



**Estrategia de afrontamiento al estrés y la ansiedad en los  
estudiantes de VII ciclo de la Institución Educativa**

**“Virgen Guadalupe” Mala – Cañete, 2018**

**TESIS PARA OPTAR EL GRADO ACADÉMICO DE:**

Maestra en Psicología Educativa

**AUTORA:**

Br. Iemimah de Jesús Hurtado Pérez

**ASESORA:**

Dra. Nancy Cuenca Robles

**SECCIÓN:**

Educación e Idiomas

**LÍNEA DE INVESTIGACIÓN:**

Evaluación y aprendizaje

**LIMA - PERÚ**

**2018**

## Página del jurado



### DICTAMEN DE LA SUSTENTACIÓN DE TESIS

EL / LA BACHILLER (ES): HURTADO PEREZ, IEMIMAH DE JESUS

Para obtener el Grado Académico de *Maestra en Psicología Educativa*, ha sustentado la tesis titulada:

*ESTRATEGIA DE AFRONTAMIENTO AL ESTRÉS Y LA ANSIEDAD EN LOS ESTUDIANTES DE VII CICLO DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA "VIRGEN GUADALUPE" MALA - CAÑETE, 2018*

Fecha: 18 de agosto de 2018

Hora: 5:00 p.m.

#### JURADOS:

**PRESIDENTE:** Dr. Angel Salvatierra Melgar

Firma: .....

**SECRETARIO:** Mg. Santiago Gallarday Morales

Firma: .....

**VOCAL:** Dra. Nancy Elena Cuenca Robles

Firma: .....

El Jurado evaluador emitió el dictamen de:

*Aprobar por Unanimidad.*

Habiendo encontrado las siguientes observaciones en la defensa de la tesis:

.....  
 .....  
 .....

Recomendaciones sobre el documento de la tesis:

*Mejorar redacción APA*

**Nota:** El tesista tiene un plazo máximo de seis meses, contabilizados desde el día siguiente a la sustentación, para presentar la tesis habiendo incorporado las recomendaciones formuladas por el jurado evaluador.

### **Dedicatoria**

Dedico el presente trabajo a mis queridos padres, quien en vida me dio ejemplo de superación y constancia, además de enseñarme que ante las adversidades siempre habrá nuevas oportunidades.

**Agradecimiento:**

Agradezco a cada uno de mis maestros de la escuela de Posgrado de la Universidad César Vallejo, por brindarme los conocimientos necesarios que contribuyeron en mi desarrollo profesional y fortalecieron mis habilidades, a mi asesora Dra. Nancy Cuenca Robles, por su gran apoyo y orientación y a cada uno de los Directivos y docentes de las instituciones educativas donde pude aplicar mi instrumento. Sin su colaboración no hubiese sido posible la realización.

### **Declaratoria de autoría**

Yo, Iemimah de Jesús Hurtado Pérez, identificado con DNI N° 44548819, estudiante de la Escuela de Posgrado, Maestra en Psicología Educativa, de la Universidad César Vallejo, Sede Lima Norte; declaro el trabajo académico titulado “Estrategia de afrontamiento al estrés y la ansiedad en los estudiantes de VII ciclo de la Institución Educativa “Virgen Guadalupe” Mala – Cañete, 2018” presentada, para la obtención del grado académico de Maestra en Psicología Educativa, es de mi autoría.

Por tanto, declaro lo siguiente:

1. He mencionado todas las fuentes empleadas en el presente trabajo de investigación, identificando correctamente toda cita textual o de paráfrasis proveniente de otras fuentes, de acuerdo con lo establecido por las normas de elaboración de trabajos académicos.
2. No he utilizado ninguna otra fuente distinta de aquellas expresamente señaladas en este trabajo.
3. Este trabajo de investigación no ha sido previamente presentado completa ni parcialmente para la obtención de otro grado académico o título profesional.
4. Soy consciente de que mi trabajo puede ser revisado electrónicamente en búsqueda de plagios.
5. De encontrar uso de material intelectual ajeno sin el debido reconocimiento de su fuente o autor, me someto a las sanciones que determinen el procedimiento disciplinario.

