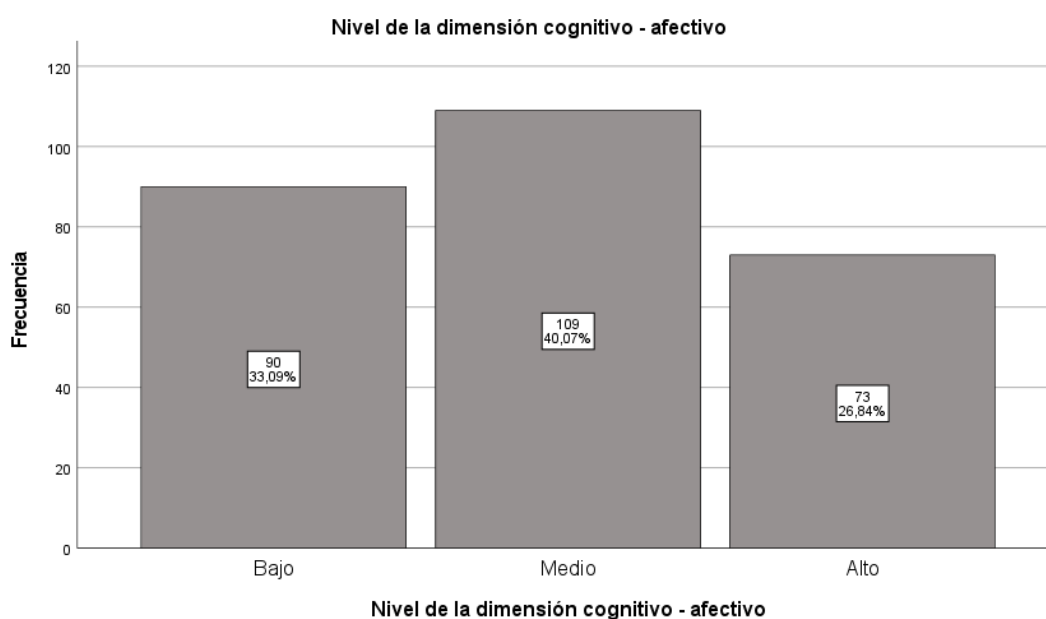
Cognitivo afectivo			Fisiológico		
F	Porcentaje	Porcentaje acumulado	F	Porcentaje	Porcentaje acumulado

Bajo	96	33,0	33,1	109	39,2	39,2
Medio	109	40,0	73,2	89	32,0	71,2
Alto	73	27,0	100,0	80	28,8	100,0
Total	278	100,0		278	100,0	

Respecto a las dimensiones se puede observar que en la dimensión cognitivo – afectivo la mayoría tenía un nivel medio (40%), seguido por el nivel bajo (33%), por último, el nivel bajo alto (73%). Mientras que, en la otra dimensión, fisiológica, la mayoría tenía nivel bajo (39.2%), seguido por el nivel medio (32%) y el por último el nivel alto (28.8%).

Figura 5

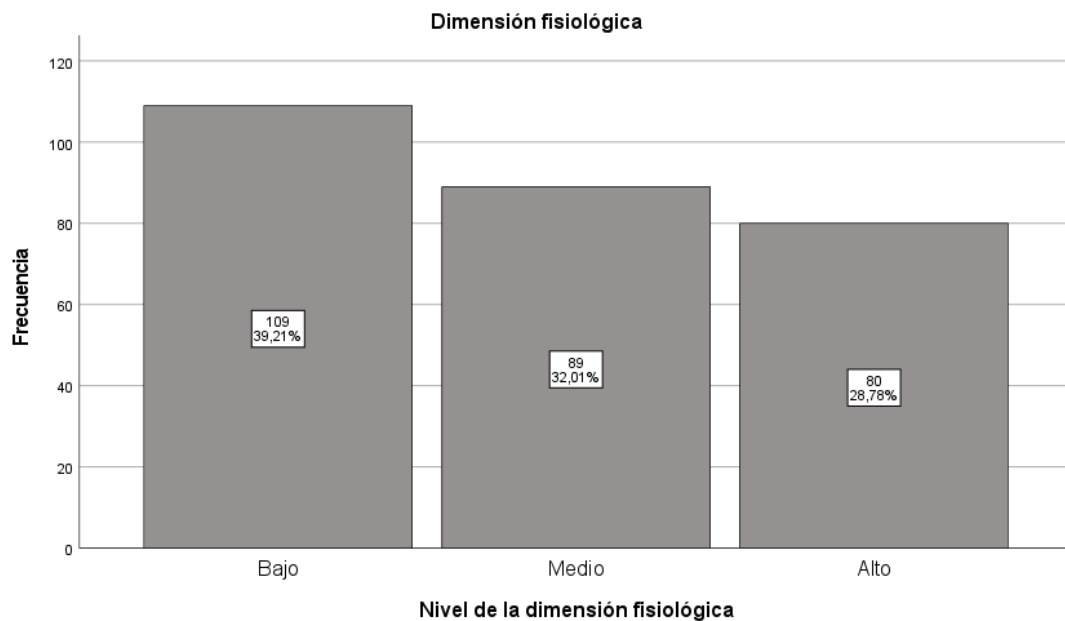
Dimensión cognitivo afectivo



En la Figura 6 se muestra 109 estudiantes (40%) tenía nivel medio de indicadores cognitivos afectivos de ansiedad, 90 (33%) nivel bajo y 73 (27%) nivel alto.

Figura 6

Dimensión fisiológica



En la Figura 7 se evidencia que respecto a la dimensión fisiológica 109 estudiantes (39%) tenía nivel bajo, 89 (32%) medio y 80 (29%) alto.

4.3. Prueba de hipótesis

Para la prueba de hipótesis se trabajó con un nivel de confianza de 0.95 (95%) y con un margen de error de 0.05 (5%). Así mismo, la regla de decisión para la prueba de normalidad y pruebas de hipótesis son:

- Si el p-valor $> 0,05$, se acepta la hipótesis nula (H_0) y se rechaza la hipótesis alterna (H_1).
- Si el p-valor $< 0,05$, se acepta la hipótesis alterna (H_1) y se rechaza la hipótesis nula (H_0).

4.3.1. Prueba de normalidad

Para la prueba de normalidad se empleó el estadístico Kolmogorov-Smirnov ($N > 50$) para ello se planteó la siguiente hipótesis:

H_1 : Los datos presentan una distribución no paramétrica.

H_0 : Los datos no presentan una distribución no paramétrica.

Tabla 12

Prueba de normalidad

	Pruebas de normalidad		
	Kolmogorov-Smirnov		
	Estadístico	gl	Sig.
Tolerancia a la frustración	,078	278	,000
Ansiedad	,127	278	,000
Fisiológica	,128	278	,000
Cognitivo - afectivo	,129	278	,000

En la Tabla 12 se muestra la prueba de normalidad de las variables y dimensiones, en el cual, en todos, se halló un $p = 0.000$, que es menor al margen de error, 0.005 , por tanto, se acepta la H_1 . Se concluye que los datos presentan una distribución no paramétrica, debido a eso en las correlaciones se utilizó el estadístico Rho de Spearman.

4.3.2. Prueba de hipótesis general

Para la prueba de hipótesis general se planteó lo siguiente:

H_1 : Existe relación significativa entre la tolerancia a la frustración y la ansiedad en estudiantes de un instituto privado de Ayacucho 2025.

H₀: No existe relación significativa entre la tolerancia a la frustración y la ansiedad en estudiantes de un instituto privado de Ayacucho 2025.

Tabla 13

Correlación entre la tolerancia a la frustración y la ansiedad

		Correlaciones		
			Tolerancia a la frustración	Ansiedad
Rho de Spearman	Tolerancia a la frustración	Coeficiente de correlación	1,000	-,274**
		Sig. (bilateral)	.	,000
		N	278	278
	Ansiedad	Coeficiente de correlación	-,274**	1,000
		Sig. (bilateral)	,000	.
		N	278	278

** . La correlación es significativa en el nivel 0,01 (bilateral).

En la Tabla 13 se muestra la correlación entre la tolerancia a la frustración y la ansiedad, en el cual se halló una rho = -0.274 y un p = 0.00 < 0.05. En ese sentido se aceptó la hipótesis alterna, esto indica que existe relación negativa significativa entre la tolerancia a la frustración y la ansiedad en estudiantes de un instituto privado de Ayacucho 2025.

4.3.3. Prueba de hipótesis específica 1

Para la prueba de hipótesis específica uno se planteó lo siguiente:

H₁: Existe relación significativa entre la tolerancia a la frustración y la dimensión fisiológica de la ansiedad en estudiantes de un instituto privado de Ayacucho 2025.