Lima, agosto de 2018

Br. Iemimah de Jesús Hurtado Pérez

DNI: 44548819

## **Presentación**

Señor presidente

Señores miembros del jurado

Presento ante ustedes la Tesis titulada: Estrategia de afrontamiento al estrés y la ansiedad en los estudiantes de VII ciclo de la Institución Educativa “Virgen Guadalupe” Mala – Cañete, 2018, en cumplimiento del Reglamento de Grados y Títulos de la Universidad César Vallejo para optar el grado académico de Maestra en Psicología Educativa.

La información se ha estructurado en siete capítulos teniendo en cuenta el esquema de investigación sugerido por la universidad. En el primer capítulo se expone la introducción, la misma que contiene Realidad problemática, los trabajos previos, las teorías relacionadas al tema, la formulación del problema, la justificación del estudio, las hipótesis y los objetivos de investigación. Asimismo, en el segundo capítulo se presenta el marco metodológico, en donde se abordan aspectos como: el diseño de investigación, las variables y su operacionalización, población y muestra, las técnicas e instrumentos de recolección de datos, validez y confiabilidad, los métodos de análisis de datos y los aspectos éticos. Los capítulos III, IV, V, VI, y VII contienen respectivamente: los resultados, discusión, conclusiones, recomendaciones y referencias consultadas y finalmente en el capítulo VIII los apéndices correspondientes

Esperando cumplir con los requisitos de aprobación.

## Índice

	Pág.
Página del jurado	ii
<b>Dedicatoria</b>	iii
<b>Agradecimiento:</b>	iv
<b>Declaratoria de autoría</b>	v
<b>Presentación</b>	vi
Índice	vii
Resumen	xi
Abstract	xii
<b>I. Introducción</b>	<b>13</b>
1.1. Realidad problemática	14
1.2. Trabajos previos	18
1.3. Teorías relacionadas al tema	23
1.4. Formulación del problema	35
1.5. Justificación del estudio	36
1.6. Hipótesis	37
1.7. Objetivos	37
<b>II. Método</b>	<b>39</b>
2.1. Diseño de investigación	40
2.2. Variables, operacionalización	41
2.3. Población y muestra	44
2.4. Técnicas e instrumentos de recolección de datos, validez y confiabilidad	45
2.5. Métodos de análisis de datos	48
2.6. Aspectos éticos	49
<b>III. Resultados</b>	<b>50</b>
<b>IV. Discusión</b>	<b>61</b>
<b>V. Conclusiones</b>	<b>65</b>
<b>VI. Recomendaciones</b>	<b>67</b>
<b>VII. Referencias</b>	<b>69</b>
	75
<b>Anexos</b>	<b>75</b>
Anexo 1. Matriz de consistencia	

- Anexo 2. Matriz de operacionalización
- Anexo 3. Matriz de operacionalización
- Anexo 4. Instrumentos
- Anexo 5. Certificado de validez
- Anexo 6. Confiabilidad
- Anexo 7. Matriz de datos
- Anexo 8. Constancia de aplicación de instrumentos
- Anexo 9. Artículo Científico



## Índice de tablas

	Página
Tabla 1. Operacionalización de la estrategia de afrontamiento al estrés	43
Tabla 2. Operacionalización de la ansiedad	44
Tabla 3. Cantidad de los estudiantes de VII ciclo de la Institución Educativa “Virgen Guadalupe” Mala – Cañete, 2018	45
Tabla 4. Validación de juicio de expertos	46
Tabla 5. Niveles de confiabilidad	47
Tabla 6. Estadística de fiabilidad de afrontamiento al estrés	47
Tabla 7. Estadística de fiabilidad de la ansiedad	48
Tabla 8. Niveles de la variable afrontamiento al estrés.	51
Tabla 9. Niveles del afrontamiento enfocado	52
Tabla 10. Niveles del afrontamiento enfocado a la emoción	53
Tabla 11. Niveles del afrontamiento enfocado a la evitación	54
Tabla 12. Niveles de ansiedad	55
Tabla 13. Niveles de ansiedad de rasgo	56
Tabla 14. Niveles de ansiedad de estado	57
Tabla 15. Relación de la muestra no paramétricas, según Rho Spearman significativa entre la estrategia de afrontamiento al estrés y la ansiedad en los estudiantes de VII ciclo de la Institución Educativa “Virgen Guadalupe” Mala – Cañete, 2018.	58
Tabla 16. Relación de la muestra no paramétricas, según Rho Spearman entre la estrategia de afrontamiento al estrés y la ansiedad de rasgo en los estudiantes de VII ciclo de la Institución Educativa “Virgen Guadalupe” Mala – Cañete, 2018.	59
Tabla 17. Relación de la muestra no paramétricas, según Rho Spearman entre la estrategia de afrontamiento al estrés y la ansiedad de estado en los estudiantes de VII ciclo de la Institución Educativa “Virgen Guadalupe” Mala – Cañete, 2018.	60

## Índice de figuras

	Página
Figura 1. Niveles del afrontamiento al estrés.	51
Figura 2. Niveles del afrontamiento enfocado.	52
Figura 3. Niveles del afrontamiento enfocado a la emoción.	53
Figura 4. Niveles del afrontamiento enfocado a la evitación.	54
Figura 5. Niveles de la ansiedad.	55
Figura 6. Niveles de la ansiedad de rasgo.	56
Figura 7. Niveles de la ansiedad de estado.	57

## Resumen

En la presente investigación cuyo objetivo fue determinar la relación entre la estrategia de afrontamiento al estrés y la ansiedad en los estudiantes de VII ciclo de la Institución Educativa “Virgen Guadalupe” Mala – Cañete, 2018.

El tipo de investigación fue sustantiva del nivel descriptivo, de enfoque cuantitativo; de diseño no experimental, de corte transversal. La población fue censal constituida por 92 estudiantes. La técnica empleada para recolectar información fue una encuesta y los instrumentos de recolección de datos fueron de tipo cuestionario que fueron debidamente validados a través de juicios de expertos y determinando su confiabilidad mediante Alfa de Cronbach (0.983 y 956)

En la parte descriptiva se arribó que el 54,3% en los estudiantes de VII ciclo de la Institución Educativa “Virgen Guadalupe” Mala – Cañete, 2018, indican que el afrontamiento al estrés es moderado y el 48,9% en los estudiantes expresan que la ansiedad es alta. Asimismo concluyó que la prueba de Rho de Spearman, en donde el valor del coeficiente de correlación es ( $r = -0.609$ ) lo que indica una correlación negativa y moderada, además el valor de  $P = 0,000$  resulta menor al de  $P = 0,05$  y en consecuencia la relación es significativa al 95% y se rechaza la hipótesis nula ( $H_0$ ) asumiendo que existe relación negativa entre la estrategia de afrontamiento al estrés y la ansiedad en los estudiantes de VII ciclo de la Institución Educativa “Virgen Guadalupe” Mala – Cañete, 2018.

*Palabra claves:* Afrontamiento al estrés, ansiedad, rasgo y estado.

## Abstract

In the present study objective was to determine the relationship between the strategy of coping to stress and anxiety in students of VII cycle of the educational institution "Virgin Guadalupe" Mala - Cañete, 2018.