H₀: No existe relación significativa entre la tolerancia a la frustración y la dimensión fisiológica de la ansiedad en estudiantes de un instituto privado de Ayacucho 2025.

Tabla 14*Correlación entre la tolerancia a la frustración y la dimensión fisiológica*

		Correlaciones		
			Tolerancia a la frustración	Fisiológica
Rho de Spearman	Tolerancia a la frustración	Coefficiente de correlación	1,000	-,241**
		Sig. (bilateral)	.	,000
		N	278	278
	Fisiológica	Coefficiente de correlación	-,241**	1,000
		Sig. (bilateral)	,000	.
		N	278	278

** . La correlación es significativa en el nivel 0,01 (bilateral).

En la Tabla 14 se muestra la correlación entre la tolerancia a la frustración y la dimensión fisiológica, en el cual se halló una rho = -0.241 y un $p = 0.00 < 0.05$. En ese sentido se aceptó la hipótesis alterna, esto indica que existe relación negativa significativa entre la tolerancia a la frustración y la dimensión fisiológica de la ansiedad en estudiantes de un instituto privado de Ayacucho 2025.

4.3.4. Prueba de hipótesis específica 2

Para la prueba de hipótesis específica dos se planteó lo siguiente:

H₁: Existe relación significativa entre la tolerancia a la frustración y la dimensión cognitivo-afectivo de la ansiedad en estudiantes de un instituto privado de Ayacucho 2025.

H₀: No existe relación significativa entre la tolerancia a la frustración y la dimensión cognitivo-afectivo de la ansiedad en estudiantes de un instituto privado de Ayacucho 2025.

Tabla 15

Correlación entre la tolerancia a la frustración y la dimensión cognitivo afectivo

Correlaciones			Tolerancia a la frustración	Cognitivo - afectivo
Rho de Spearman	Tolerancia a la frustración	Coeficiente de correlación	1,000	-,275**
		Sig. (bilateral)	.	,000
		N	278	278
	Cognitivo - afectivo	Coeficiente de correlación	-,275**	1,000
		Sig. (bilateral)	,000	.
		N	278	278

** . La correlación es significativa en el nivel 0,01 (bilateral).

En la Tabla 15 se muestra la correlación entre la tolerancia a la frustración y la dimensión cognitivo afectivo, en el cual se halló una rho = -0.275 y un p = 0.00 < 0.05. En ese sentido se aceptó la hipótesis alterna, esto indica que existe relación negativa significativa entre la tolerancia a la frustración y la dimensión cognitivo-afectivo de la ansiedad en estudiantes de un instituto privado de Ayacucho 2025.

4.4. Discusión de resultados

La presente investigación tuvo como objetivo principal determinar la relación entre la tolerancia a la frustración y la ansiedad en estudiantes de un instituto privado de Ayacucho en el año 2025. Los resultados obtenidos confirman la existencia de una relación significativa entre ambas variables, lo cual se alinea con los hallazgos previos reportados en la literatura científica. A continuación, se discuten los resultados en función de los antecedentes teóricos y empíricos, así como las implicaciones de estos hallazgos.

El hallazgo general indica que existe una correlación negativa significativa entre la tolerancia a la frustración y la ansiedad ($\rho = -0.274$, $p < 0.05$). Este hallazgo es consistente con la teoría de la Terapia Racional Emotiva Conductual (TREC) de Albert Ellis, la cual postula que las creencias irracionales, como la baja tolerancia a la frustración, están asociadas con respuestas emocionales desadaptativas, como la ansiedad (Turner, 2016). Además, estudios previos han demostrado que la intolerancia a la frustración puede generar respuestas emocionales negativas, como la ansiedad, debido a la incapacidad de manejar situaciones estresantes o desafiantes (Harrington, 2005; Ortuño, 2016).

En el contexto de los estudiantes, estos resultados sugieren que aquellos con una mayor capacidad para tolerar la frustración tienden a experimentar niveles más bajos de ansiedad. Esto podría deberse a que los estudiantes con mayor tolerancia a la frustración son más capaces de manejar situaciones adversas sin sentirse abrumados, lo que reduce la probabilidad de desarrollar síntomas ansiosos. Este hallazgo es consistente con investigaciones previas que han encontrado que la tolerancia a la frustración actúa como un factor protector contra la ansiedad, especialmente en contextos académicos (Valiente-Barroso et al., 2021).

Este hallazgo se alinea con los estudios de Baquero y Gutiérrez (2007), quienes sostienen que la frustración genera una serie de respuestas emocionales adversas que pueden

derivar en estados ansiosos si no se gestionan adecuadamente. Así mismo, Jiménez (2022) identificó que los atletas con baja tolerancia a la frustración presentan mayores niveles de ansiedad durante la competencia. De manera similar, Camuñas et al. (2019) encontraron que la falta de estrategias adecuadas para gestionar la frustración incrementa la vulnerabilidad a trastornos ansiosos en poblaciones académicas.

A nivel local, estudios previos en poblaciones estudiantiles peruanas han mostrado tendencias similares (Castillo & Quintana, 2022), resaltando la importancia de desarrollar estrategias de afrontamiento para mejorar la tolerancia a la frustración y reducir la ansiedad en contextos educativos. Los estudios realizados por Ataucusi (2024) y Paredes (2024) reportaron altos niveles de ansiedad en estudiantes y personal de salud en Ayacucho, lo que refuerza la relevancia del contexto específico en que se desarrolla la presente investigación. La realidad regional, marcada por factores estructurales como la escasa cobertura en salud mental y la inestabilidad socioeconómica, puede incrementar la exposición a eventos frustrantes y ansiógenos, especialmente entre jóvenes que se forman en profesiones sanitarias.

El resultado también se explica desde la perspectiva de Harrington (2005), quien sostiene que la intolerancia a la frustración incrementa el riesgo de desarrollar trastornos emocionales, entre ellos la ansiedad. Los estudiantes con baja tolerancia suelen presentar pensamientos catastróficos, emociones intensas y escasa regulación emocional, factores que se han visto reflejados en los resultados de esta investigación.

Según Flores (2020), en contextos andinos como Ayacucho, las experiencias de frustración están influenciadas por factores estructurales como la precariedad económica, la migración y el acceso desigual a la educación, lo cual puede amplificar los niveles de ansiedad académica. Autores como Steinberg (2014) explican que, durante la adolescencia y la juventud emergente, el sistema límbico es más reactivo a las emociones intensas, mientras que la corteza

prefrontal, encargada de la autorregulación, aún está en proceso de maduración. Esto podría explicar la mayor susceptibilidad a la ansiedad en estudiantes con baja tolerancia a la frustración

Respecto al hallazgo específico uno, los resultados muestran una correlación negativa significativa entre la tolerancia a la frustración y los síntomas fisiológicos de la ansiedad ($\rho = -0.241, p < 0.05$). Esto implica que los estudiantes con mayor tolerancia a la frustración tienden a experimentar menos síntomas fisiológicos, como taquicardia, sudoración y temblores, que son comunes en los trastornos de ansiedad (Sierra, 2003).

Este hallazgo es consistente con la teoría psicofisiológica de la ansiedad, la cual sugiere que las respuestas fisiológicas están directamente relacionadas con la percepción de amenaza y la capacidad del individuo para manejar el estrés (Cattell, 1983). En este sentido, los estudiantes con mayor tolerancia a la frustración pueden percibir las situaciones estresantes como menos amenazantes, lo que reduce la activación del sistema nervioso autónomo y, por ende, los síntomas fisiológicos de la ansiedad.

El estudio de Sierra (2003) apoya esta relación, indicando que los individuos que logran interpretar los eventos frustrantes como manejables presentan una menor activación fisiológica frente al estrés. Esto puede explicarse porque la tolerancia a la frustración actúa como un amortiguador ante la percepción de amenaza, reduciendo la intensidad de las respuestas fisiológicas típicas del sistema simpático.

Respecto al hallazgo específico dos, los resultados también muestran una correlación negativa significativa entre la tolerancia a la frustración y los síntomas cognitivo-afectivos ($\rho = -0.275, p < 0.05$). Esto sugiere que los estudiantes con mayor tolerancia a la frustración tienden a experimentar menos pensamientos negativos, preocupaciones y miedos irracionales, que son características centrales de la ansiedad cognitivo-afectiva (Clark & Beck, 2012).