The type of investigation was substantive descriptive level, quantitative approach; non-experimental design, cross-cutting. The population census was made up of 92 students. The technique employed to collect information was a survey and data collection instruments were of type questionnaire, which were duly validated through expert opinions and determining its reliability using Cronbach's alpha (0,983 and) 956)

In the descriptive part is arrived that 54.3% in students of VII cycle of the educational institution "Virgin Guadalupe" Mala - Cañete, 2018, indicate that stress coping is moderate and el 48,9% in students express anxiety is tall. Also concluded that the test of Spearman Rho, where the value of the correlation coefficient is ( $r = -0.609$ ) indicating a correlation positive high, plus the value of  $P = 0.000$  is less than the  $P = 0.05$  and thus the relationship is significant at the 95% and are re chaza the null hypothesis ( $H_0$ ), assuming that there is significant relationship between the strategy of coping to stress and anxiety in students of VII cycle of the educational institution "Virgin Guadalupe" Mala - Cañete, 2018.

Word keys: coping to stress, anxiety, trait and State.

## **I. Introducción**

## 1.1. Realidad problemática

En Latinoamérica específicamente en Colombia se realizó una investigación con usuarios del servicio psicológico sobre la definición de bienestar psicológico. Una de las preguntas dirigidas a ellos fue ¿Qué dificulta su bienestar psicológico? un 54,79% respondieron en la dimensión personal, lo cual estaban referidas a la preocupación, incertidumbre, estrés, problemas en general, con énfasis en lo emocional. Referido a competencias psicológicas un 21,92%, menciona la falta de autoestima, incapacidad para realizar ciertas acciones para un beneficio futuro, la intolerancia, la falta de control para manejar eventos externos, la desmotivación y la falta de experiencia. La subcategoría de emociones un 16,44% de las respuestas, nombran la ansiedad, soledad, sufrimiento, tristeza, mal genio (Ballesteros, Medina & Caycedo, 2006). Esto muestra claramente que las personas tienen dificultades en cuanto a su bienestar psicológico impidiendo que llegen a sentirse plenos y realizados consigo mismos incluso ante los demás.

En Perú dentro del boletín de la unidad de investigación epistemológica hecha por el ministerio de salud (2014) mencionan que 4 de cada 10 peruanos padece de alguna enfermedad mental; 11 millones de peruanos tendría a lo largo de su vida un problema de salud mental; la prevalencia del trastorno de ansiedad es más frecuente en el adulto mayor, mientras la depresión junto al suicidio tiene mayor prevalencia en la juventud y la adultez. Por lo tanto al no considerar las cifras como una alerta del progresivo aumento de estos males psicológicos llega a ocasionar el desequilibrio mental en las personas notando que el afrontamiento ante los problemas en el ser humano en su gran mayoría no es de manera adecuada.

Existe evidencia que las personas más felices y satisfechas desarrollan una imagen positiva de sí mismas, son capaces de controlar su entorno; despliegan mayores recursos para relacionarse con los demás y sufren de menor malestar emocional (Casullo, 2000). Es en este contexto que consideramos relevante estudiar qué factores favorecen o se relacionan con el estar satisfecho con la vida, sobre todo en los jóvenes, quienes han iniciado una etapa de profundos cambios

relacionados a la búsqueda de su identidad, a la elaboración de un proyecto profesional para el futuro y al proceso de independencia de la familia para posteriormente convertirse en adultos (Florenzano, 1993).

Así mismo, la salud mental de los estudiantes cuando ingresan a la universidad puede verse afectada por múltiples factores, entre los cuales se encuentran las situaciones académicas generadoras de estrés. Éstas constituyen un factor que puede estar relacionado con la presencia de depresión en los estudiantes universitarios. Es por ello que resulta importante conocer la prevalencia de esta entidad y la posible relación que pueda tener con los estresores académicos en los estudiantes.

En el Perú, los resultados recogidos por el último censo realizado por el Instituto Nacional de Estadística e Informática (INEI, 2007) señalan que la población total de adolescentes entre 13 y 18 años de edad es de 3 380 998 personas, lo que representa más del 10% de la población total.

En esta etapa de transformación y desarrollo continuo los adolescentes despliegan una gama de recursos personales tanto a nivel cognitivo, como emocional y conductual para poder afrontar los cambios y tareas propias de la adolescencia. Estos recursos están influenciados por diversos aspectos como el entorno familiar, la socialización o el temperamento, y tienen el propósito de establecer equilibrio y estabilidad producto del despliegue funcional y efectivo de los mismos. Si esto no se logra pueden producirse conflictos en cada sujeto. (Cassaretto, Chau, Oblitas y Valdez, 2003)

En la actualidad muchos de los adolescentes crecen en un entorno menos estable que aquellos de hace una o dos décadas atrás, el incremento en los índices de divorcios, de embarazos y la mayor movilidad geográfica de las familias son algunos de los aspectos que generan esta falta de estabilidad en la vida de los adolescentes, por lo que una característica importante es que no forman parte de

un grupo homogéneo y que son bastantes aquellos que no consiguen avanzar con éxito a la madurez adulta (García, 2013, p. 43).

Estudios demuestran que una alta exposición a estresores sociales durante esta etapa es considerada como un factor que contribuye al desarrollo de depresión u otros problemas psicológicos.

En el estudio epidemiológico realizado por el INSM HD–HN (2002) se identificó, en relación a los adolescentes de Lima y Callao, que más del 50% de la población había sufrido algún tipo de abuso en algún momento de su vida, siendo el abuso psicológico el más frecuente (41.7%), seguido por el abuso físico (27.3%). A su vez, se reporta que los adolescentes muestran, con respecto los adultos, un incremento de insatisfacción sobre su aspecto físico y su inteligencia (16.1% y 10.9% se encuentran muy poco o nada satisfechos con ellos mismos respectivamente), mientras que la gran proporción se sitúa bajo la categoría de “regular” (entre el 43 y el 53%) en la mayoría de las áreas de satisfacción.

Se consideró al ámbito académico como un conjunto de situaciones estresantes por las cuales las personas experimentan falta de control sobre la situación y así generan respuestas de estrés y fracaso académico, las cuales pueden afectar tanto a profesores como a estudiantes. (Domínguez, 2014, p. 21).

Por consiguiente, los múltiples factores de riesgo y demandas sociales a los que están expuestos los adolescentes tienen un impacto sobre el nivel de tensión y preocupación que pueden generar estas experiencias, lo cual hace posible caracterizar esta etapa de la vida como un periodo de vulnerabilidad que puede llegar a tener un impacto perjudicial sobre la salud mental del adolescente. (Casullo, 2002, p. 12)

Según Casullo (2002) afirmaron que incluso, hay evidencia de que sería la acumulación de eventos estresantes a lo largo de la vida el factor que, en general, predice dificultades en la adaptación de niños y adolescentes a su entorno social.



Pero las experiencias estresantes no sólo provienen eventos traumáticos o aspectos crónicos, sino que también surgen de las situaciones estresantes que ocurren diariamente en la vida de los adolescentes. Intentos por hacer las relaciones con los pares más igualitarias o para iniciar una extensión de su red social donde se incluyan amigos o relaciones de pareja suponen cambios significativos para un adolescente y están frecuentemente acompañados por emociones estresantes (Casullo, 202, p. 34).

A su vez, es sabido que entre un 46% y 82% de las situaciones estresantes que atraviesan los adolescentes diariamente pertenecen al campo de las relaciones interpersonales, siendo las más prominentes los conflictos con los pares y los padres, la necesidad de pertenencia, la iniciación y mantenimiento de relaciones amorosas, el nivel de satisfacción con los cambios propios de la etapa y preocupaciones en relación a su futuro académico y ocupacional, siendo estas situaciones similares en diferentes culturas (Morris y Maisto, 2009, p. 56).