Bandura (1986), desde la perspectiva del aprendizaje social, también argumenta que la percepción de autoeficacia (creencia en la capacidad personal de manejar situaciones) influye significativamente en cómo una persona afronta el estrés. Los estudiantes con mayor tolerancia a la frustración probablemente también tienen una mayor autoeficacia percibida, lo que les permite manejar mejor los pensamientos intrusivos o desadaptativos que caracterizan a la ansiedad cognitiva.

Tras la pandemia por COVID-19, estudios como los de Villena et al. (2022) han mostrado un aumento sostenido en los niveles de ansiedad y menor tolerancia a la incertidumbre en estudiantes de educación superior. La experiencia prolongada de frustración frente a las clases virtuales, las pérdidas familiares y el aislamiento social habría debilitado los recursos personales de afrontamiento.

Este hallazgo es consistente con la teoría cognitiva de la ansiedad, la cual propone que los pensamientos distorsionados y las creencias irracionales juegan un papel central en el desarrollo y mantenimiento de los trastornos de ansiedad (Bandura, 1974). En este sentido, los estudiantes con mayor tolerancia a la frustración pueden tener una mayor capacidad para cuestionar y modificar sus pensamientos irracionales, lo que reduce la probabilidad de desarrollar síntomas cognitivo-afectivos de ansiedad.

CAPÍTULO V: CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

5.1. Conclusiones

Primera. Se determinó que existe relación negativa significativa entre la tolerancia a la frustración y la ansiedad en estudiantes de un instituto privado de Ayacucho 2025. Lo que indica que una alta frecuencia de conductas tolerantes a la frustración aumenta la probabilidad de no presentar ansiedad.

Segundo. Se determinó que existe relación negativa significativa entre la tolerancia a la frustración y la dimensión fisiológica de la ansiedad en estudiantes de un instituto privado de Ayacucho 2025. Esto indica que una alta frecuencia de tolerancia a la frustración permite que disminuya indicadores fisiológicos de ansiedad.

Tercero: Se determinó que existe relación negativa significativa entre la tolerancia a la frustración y la dimensión cognitivo-afectivo de la ansiedad en estudiantes de un instituto privado de Ayacucho 2025. Esto quiere decir que la disminución de síntomas cognitivo-afectivos está en función de la alta frecuencia de tolerancia a la frustración.

5.2. Recomendaciones

Se recomienda a los directivos del instituto, en función de los resultados, diseñar e implementar programas de entrenamiento en regulación emocional y estrategias de afrontamiento, con énfasis en mejorar la tolerancia a la frustración y la reducción de la ansiedad. Así mismo, programas promocionales que fomenten la tolerancia, como deportes, juegos de equipo y proyectos colaborativos, donde los estudiantes puedan experimentar y superar desafíos en un entorno controlado y de apoyo.

Se recomienda al departamento psicológico o área de bienestar estudiantil a capacitar a los docentes para que reciban formación sobre el impacto de la frustración en la salud mental

de los estudiantes y estrategias para ayudarlos a manejar la ansiedad dentro del entorno académico. Para ello se puede ofrecer capacitación sobre identificar signos de ansiedad y baja tolerancia en los estudiantes para que puedan hacer la derivación al departamento psicopedagógico.

Se recomienda a los investigadores interesados en este tema a que continúen investigando y evaluando ambas variables en otros institutos y universidades de la localidad, para corroborar el hallazgo de la tesis. Así mismo, extender el estudio a trabajos aplicativos para evaluar la efectividad de las intervenciones que consideran la variable tolerancia a la frustración en la ansiedad.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Aniței, M., Chraif, M., & Liliana, M. (2013). Influence of Fatigue on Impulsiveness, Aspiration Level, Performance Motivation and Frustration Tolerance Among Young Romanian Psychology Students. *Procedia - Social and Behavioral Sciences*, 78, 630-634. <https://doi.org/10.1016/j.sbspro.2013.04.365>
- Ataucusi, Y. (2024). *Bienestar psicológico y ansiedad en adolescentes de una Institución Educativa, Ayacucho, 2022* [Tesis de licenciatura]. Repositorio de la Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote. <https://repositorio.uladech.edu.pe/handle/20.500.13032/37085>
- Bandura, A., & Walters, R. (1974). *Aprendizaje social y desarrollo de la personalidad*. Alianza Editorial. <https://www.jstor.org/stable/10.2307/40182490?origin=crossref>
- Baquero, A., & Gutiérrez, G. (2007). Abram Amsel: Teoría de la Frustración y aprendizaje disposicional. *Revista Latinoamericana de Psicología*, 39(3), 663-667. http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0120-05342007000300015
- Berkowitz, L. (1969). *Roots of aggression: A re-examination of the frustration-aggression hypothesis*. Atherton Press. <https://archive.org/details/rootsofaggressio0000berk/page/n5/mode/2up>
- Camuñas, N., Mavrou, E., & Tobal, J. J. M. (2019). Ansiedad y tristeza-depresión: Una aproximación desde la teoría de la indefensión-desesperanza. *Revista de Psicopatología y Psicología Clínica*, 24(1), Article 1. <https://doi.org/10.5944/rppc.23003>
- Cano-Vindel, A. (1989). *Cognición, emoción y personalidad: Un estudio centrado en la ansiedad. / Cognition, emotion and personality: a study focused in anxiety* [Tesis doctoral]. Universidad Complutense de Madrid.

https://www.researchgate.net/publication/230577041_Cognicion_emocion_y_persona_lidad_un_estudio_centrado_en_la_ansiedad_Cognition_emotion_and_personality_a_study_focused_in_anxiety

Castillo, G. A., & Quintana, L. M. (2022). *Phubbing y tolerancia a la frustración en estudiantes de la carrera de salud de un Instituto Público de Pasco – 2022* [Tesis de licenciatura].

Repositorio de la Universidad Peruana Los Andes.

<https://repositorio.upla.edu.pe/handle/20.500.12848/5032>

Cattell, R. B. (1983). La naturaleza y medida de la ansiedad. *Studies in Psychology*, 4(16), 47-59. <https://doi.org/10.1080/02109395.1983.10821367>

Chacón, E., Fernández, M., Murillo, R., & De la Cera, D. X. (2021). Generalidades sobre el trastorno de ansiedad. *Revista Cúpula*, 1(35), 23-36.

<https://www.binasss.sa.cr/bibliotecas/bhp/cupula/v35n1/art02.pdf>

Chávez, H. (2019). *Tolerancia a la frustración y dependencia al celular en estudiantes de un instituto de la ciudad de Chachapoyas* [Tesis de licenciatura]. Repositorio de la

Universidad Señor de Sipán

<https://repositorio.uss.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12802/9117/Ch%c3%a1vez%20Alva%2c%20Hel%c3%ad%20Alexander.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

Clark, D., & Beck, A. (2012). *Terapia Cognitiva para trastornos de ansiedad*. Desclée De Brouwer.

https://www.academia.edu/43633518/Aaron_Beck_Terapia_Cognitiva_para_trastornos_de_Ansiedad

Coon, D., & Mitterer, J. O. (2010). *Introduction to psychology: Gateways to mind and behavior* (12th ed). Wadsworth, Cengage Learning.

<https://perpus.univpancasila.ac.id/repository/EBUPT191172.pdf>

- Dávila, K. L. (2022). *Nivel de ansiedad en tiempos de Covid - 19 en los estudiantes de enfermería de la Universidad Nacional de Cajamarca filial Jaén – Perú, 2021* [Tesis de licenciatura]. Repositorio de la Universidad Nacional de Cajamarca. <https://repositorioslatinoamericanos.uchile.cl/handle/2250/6532231?show=full>
- Díaz, S. S. (2023). *Ansiedad y Resiliencia en Personal Asistencial de Hospitales del Ministerio de Salud de Trujillo* [Tesis de licenciatura]. Repositorio de la Universidad Privada Antenor Orrego https://repositorio.upao.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12759/11351/REP_SARA.D%CD%82%20ANSIEDAD.Y.RESILIENCIA.pdf;jsessionid=BE52BFBC82BA2F5731C35397BC1433C4?sequence=1
- Dollard, J., Doob, L. W., Miller, N. E., Mowrer, O. H., & Sears, R. R. (1939). *Frustration and aggression*. Yale University Press. <https://psycnet.apa.org/record/2004-16227-000>
- Fernández-Abascal, E. G., & Palmero, F. (1999). *Psicología de la emoción: Teoría, investigación e intervención*. McGraw-Hill.
- Gomez, J. L., Flores, K. A., Tapia, Cano, K., De la, Torres F., Mosquera D., & Blanco, Castillo, R. (2023). Adaptación y validación del Inventario de ansiedad de Beck en jóvenes peruanos. *Liberabit*, 29(2). <https://dx.doi.org/10.24265/liberabit.2023.v29n2.715>
- Gross, J. J., & Barrett, L. F. (2011). Emotion Generation and Emotion Regulation: One or Two Depends on Your Point of View. *Emotion review*, 3(1), 8-16. <https://doi.org/10.1177/1754073910380974>
- Harrington, N. (2005). Dimensions of frustration intolerance and their relationship to self-control problems. *Journal of Rational-Emotive and Cognitive-Behavior Therapy*, 23(1), 1-20. <https://doi.org/10.1007/s10942-005-0001-2>