Los estudiantes de VII ciclo de la Institución Educativa “Virgen Guadalupe” Mala – Cañete, 2018, muestran conductas significativas referente al afrontamiento al estrés pues presentan problemas en su rendimiento académico, inestabilidad familiar, falta de un adecuado seguimiento académico personal, esto genera en ellos ansiedad en el momento de afrontar un problema académico específicamente en los exámenes, en la resolución de tareas, al momento de salir a la pizarra en las exposiciones y falta de seguridad en sí mismo. Por lo tanto suelen ejecutar acciones adicionales para deshacerse del problema llegando a poder autolesionarse, falta de concentración en los estudios pues priorizan sus problemas personales, también presentan dificultad para poder seguir indicaciones es por eso suele tener constantes llamadas de atención en su conducta; en sus relaciones interpersonales suelen hablar con sus amigos sus sentimiento y de esa manera buscan un apoyo emocional con sus amigos y familiares es por ello que buscan la simpatía y la comprensión de alguien más, logran aprender a través de la experiencia, es por ello que se dedican a enfrentar el problema y dejan de lado a veces otras actividades como los estudios.

Por razón es importante realizar la investigación referente a las variables mencionadas para poder obtener un resultado y poder tener un plan de contingencia ante estas dificultades en el centro educativo particular Virgen de Guadalupe.

## 1.2. Trabajos previos

### Trabajos previos internacionales

Cosios (2014) en su tesis: *Depresión y ansiedad en adolescentes del colegio Calasanz de Loja*, para optar grado de magíster, por la Universidad Nacional de Loja. El objetivo fue determinar la relación entre la depresión y la ansiedad en los adolescentes, el diseño fue no experimental de corte transversal, de tipo básica, 386 estudiantes, para lo cual se empleó la herramienta 23 del Ministerio de Salud Pública del Ecuador. Se arribó que 386 adolescentes encuestados; 171 fueron mujeres que corresponden al 44% y 215 hombres que corresponde al 56%. Asimismo se encontró una correlación positiva moderada entre depresión y la ansiedad.

Figuroa, Cotini, Lacunza, Levín y Estévez (2013) realizaron una investigación: *Estrategias de afrontamiento y su relación con el bienestar psicológico en adolescentes de nivel socioeconómico bajo de 13 a 18 años de edad, de San Miguel de Tucumán (Argentina)*. Plantearon como objetivo determinar la relación entre ambas variables. Trabajaron con una muestra de 150 adolescentes escolarizados, entre hombres y mujeres. Estos investigadores aplicaron como instrumentos la Escala de Afrontamiento para Adolescentes (ACS) versión castellana editada por TEA y la Escala de Bienestar Psicológico para Adolescentes adaptación Casullo (BIEPS-J), ambos gozan de confiabilidad, validez y baremos. Los resultados demostraron que existen diferencias significativas en el empleo de estrategias de afrontamiento en adolescentes con alto y bajo nivel de bienestar psicológico, así como también en el uso de las estrategias de afrontamiento según el sexo. Las predominantes en el sexo masculino son: distracción física e ignorar el problema, mientras que en el sexo femenino las más resaltantes son: hacerse

ilusiones, buscar apoyo social, buscar apoyo espiritual, autoinculparse, falta de afrontamiento, reducción de la tensión.

Alcoser (2012) en su tesis titulada: *Estrategias de Afrontamiento en adolescentes de 12 a 15 años con embarazos no planificados, usuarias del Centro de Atención Integral del Adolescente del Área 17 del Cantón Durán*, para optar grado de magíster por la Universidad de Guayaquil facultad de ciencias psicológicas, Guayaquil – Ecuador. El objetivo fue caracterizar las estrategias de afrontamiento utilizadas por las adolescentes de 12 a 15 años con embarazos no planificados, usuarias del Centro de Atención Integral del adolescente Área 17 del Cantón Durán. El presente trabajo es un estudio descriptivo, aplicado a una muestra de 10 adolescentes usuarias del Centro de Atención Integral del Adolescente del Cantón Durán. Para la realización del objetivo propuesto se escogió el método cuantitativo mediante la aplicación del instrumento (Escala de afrontamiento para adolescentes, Frydenberg y Lewis, Edición española, 2000) el cual evaluó las estrategias de afrontamiento utilizadas por las adolescentes con embarazos no planificados. Así también se utilizaron las técnicas cualitativas como el completamiento de frases y la entrevista con las que se pudo identificar y describir las estrategias de afrontamiento utilizadas por estas adolescentes. Los resultados se apoyan en hallazgos de investigaciones previas sobre la asociación positiva que existe entre un estilo de afrontamiento inadecuado y un mayor deterioro en la salud, así como aporta nuevas evidencias sobre la importancia del uso de estrategias de afrontamiento adecuadas para el logro de un bienestar integral.

Cánchig (2012) en su investigación titulada: *Influencia de las estrategias de afrontamiento en el nivel de ansiedad que presentan las mujeres expuestas a la violencia psicológica*, para optar grado de magister, por la Universidad Central del Ecuador – Quito. El propósito fue determinar qué influencia tienen las estrategias de afrontamiento en el manejo del nivel de ansiedad que presentan las mujeres expuestas a la violencia psicológica, en parte metodológica se evauó, dineño cuantitativo (no experimental), nivel correlacional puesto que investiga la relación del estado de ansiedad y los mecanismos de afrontamiento en mujeres que solicitan el Servicio de Psicología en el Subcentro de Salud. Se arribó que el 50% de la

muestra presentan un nivel de ansiedad de mínima a moderada. Concluyó que las estrategias de afrontamiento influyen de manera significativa en el intento de las mujeres de solucionar sus problemas, cuando esto no ocurre, al menos atenuar las emociones negativas presentes, ante tanto problema no resuelto, con el objeto de reducir sus niveles de ansiedad frente a su incapacidad de enfrentarlos.

Ángel (2016) en su tesis titulada: *Evaluación de la ansiedad en niños y adolescentes: análisis de las propiedades psicométricas del SCARED y del CASI-N en población infanto-juvenil madrileña*, para optar grado de magister en Psicología Educativa, por la Universidad Complutense de Madrid. El objetivo fue analizar las propiedades psicométricas de dos autoinformes que evalúan la sintomatología ansiosa en la infancia y la adolescencia. El diseño de la investigación fue no experimental, de diseño transversal descriptivo y analítico, que evalúa las propiedades psicométricas de dos instrumentos. La población estuvo conformada por un total de 1004 alumnos con edades comprendidas entre 8 y 12 años en el momento de la evaluación. En cuanto a la correlación de las puntuaciones del SCARED con el CDI, se obtiene un  $r = 0,58$  para la puntuación total, y un  $r = 0,51$  y  $r = 0,54$  para las subescalas de Disforia y Autoestima, correspondientemente.

### **Trabajos previos nacionales**

Gonzales y Quiroga (2016) en su tesis titulada: *Personalidad y estrategias de afrontamiento en estudiantes de una institución educativa estatal – Monsefú*, para optar el optar grado de magíster en psicología por la Universidad Señor de Sipán. La presente investigación tuvo como objetivo determinar la relación entre Personalidad y Estrategias de afrontamiento en estudiantes de una Institución Educativa Estatal – Monsefú, se utilizó el diseño transversal. La muestra fue de 245 alumnos de 4° y 5° grado del nivel secundario, de ambos sexos. Los instrumentos utilizados fueron el Cuestionario de Personalidad “Big Five” (BFQ) y la Escala de Afrontamiento para Adolescentes (ACS). En los resultados de la investigación se encontró que la dimensión predominante en las mujeres es Tesón, mientras que en los varones es la dimensión Estabilidad Emocional; en cuanto a las Estrategias de

Afrontamiento, ambos sexos coinciden con las estrategias de Buscar diversiones relajantes y Tener éxito. Existe relación positiva entre la dimensión Energía y la estrategia de afrontamiento.