- Hernández, R., Fernández, C., & Baptista, P. (2014). *Metodología de la investigación*. McGraw-Hill Education.
- Hernández, R. & Mendoza, C.P. (2018). *Metodología de la investigación: las rutas: cuantitativa, cualitativa y mixta*. McGraw-Hill Education.
<http://repositorio.uasb.edu.bo:8080/handle/54000/1292>
- Hidalgo, E. D. (2022). *Nivel de ansiedad en el contexto de COVID-19 y satisfacción de las gestantes que acuden al consultorio obstétrico del centro de salud Los Licenciado, Ayacucho 2022* [Tesis de licenciatura]. Repositorio de la Universidad Nacional de San Cristóbal de Huamanga. <https://repositorio.unsch.edu.pe/items/663f14ca-edeb-4b43-97db-ae580bf41d16>
- Hidalgo, N. y Soclle, F. (2011). Escala de Tolerancia a la frustración (ETAF). Universidad Peruana Unión. <https://es.scribd.com/document/281649187/Manual-Etaf-Escala-de-Tolerancia-a-La-Frustracion>
- Jiménez, N. (2022). *Estudio de la ansiedad y frustración en deportistas de alto y bajo nivel deportivo* [Tesis de grado]. Repositorio de la Universitat de les Illes Balears https://repositori.uib.es/xmlui/bitstream/handle/11201/159779/Jim%C3%A9nez_Muri_llo_Nuria.pdf?sequence=1&isAllowed=y
- Juarez, E. A. (2023). *Tolerancia a la frustración y competencia profesional en estudiantes de una universidad pública de Lima, 2022* [Tesis de licenciatura]. Repositorio de la Universidad César Vallejo. https://alicia.concytec.gob.pe/vufind/Record/UCVV_2f3e763bda4726848f176494def0f329

- Kamenetzky, G. V., Cuenya, L., Elgier, A. M., López Seal, F., Fosacheca, S., Martin, L., & Mustaca, A. E. (2009). Respuestas de Frustración en Humanos. *Terapia psicológica*, 27(2), 191-201. <https://doi.org/10.4067/S0718-48082009000200005>
- Kashdan, T., & Biswas-Diener, R. (2015). *The Power of Negative Emotion: How Anger, Guilt, and Self Doubt are Essential to Success and Fulfillment*. Simon and Schuster.
- Lang, P. J. (1968). Fear reduction and fear behavior: Problems in treating a construct. In J. M. Shlien (Ed.), *Research in psychotherapy* (Vol. 3, pp. 90–102). American Psychological Association. <https://doi.org/10.1037/10546-004>
- Leal, P., & Heman, A. (1998). *La baja tolerancia a la frustración y las adicciones*. <https://liberaddictus.org/Pdf/0202-17.pdf>
- LeDoux, J. E. (1998). *The emotional brain: The mysterious underpinnings of emotional life*. Simon and Schuster.
- Lucas-Hernández, A., González-Rodríguez, V. del R., López-Flores, A., Kammar-García, A., Mancilla-Galindo, J., Vera-Lastra, O., Jiménez-Lópezs, J. L., & Peralta-Amaro, A. L. (2022). Estrés, ansiedad y depresión en trabajadores de salud durante la pandemia por COVID-19. *Revista Médica del Instituto Mexicano del Seguro Social*, 60(5), 556-562. <https://pmc.ncbi.nlm.nih.gov/articles/PMC10395996/>
- Macías-Carballo, M., Pérez-Estudillo, C., López-Meraz, L., Beltrán-Parrazal, L., & Morgado-Valle, C. (2019). *Trastornos de ansiedad: Revisión bibliográfica de la perspectiva actual*. 10. <https://www.uv.mx/eneurobiologia/vols/2019/24/Mac%C3%ADas/HTML.html>
- Marca, N. y Morera, N. (2025). Calidad de vida y ansiedad en pacientes del centro de salud de Santa Elena - Ayacucho, 2024 [Tesis de licenciatura]. Repositorio de la Universidad Autónoma de Ica.

https://repositorio.autonomadeica.edu.pe/handle/20.500.14441/3049?utm_source=chatgpt.com

Martínez, M. C., Inglés Saura, C. J., Cano Vindel, A., & García Fernández, J. M. (2012). Estado actual de la investigación sobre la teoría tridimensional de la ansiedad de Lang. *Ansiedad y estrés*, 18(2), 201-219. <http://rua.ua.es/dspace/handle/10045/35859>

Maxdeo, M. E. (2021). *Análisis comparativo de intolerancia a la frustración en estudiantes de administración e ingeniería civil de una universidad particular, Chiclayo 2019* [Tesis de licenciatura]. Repositorio de la Universidad Señor de Sipán <https://repositorio.uss.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12802/9179/Maxdeo%20Mimblela%20Mei%20Elizabeth.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

May, R. (1950). *The meaning of anxiety*. Ronald Press.

MINSA. (2022, octubre 18). *Entre 40 y 30 % de jóvenes de 19 y 26 años en el Perú presentaron síntomas de ansiedad y depresión tras la llegada de la pandemia de la COVID-19*. Instituto Nacional de Salud. <https://web.ins.gob.pe/es/prensa/noticia/entre-40-y-30-de-jovenes-de-19-y-26-anos-en-el-peru-presentaron-sintomas-de-ansiedad>

OMS. (2022). *Trastorno mental*. <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/mental-disorders>

OMS. (2023). *Mental disorders*. <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/mental-disorders>

Ortuño, A. (2016). *Manual para el alumno o alumna. Cómo fomentar el autocontrol y la tolerancia a la frustración en los hijos e hijas*. CEAPA. http://www.codajic.org/sites/default/files/sites/www.codajic.org/files/manual_de_ff_alumno_como_fomentar_el_autocontrol_en_los_hijos_ceapa.pdf

- Padrós-Blázquez, F., Montoya-Pérez, K., Bravo-Calderón, M., & Martínez-Medina, M. P. (2020). *Propiedades psicométricas del Inventario de Ansiedad de Beck (BAI, Beck Anxiety Inventory) en población general de México*. 26, 181-187. <https://doi.org/10.1016/j.anyes.2020.08.002>
- Paredes, F. (2024). *Niveles de ansiedad en el personal de salud de la micro red Totos, Ayacucho- 2023* [Tesis de licenciatura]. Repositorio de la Universidad Continental. https://repositorio.continental.edu.pe/handle/20.500.12394/15672?utm_source=chatgpt.com
- Pavlov, I. P. (1927). *Conditioned reflexes: An investigation of the physiological activity of the cerebral cortex*. Oxford University Press. <https://psycnet.apa.org/record/1927-02531-000>
- Pereira-da, M. C., Cordeiro-de, V., Sgren-da, S., Souto-Silva, C. C., & Leite-da, V. C. (2024). Enfermedad mental entre profesionales de la salud durante la pandemia de COVID-19. *Enfermería Global*, 23 (73), 206-255. <https://dx.doi.org/10.6018/eglobal.569741>
- Potard, C., Auger, A.-C., Lenoir-Perrotel, S., & Jarry, C. (2022). Examining frustration intolerance beliefs among adults with dyslexia or developmental coordination disorder. *Research in Developmental Disabilities*, 123, 104184. <https://doi.org/10.1016/j.ridd.2022.104184>
- Quispe, W. J. (2021). *Procrastinación académica y ansiedad ante los exámenes en estudiantes de psicología de una universidad privada, Ayacucho 2021* [Tesis de licenciatura]. Repositorio de la Universidad de Ayacucho Federico Froebel <http://repositorio.udaff.edu.pe/bitstream/handle/20.500.11936/227/Tesis%20-%20Wilmer.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

- Rogers, C. R. (1961). *On becoming a person: A therapist's view of psychotherapy*. Houghton Mifflin.
- Rojas, A., Morales, & Sandoval, J. (2022). Construcción y validación de una Escala de Tolerancia a la Frustración para estudiantes universitarios. *Apuntes Universitarios*, 12(2), 17–35. <https://doi.org/10.17162/au.v12i2.1031>
- Seligman, M. E. P. (1971). Phobias and preparedness. *Behavior Therapy*, 2(3), 307-320. [https://doi.org/10.1016/S0005-7894\(71\)80064-3](https://doi.org/10.1016/S0005-7894(71)80064-3)
- Sierra, J. C. (2003). *Ansiedad, angustia y estrés: Tres conceptos a diferenciar*. 3(1), 10-59.
- Skinner, B. F. (1971). *CIENCIA Y CONDUCTA HUMANA (Una psicología científica)*. Fontanella. <https://formacion.itemadrid.net/wp-content/uploads/2021/09/Skinner-CIENCIA-Y-CONDUCTA-HUMANA.pdf>
- Soares, F. E., Trezena, S., Oliveira, V., Hercilio, J., & Barbosa, D. R. (2023). Common mental disorders in Primary Health Care professionals during the COVID-19 pandemic period: A cross-sectional study in the Northern health macro-region of Minas Gerais state, Brazil, 2021. *Epidemiologia e Serviços de Saúde : Revista do Sistema Unico de Saúde do Brasil*, 32(1), e2022432. <https://doi.org/10.1590/S2237-96222023000100012>
- Spence, J. T., & Spence, K. W. (1966). The motivational components of anxiety. In C. D. Spielberger (Ed.), *Anxiety and behavior* (pp. 291–326). Academic Press.
- Szentagotai, A., & Jones, J. (2010). The behavioral consequences of irrational beliefs. En *Rational and irrational beliefs: Research, theory, and clinical practice* (pp. 75-97). Oxford University Press. <https://psycnet.apa.org/record/2009-13412-005>
- Turner, M. J. (2016). Rational Emotive Behavior Therapy (REBT), Irrational and Rational Beliefs, and the Mental Health of Athletes. *Frontiers in Psychology*, 7, 1423. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2016.01423>

- UNAM Global. (2022). *Trabajemos en la tolerancia a la frustración*.
https://unamglobal.unam.mx/global_revista/trabajemos-en-la-tolerancia-a-la-frustracion/
- Valiente-Barroso, C., Marcos-Sánchez, R., Arguedas-Morales, M., & Martínez-Vicente, M. (2021). Tolerancia a la frustración, estrés y autoestima como predictores de la planificación y toma de decisiones en adolescentes. *Revista de Estudios e Investigación en Psicología y Educación*, 8(1), 1-19. <https://doi.org/10.17979/reipe.2021.8.1.7077>
- Vargas, H. (2023). Salud mental y coyuntura política en el Perú. *Revista de Neuro-Psiquiatria*, 86(1), 1-2. <https://doi.org/10.20453/rnp.v86i1.4461>
- Vázquez, F., & Mobili, E. (2022). Distorsiones cognitivas y tolerancia a la frustración en estudiantes universitarios venezolanos. *Educ@ción en Contexto*, 8(15), Article 15.
- Ventura, J. L., Caycho, T., Vargas, D., & Flores, G. (2018). Adaptación y validación de la Escala de Tolerancia a la Frustración (ETF) en niños peruanos. *Revista de Psicología Clínica con Niños y Adolescentes*, 5(2), 23-29.
<https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=6399728>
- Verano, P. (2023, 3 de octubre). *Ayacucho es, después de Lima, la región con más casos de salud mental atendidos en lo que va del 2023*. <https://rpp.pe/peru/actualidad/ayacucho-es-despues-de-lima-la-region-con-mas-casos-de-salud-mental-atendidos-en-lo-que-va-del-2023-noticia-1507789?ref=rpp>
- Watson, J. B., & Rayner, R. (1920). Conditioned emotional reactions. *Journal of Experimental Psychology*, 3(1), 1–14. <https://doi.org/10.1037/h0069608>
- Wolpe, J. (1968). Psychotherapy by reciprocal inhibition. *Conditional Reflex: A Pavlovian Journal of Research & Therapy*, 3(4), 234-240. <https://doi.org/10.1007/BF03000093>

Zevallos, L. C. (2020). *Ansiedad estado-rasgo en estudiantes de secundaria de la I.E.P. Eduardo Añaños Perez de Patibamba-La Mar, 2019* [Tesis de licenciatura]. Repositorio de la Universidad de Ayacucho Federico Froebel <http://repositorio.udaff.edu.pe/bitstream/handle/20.500.11936/173/Tesis%20-%20Zevallos%20Quispe.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

Anexo 1. Matriz de consistencia

PROBLEMA DE INVESTIGACIÓN	OBJETIVOS	HIPÓTESIS	VARIABLES	DIMENSIONES	MÉTODO
Problema general ¿Cuál es la relación entre la tolerancia a la frustración y la ansiedad en estudiantes de un instituto privado de Ayacucho 2025?	Objetivo general Determinar la relación entre la tolerancia a la frustración y la ansiedad en estudiantes de un instituto privado de Ayacucho 2025.	Hipótesis general Existe relación significativa entre la tolerancia a la frustración y la ansiedad en estudiantes de un instituto privado de Ayacucho 2025.	Variable 1: Tolerancia a la Frustración	Personal Social Familiar Laboral	Método: Científico hipotético-deductivo. Enfoque: Cuantitativo Tipo de Investigación: Básica Nivel: Correlacional Diseño: No experimental Población: 1000 estudiantes Muestreo: No probabilístico de tipo conveniencia
Problemas específicos P1: ¿Cuál es la relación entre la tolerancia a la frustración y la dimensión fisiológica de la ansiedad en estudiantes de un instituto privado de Ayacucho 2025?	Objetivos específicos O1: Analizar la relación entre la tolerancia a la frustración y la dimensión fisiológica de la ansiedad en estudiantes de un instituto privado de Ayacucho 2025.	Hipótesis específicas H1: Existe relación significativa entre la tolerancia a la frustración y la dimensión fisiológica de la ansiedad en estudiantes de un instituto privado de Ayacucho 2025.	Variable 2: Ansiedad	Fisiológica Cognitivo-afectivo	
P2: ¿Cuál es la relación entre la tolerancia a la frustración y la dimensión cognitivo-afectivo de la ansiedad en estudiantes de un instituto privado de Ayacucho 2025?	Objetivos específicos O2: Analizar la relación entre la tolerancia a la frustración y la dimensión cognitivo-afectivo de la ansiedad en estudiantes de un instituto privado de Ayacucho 2025.	Hipótesis específicas H2: Existe relación significativa entre la tolerancia a la frustración y la dimensión cognitivo-afectivo de la ansiedad en estudiantes de un instituto privado de Ayacucho 2025.		Instrumentos Escala de Tolerancia a la Frustración y Inventario de Ansiedad de Beck	

Anexo 2. Instrumentos

Escala de Tolerancia a la frustración

Indique para cada uno de los indicadores el grado en que se ha sentido o experimentado los siguientes eventos internos. Elija y marca (X) entre las siguientes opciones la que mejor se corresponda.

N	Ítems	Siempre	A veces	Nunca
1	Mantengo serenidad ante las dificultades			
2	Cuando estoy en problemas confío en que lo resolveré			
3	Cuando estoy en problemas, normalmente analizo con tranquilidad la causa del problema			
4	Reconozco mis errores sin sentirme mal, y trato de solucionarlo			
5	Cuando realizo una actividad sin lograr lo esperado, aun así siendo la satisfacción de haberlo intentado			
6	Me siento motivado a continuar con mis propósitos			
7	Cuando hay un problema, reacciono con calma sin enojarme			
8	Cuando me enfrento a un problema, no me rindo fácilmente			
9	Asumir varias actividades al mismo tiempo y no lograr terminarlo me genera muchas preocupaciones			
10	Cuando no cumplo con mis compromisos me siento preocupado(o)			
11	Generalmente cuando tengo varios trabajos en mi trabajo los culmino sin sentirme muy cansado			
12	Cuando las personas me critican en mi trabajo, normalmente les refuto sin ofenderlos ni sentirme mal			
13	Me doy cuenta fácilmente de los que siento frente a situaciones de presión laboral y puedo manejarlo adecuadamente			
14	A pesar de tener resultados adversos en mis actividades de trabajo o estudio, siento satisfacción si he dado lo mejor de mi			
15	Cuando no entiendo una tarea, me disgusto fácilmente			
16	Normalmente me relaciono sin dificultades con personas desconocidas en reuniones sociales			
17	Habitualmente manejo mis impulsos frente a problemas			
18	Generalmente reacciono con tranquilidad ante las diferencias que tengo con mis amigos			

19	Generalmente disfruto la presencia de mis amigos			
20	Cuando existe un problema con alguien normalmente controlo mis impulsos			
21	Reacciono con prudencia en circunstancias difíciles frente a mis amigos			
22	Habitualmente respeto las normas que hay en casa			
23	Frente a dificultades y problemas que me desmotivan, siempre recibí apoyo de mis padres y hermanos			
24	Mis padres tienen un trato agradable conmigo a pesar de mis defectos			
25	Generalmente comprendo a mis padres cuando están enfadados			
26	Cuando mis padres se molestan conmigo, trato de controlar la situación			
27	Realizo las actividades de casa con responsabilidad y disfruto hacerlos			
28	No me dejo llevar por problemas familiares fácilmente			

Inventario de Ansiedad de Beck

Indique para cada uno de los siguientes síntomas el grado en que se ha visto afectado por cada uno de ellos durante la última semana y en el momento actual. Elija de entre las siguientes opciones la que mejor se corresponda.

0= En absoluto

1= Levemente, no me molesta mucho

2= Moderadamente, fue muy desagradable, pero podía soportarlo

3= Severamente, casi no podía soportarlo

Nº	Ítems	0	1	2	3
1	Hormigueo entumecimiento				
2	Sensación de calor				
3	Temblor en las piernas				
4	Incapaz de relajarse				
5	Miedo a que ocurra lo peor				
6	Mareado, o que se le va la cabeza				
7	Latidos del corazón fuertes y acelerados				
8	Inestabilidad e inseguridad física				
9	Temores				
10	Nerviosismo				
11	Sensación de ahogo				
12	Temblores en las manos				
13	Inquieto, inseguridad				
14	Miedo a perder el control				
15	Dificultad para respirar				
16	Temor a morir				
17	Sobresaltos				
18	Problemas digestivos o abdominales				
19	Desvanecimientos o palidez				
20	Rubor facial				
21	Sudoración (no debido al calor)				

Anexo 3. Validez por juicio de expertos

CERTIFICADO DE VALIDEZ DE LA ESCALA DE TOLERANCIA A LA FRUSTRACIÓN (ETAF)

Observaciones:

Opinión de aplicabilidad:

Aplicable [X] Aplicable después de corregir [] No aplicable []

Apellidos y nombres del juez validador Dr. / Mg: Huamán Cobos, Juan Fernando

DNI: 42052924

N° de Colegiatura: 22016

Formación académica del validador: (asociado a su calidad de experto en la variable y problemática de investigación)

Institución	Especialidad	Periodo formativo
Universidad. Nacional Federico Villarreal - UNFV	Psicoterapia cognitivo conductual	2022 - 2023
Universidad Católica de Trujillo	Neuropsicología infantil	2020 - 2021

Experiencia profesional del validador: (asociado a su calidad de experto en la variable y problemática de investigación)

Institución	Cargo	Lugar	Periodo laboral	Funciones
MR. Y CS San Juan Bautista	Psicólogo - responsable	Ayacucho	2019-Act.	Psicólogo clínico y responsable de psicología de la MicroRed
Universidad Cesar Vallejo	Docente - responsable	Lima	2020-Act.	Docente neuropsicología y experimental. Responsable Nacional Experiencia curricular de Neuropsicología

Fecha: 15-10-2024


JUAN FERNANDO HUAMAN COBOS
LICENCIADO EN PSICOLOGÍA
CPsP: 22016

Firma y sello del experto informante

CERTIFICADO DE VALIDEZ DE LA ESCALA DE TOLERANCIA A LA FRUSTRACIÓN (ETAF)

Observaciones:

Opinión de aplicabilidad:

Aplicable [x] Aplicable después de corregir [] No aplicable []

Apellidos y nombres del juez validador Dr. / Mg: Peña Matos, Marco

DNI: 41958837 **Nº de Colegiatura:** 19936

Formación académica del validador: (asociado a su calidad de experto en la variable y problemática de investigación)

Institución	Especialidad	Periodo formativo
UNIVERSIDAD NACIONES HERMILIO VALDIZAN	PSICOLOGO	2006 - 2011
UNIVERSIDAD NACIONAL FEDERICO VILLARREAL	ESPECIALISTA EN TERAPIA CONGNITIVO CONDUCTUAL	2017 – 2019
UNIVERSIDAD DE ALMERIA – ESPAÑA	ESPECIALISTA UNIVERSITARIO EN TERAPIAS CONTEXTUALES	2020 – 2022

Experiencia profesional del validador: (asociado a su calidad de experto en la variable y problemática de investigación)

Institución	Cargo	Lugar	Periodo laboral	Funciones
MINISTERIO DE LA MUJER Y POBLACIONES VULNERABLES	PSICOTERAPEUTA	AYACUCHO	JULIO 2015 HASTA LA ACTUALIDAD	BRINDAR TERAPIA REEDUCATIVA A AGRESORES EN EL MARCO DE LA LEY 30364 DERIVADOS CON ORDEN JUDICIAL
CLINICA BIEN VITAL	PSICOLOGO PSICOTERAPEUTA	AYACUCHO	SEPTIEMBRE 2021 A LA ACUALIDAD	REALIZAR EVALUACION, DIAGNOSTICO Y TRATAMIENTO DE MANERA PRIVADA A LOS USUARIOS QUE REUQUEREN DIVERSAS ATENCIONES.

Fecha: 23/10/2024

Firma y sello del experto informante

CERTIFICADO DE VALIDEZ DE LA ESCALA DE TOLERANCIA A LA FRUSTRACIÓN (ETAF)

Observaciones:

Opinión de aplicabilidad:

Aplicable [X] Aplicable después de corregir [] No aplicable []

Apellidos y nombres del juez validador Dr. / Mg: Feroa Loayza, Roxana

DNI: 09683158

N° de Colegiatura: 39349

Formación académica del validador: (asociado a su calidad de experto en la variable y problemática de investigación)

Institución	Especialidad	Periodo formativo
Universidad Nacional Autónoma de Ica	Psicología Clínica	2010 - 2016

Experiencia profesional del validador: (asociado a su calidad de experto en la variable y problemática de investigación)

Institución	Cargo	Lugar	Periodo laboral	Funciones
UNSCH	Docente - responsable	Ayacuch o	2022-Act.	Docente de Psicología

Fecha: 29-10-2024


Mg. Psic. Roxana Feroa Loayza
C.Ps.P. 39349

Firma y sello del experto informante

CERTIFICADO DE VALIDEZ DEL INVENTARIO DE ANSIEDAD DE BECK

Observaciones:

Opinión de aplicabilidad:

Aplicable [x] Aplicable después de corregir [] No aplicable []

Apellidos y nombres del juez validador Dr. / Mg: Huamán Cobos, Juan Fernando

DNI: 42052924

N° de Colegiatura: 22016

Formación académica del validador: (asociado a su calidad de experto en la variable y problemática de investigación)

Institución	Especialidad	Periodo formativo
Universidad. Nacional Federico Villarreal - UNFV	Psicoterapia cognitivo conductual	2022 - 2023
Universidad Católica de Trujillo	Neuropsicología infantil	2020 - 2021

Experiencia profesional del validador: (asociado a su calidad de experto en la variable y problemática de investigación)

Institución	Cargo	Lugar	Periodo laboral	Funciones
MR. Y CS San Juan Bautista.	Psicólogo - responsable	Ayacucho	2019-Act.	Psicólogo clínico y responsable de psicología de la MicroRed
Universidad Cesar Vallejo	Docente - responsable	Lima	2020-Act.	Docente neuropsicología y experimental. Responsable Nacional Experiencia curricular de Neuropsicología

Fecha: 15/10/2024


JUAN FERNANDO HUAMAN COBOS
LICENCIADO EN PSICOLOGIA
CPsP: 22016

Firma y sello del experto informante

CERTIFICADO DE VALIDEZ DEL INVENTARIO DE ANSIEDAD DE BECK

Observaciones:

Opinión de aplicabilidad:

Aplicable [] Aplicable después de corregir [] No aplicable []

Apellidos y nombres del juez validador Dr. / Mg: Peña Matos, Marco

DNI: 41958837

Nº de Colegiatura: 19936

Formación académica del validador: (asociado a su calidad de experto en la variable y problemática de investigación)

Institución	Especialidad	Periodo formativo
UNIVERSIDAD NACIONES HERMILIO VALDIZAN	PSICOLOGO	2006 - 2011
UNIVERSIDAD NACIONAL FEDERICO VILLARREAL	ESPECIALISTA EN TERAPIA CONGNITIVO CONDUCTUAL	2017 – 2019
UNIVERSIDAD DE ALMERIA – ESPAÑA	ESPECIALISTA UNIVERSITARIO EN TERAPIAS CONTEXTUALES	2020 – 2022

Experiencia profesional del validador: (asociado a su calidad de experto en la variable y problemática de investigación)

Institución	Cargo	Lugar	Periodo laboral	Funciones
MINISTERIO DE LA MUJER Y POBLACIONES VULNERABLES	PSICOTERAPEUTA	AYACUCHO	JULIO 2015 HASTA LA ACTUALIDAD	BRINDAR TERAPIA REEDUCATIVA A AGRESORES EN EL MARCO DE LA LEY 30364 DERIVADOS CON ORDEN JUDICIAL
CLINICA BIEN VITAL	PSICOLOGO PSICOTERAPEUTA	AYACUCHO	SETIEMBRE 2021 A LA ACUTALIDAD	REALIZAR EVALUACION, DIAGNOSTICO Y TRATAMIENTO DE MANERA PRIVADA A LOS USUARIOS QUE REUQUEREN DIVERSAS ATENCIONES.

Fecha: 23/10/2024

Firma y sello del experto informante

CERTIFICADO DE VALIDEZ DEL INVENTARIO DE ANSIEDAD DE BECK

Observaciones:

Opinión de aplicabilidad:

Aplicable [] Aplicable después de corregir [] No aplicable []

Apellidos y nombres del juez validador Dr. / Mg: Feroa Loayza, Roxana

DNI: 09683158

N° de Colegiatura: 39349

Formación académica del validador: (asociado a su calidad de experto en la variable y problemática de investigación)

Institución	Especialidad	Periodo formativo
Universidad Nacional Autónoma de Ica	Psicología Clínica	2010 - 2016

Experiencia profesional del validador: (asociado a su calidad de experto en la variable y problemática de investigación)

Institución	Cargo	Lugar	Periodo laboral	Funciones
UNSCH	Docente - Responsable	Ayacuch o	2022 - Actualidad	Docente de Psicología

Fecha: 29/10/2024



Mg. Psic. Roxana Feroa Loayza
C.Ps.P. 39349

Firma y sello del experto informante

Anexo 4. Confiabilidad del instrumento

Confiabilidad del instrumento de tolerancia a la frustración

Estadísticas de fiabilidad	
Alfa de Cronbach	N de elementos
,738	28

Alfa de Cronbach en caso se elimine un ítem

Estadísticas de total de elemento				
	Media de escala si se suprime	Varianza de escala si se suprime	Correlación total de elementos	Alfa de Cronbach si se elimina
TF1	64,47	32,336	,187	,735
TF2	64,28	31,551	,313	,728
TF3	64,41	30,850	,362	,724
TF4	64,21	31,350	,330	,727
TF5	64,58	31,118	,292	,729
TF6	63,95	32,066	,306	,730
TF7	64,54	31,303	,358	,726
TF8	64,34	31,726	,224	,733
TF9	64,50	33,933	-,095	,752
TF10	64,27	33,187	,011	,747
TF11	64,65	32,157	,221	,733
TF12	64,74	30,819	,283	,730
TF13	64,48	31,716	,273	,730
TF14	64,28	30,363	,445	,719
TF15	64,82	34,588	-,181	,760
TF16	64,67	30,974	,302	,728
TF17	64,41	30,033	,442	,718
TF18	64,45	31,411	,309	,728
TF19	64,24	31,998	,204	,734
TF20	64,42	30,361	,430	,720
TF21	64,63	32,040	,123	,742
TF22	64,01	31,224	,411	,724
TF23	64,26	32,288	,132	,740
TF24	64,15	30,966	,365	,725

TF25	64,16	30,584	,414	,721
TF26	64,22	30,603	,438	,720
TF27	64,12	31,696	,293	,729
TF28	64,60	30,753	,296	,729

Confiabilidad del instrumento de ansiedad

Estadísticas de fiabilidad	
Alfa de Cronbach	N de elementos
,917	21

Alfa de Cronbach en caso se elimine un ítem

Estadísticas de total de elemento				
	Media de escala si se suprime	Varianza de escala si se suprime	Correlación total de elementos	Alfa de Cronbach si se elimina
A1	18,14	138,691	,461	,916
A2	17,77	138,505	,405	,917
A3	18,06	131,137	,707	,911
A4	17,92	137,015	,449	,916
A5	17,60	131,808	,569	,914
A6	17,88	132,675	,588	,913
A7	17,96	132,425	,583	,913
A8	18,09	137,616	,377	,918
A9	17,84	132,360	,602	,913
A10	17,73	133,257	,591	,913
A11	18,16	132,502	,648	,912
A12	18,23	132,295	,664	,911
A13	17,97	133,288	,603	,913
A14	17,94	134,804	,547	,914
A15	18,22	132,430	,667	,911
A16	18,24	134,821	,480	,916
A17	18,30	136,347	,513	,915
A18	18,03	133,248	,590	,913
A19	18,17	130,928	,704	,911
A20	18,32	137,468	,461	,916
A21	18,14	132,898	,608	,913

Anexo 5. Aprobación de comité de ética



COMITÉ INSTITUCIONAL DE ÉTICA E INTEGRIDAD CIENTÍFICA

CONSTANCIA DE APROBACIÓN

Lima, 10 de Febrero de 2025

Investigador(a)
ANA GABRIELA BERROCAL MELENDEZ
N°:0227-2025

De mi consideración:

Es grato expresarle mi cordial saludo y a la vez informarle que el Comité Institucional de Ética e Integridad Científica de la Universidad Privada Norbert Wiener (CIEIC-UPNW) **evaluó y APROBÓ** los siguientes documentos:

- Protocolo titulado: **“Tolerancia a la Frustración y Ansiedad en Estudiantes de un Instituto Privado de Ayacucho 2025.” Versión 01 con fecha 04/02/2025.**
- Formulario de Consentimiento Informado Versión **01** con fecha **04/02/2025.**

El cual tiene como investigador principal al Sr(a) Ana Gabriela Berrocal Melendez

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 CIEIC-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,

Raúl Antonio Rojas Ortega
Presidente

Comité Institucional de Ética e Integridad Científica
UPNW



Anexo 6. Formato del consentimiento informado

Consentimiento informado

Anexo 1: Formulario de Consentimiento Informado (FCI)

Título de proyecto de investigación: Tolerancia a la frustración y ansiedad en estudiantes de un instituto privado de Ayacucho 2025

Investigadores : Ana Gabriela Berrocal Meléndez

Institución(es) : Universidad Privada Norbert Wiener (UPNW)

Estamos invitando a usted a participar en un estudio de investigación titulado: “Tolerancia a la frustración y ansiedad en estudiantes de un instituto privado de Ayacucho 2025”. de fecha 04/02/2025 y versión. 01. Este es un estudio desarrollado por investigadores de la Universidad Privada Norbert Wiener(UPNW).

I. INFORMACIÓN

Propósito del estudio: El propósito de este estudio es conocer la relación entre la tolerancia a la frustración y la ansiedad en los estudiantes de un instituto privado de Ayacucho. Su ejecución ayudará conocer en qué grado las conductas de tolerancia se asocia con la ansiedad, el cual permitirá comprender de la mejor manera la realidad de los estudiantes para poder sugerir medidas preventivas y promocionales.

Duración del estudio (en meses): 6 meses.

Nº esperado de participantes: 278.

Criterios de Inclusión y Exclusión:

Criterios de inclusión

- Estudiantes matriculados en el ciclo académico 2025
- Estudiantes mayores de 18 años.
- Estudiantes que acepten y completen los instrumentos adecuadamente.

Criterios de exclusión

- Estudiantes menores de 18 años.
- Estudiantes que ni concluyeron con el cuestionario.
- Estudiantes que están en tratamiento psicológico.

Procedimientos del estudio: Si usted decide participar en este estudio se le realizarán los siguientes procesos:

- Se le explicará los objetivos del estudio, en qué consistirá su participación y se le brindará el Consentimiento Informado para su lectura y aprobación.
- La información recolectada será digitada al Microsoft Excel para su posterior procesamiento de datos. Esta será almacenada respetando la confidencialidad y el anonimato.

La encuesta puede demorar unos 45 minutos.

Los resultados se le entregarán a usted en forma individual y se almacenarán respetando la confidencialidad y su anonimato.

Riesgos:

Su participación en el estudio no representará ningún riesgo para su salud física o psicológica.

Beneficios:

Usted se beneficiará del presente proyecto conociendo sobre su nivel de ansiedad y tolerancia a la frustración, el cual es una oportunidad.

Costos e incentivos: Usted no pagará ningún costo monetario por su participación en la presente investigación. Así mismo, no recibirá ningún incentivo económico ni medicamentos a cambio de su participación.

Confidencialidad: Nosotros guardaremos la información recolectada con códigos para resguardar su identidad. Si los resultados de este estudio son publicados, no se mostrará ninguna información que permita su identificación. Los archivos no serán mostrados a ninguna persona ajena al equipo de estudio.

Derechos del paciente: La participación en el presente estudio es voluntaria. Si usted lo decide puede negarse a participar en el estudio o retirarse de éste en cualquier momento, sin que esto ocasione ninguna penalización o pérdida de los beneficios y derechos que tiene como individuo, como así tampoco modificaciones o restricciones al derecho a la atención médica.

Preguntas/Contacto: Puede comunicarse con el Investigador Principal Ana Gabriela Berrocal Meléndez, N° cel: 925535669, email: gabrielaberrocalmelendez@gmail.com

Así mismo puede comunicarse con el Comité de Ética que validó el presente estudio, Contacto del Comité Institucional de Ética e Integridad Científica: Dr. Raúl Antonio Rojas Ortega, presidente del Comité Institucional de Ética e Integridad Científica de la Universidad Privada Norbert Wiener, **email:** comite.etica@uwiener.edu.pe


II. DECLARACIÓN DEL CONSENTIMIENTO

He leído la hoja de información del Formulario de Consentimiento Informado (FCI), y declaro haber recibido una explicación satisfactoria sobre los objetivos, procedimientos y finalidades del estudio. Se han respondido todas mis dudas y preguntas. Comprendo que mi decisión de participar es voluntaria y conozco mi derecho a retirar mi consentimiento en cualquier momento, sin que esto me perjudique de ninguna manera. Recibiré una copia firmada de este consentimiento.

Nombre **participante:**

DNI N°:

Fecha: (dd/mm/aaaa)



investigador: Ana Gabriela Berrocal M.

DNI N°: 74169445

Fecha: (dd/mm/aaaa)

Nombre testigo o representante legal:

DNI:

Fecha: (dd/mm/aaaa)

***Nota:** La firma del testigo o representante legal es obligatoria solo cuando el participante tiene alguna discapacidad que le impida firmar o imprimir su huella, o en el caso de no saber leer y escribir.*

Anexo 7. Carta de aprobación de la institución



LOS PROFESIONALES EN SALUD Y AGROPECUARIA PARA DOMINAR
EL TERCER MILENIO SE PREPARAN EN EL INSTITUTO DE EDUCACIÓN
SUPERIOR TECNOLÓGICO PRIVADO "CRISTO REY"

ENFERMERIA
TECNICA

PRODUCCIÓN
AGROPECUARIA

CARTA N° 001- 2025/IESTP"CR" - AYACUCHO.

Ayacucho, 14 de octubre del 2024

Srta: ANA GABRIELA BERROCAL MELENDEZ

UNIVERSIDAD NORBERT WIENER

Presente. -

Asunto: Carta de Aceptación de aplicación de instrumento de investigación.

Por el presente se informa que de acuerdo a la solicitud presentada por su persona para la aplicación del instrumento denominado Escala de tolerancia a la frustración e inventario de ansiedad de Beck , del proyecto de tesis "Tolerancia a la frustración y ansiedad de estudiantes de un instituto privado de Ayacucho, 2025". Después de haber revisado el contenido del trabajo, se considera que cumple con los requisitos académicos y metodológicos, por lo que se autoriza la aplicación y posterior informe de resultados que nos permitirán evaluar a nuestros estudiantes encuestados y mejorar la salud mental.

Sin otro particular, me despido atentamente.

Atentamente,



Anexo 8. Informe de turnitin

Reporte de similitud	
NOMBRE DEL TRABAJO tolerancia a la frustracion y ansiedad Original. turnitin.docx	
RECuento DE PALABRAS 13071 Words	RECuento DE CARACTERES 72044 Characters
RECuento DE PÁGINAS 61 Pages	TAMAÑO DEL ARCHIVO 438.3KB
FECHA DE ENTREGA Jul 17, 2025 10:10 AM GMT-5	FECHA DEL INFORME Jul 17, 2025 10:11 AM GMT-5
● 14% de similitud general El total combinado de todas las coincidencias, incluidas las fuentes superpuestas, para cada base de datos.	
<ul style="list-style-type: none">• 13% Base de datos de Internet• Base de datos de Crossref• 10% 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 <ul style="list-style-type: none">• Material bibliográfico• Material citado• Coincidencia baja (menos de 10 palabras)	

Anexo 9: Cuadro de operacionalización de variables

Variable	Definición conceptual	Definición operacional	Dimensión	Indicadores	Escala de medición	Escala valorativa
Tolerancia a la frustración	La frustración es una reacción comportamental que surge cuando se reducen o eliminan inesperadamente los estímulos positivos (Hidalgo y Soclle, 2011)	La variable se mide a través de las dimensiones personal, labora, social y familiar, por medio de la Escala de Tolerancia a la frustración (ETAF). Los puntajes altos indican alta tolerancia a la frustración.	Personal	Autocontrol emocional ante el fracaso. Persistencia frente a dificultades personales. Capacidad de aceptar errores propios sin colapsar. Adaptación a cambios imprevistos. Regulación de impulsos y pensamientos negativos.	Ordinal Escala de Likert 1= Nunca 2= A veces 3= Siempre	Ordinal Bajo Medio Alto
			Laboral	Manejo del estrés ante la presión o exigencias laborales. Capacidad para continuar con las tareas a pesar de errores o fracasos. Disposición a aceptar críticas o correcciones. Flexibilidad ante cambios en metas o responsabilidades. Tolerancia a la monotonía o falta de reconocimiento		
			Social	Tolerancia a la oposición o desacuerdo en grupos. Capacidad para relacionarse sin responder agresivamente ante la frustración. Empatía y comprensión frente a conductas molestas o contradictorias.		

				Paciencia frente a la espera o falta de respuesta de los demás.
			Familiar	<p>Capacidad para resolver conflictos sin agresión.</p> <p>Aceptación de normas familiares, aunque no se compartan.</p> <p>Manejo del desacuerdo con padres, hijos o pareja.</p> <p>Persistencia en mantener el vínculo a pesar de tensiones.</p> <p>Capacidad para expresar desacuerdo sin ruptura emocional</p>

Variable	Definición conceptual	Definición operacional	Dimensión	Indicadores	Escala de medición	Escala valorativa
Ansiedad	Es una sensación interna que se comprende a través de la introspección, y como un patrón de comportamiento observable en nosotros mismos y en los demás como inquietud,	Se mide a través del Inventario de Ansiedad de Beck, que cuenta con dos dimensiones. Los puntajes altos indican que un nivel grave de ansiedad.	Fisiológica	1) Torpe o entumecido 2) Acalorado 5) Con temor a que ocurra lo peor 6) Mareado, o que se le va la cabeza 11) Con sensación de bloqueo 14) Con miedo a perder el control 17) Con miedo 18) Con problemas digestivos 19) Con desvanecimientos 20) Con rubor facial	Ordinal Escala de Likert 0= En absoluto 1= Levemente, no me molesta mucho 2= Moderadamente, fue muy desagradable, pero podía soportarlo 3= Severamente, casi no podía soportarlo	Ordinal Nivel mínimo (0-7) Nivel leve (8-15) Nivel moderado (16-25) Nivel grave (26-63)

irritación,
temblores, etc.

21) Con sudores, fríos o
calientes

Cognitivo-
afectivo

3) Con temblor en las piernas
4) Incapaz de relajarse
7) Con latidos del corazón
fuertes y acelerados
8) Inestable
9) Atemorizado o asustado
10) Nervioso
12) Con temblores en las
manos
13) Inquieto, inseguro
15) Con sensación de ahogo
16) Con temor a morir

● 14% de similitud general

Principales fuentes encontradas en las siguientes bases de datos:

- 13% Base de datos de Internet
- Base de datos de Crossref
- 10% 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.continental.edu.pe Internet	4%
2	hdl.handle.net Internet	3%
3	repositorio.uwiener.edu.pe Internet	<1%
4	intra.uigv.edu.pe Internet	<1%
5	Universidad Cesar Vallejo on 2022-12-27 Submitted works	<1%
6	Universidad Europea de Madrid on 2025-01-15 Submitted works	<1%
7	Universidad Peruana Los Andes on 2020-01-17 Submitted works	<1%
8	Howard University on 2024-03-12 Submitted works	<1%