Sauna (2016) en su tesis: *Ansiedad, estrategias de afrontamiento y Agresividad en Adolescentes de alto Trujillo – Perú*. El objetivo fue determinar la relación de ambas variables, el tipo de investigación fue básica con un diseño no experimental de corte transversal. El enfoque fue cuantitativo, descriptivo, correlacional; tuvo como finalidad estudiar la ansiedad, estrategias de afrontamiento y agresividad para determinar la relación que existe entre las variables, en los adolescentes de Alto Trujillo – Trujillo, 2016; con un población de 337 adolescentes y una muestra de 206 adolescentes que oscilan entre los 13 y 18 años de edad. Se concluye que más de la mitad de adolescentes (56.8%), evidencian una ansiedad mínima o moderada, así mismo que predomina en ellos la estrategia de la Falta de Afrontamiento (9.2%), y por último en los niveles de agresividad predomina un nivel medio que oscilan entre 43.7% a 74.8%, en las dimensiones irritabilidad, agresión verbal, agresión indirecta, resentimiento y sospecha.

Alvarado (2015) en su tesis: *Estrategias de afrontamiento y ansiedad en adolescentes en una institución educativa estatal*, realizada en Trujillo, Perú, el objetivo fue determinar la relación entre las estrategias de afrontamiento y ansiedad en adolescentes en una institución educativa estatal entre adolescentes de 14 y 16 años, mediante las pruebas psicológicas, “Escala de Afrontamiento para Adolescentes de Frydenberg y Lewis” y el “Inventario de Ansiedad Estado-Rasgo de Spielberger”. El propósito fue determinar la relación entre estrategias de afrontamiento y ansiedad en adolescentes en una institución educativa estatal, el tipo fue sustantiva, con un diseño no experimental de corte transversal. Se halló un nivel bajo de ansiedad estado- rasgo así como un uso frecuente de la estrategia de concentrarse en resolver el problema y preocuparse, así también se encontró correlación directa entre ansiedad estado - rasgo y reducción de la tensión, así como ansiedad estado y autoinculparse , también una correlación directa débil entre ansiedad estado y las estrategias de falta de afrontamiento, ignorar el problema y

reservarlo para sí, ansiedad rasgo y falta de afrontamiento, ignorar el problema, autoinculparse y reservarlo para sí y una correlación inversa y débil , entre ansiedad estado y las estrategias de concentrarse en resolver el problema, fijarse en lo positivo y buscar apoyo espiritual , asimismo entre las escalas de ansiedad rasgo y distracción física. Concluyendo que existe relación entre algunas escalas de estrategias de afrontamiento con los tipos de ansiedad estado y rasgo.

Cruz (2013) realizó una investigación: *Dimensiones de personalidad y Estrategias de afrontamiento en adolescentes*, planteó como objetivo describir ambas variables, el tipo de investigación fue básica con un nivel descriptivo y el diseño fue no experimental. Trabajó con una muestra de 54 alumnos de ambos sexos, cuyas edades fluctúan entre 17 y 18 años de edad. Los instrumentos utilizados fueron el Cuestionario “Big Five” (BFQ) y la Escala de Afrontamiento para Adolescentes (ACS). Los resultados revelaron que existe una relación parcial entre las dimensiones de personalidad y las estrategias de afrontamiento en adolescentes; existe relación negativa altamente significativa entre la dimensión energía y la estrategia falta de afrontamiento, relación negativa significativa entre la dimensión afabilidad y la estrategia falta de afrontamiento, relación negativa significativa entre la dimensión tesón y la estrategia falta de afrontamiento como también una relación positiva significativa con la estrategia buscar apoyo espiritual, asimismo existe relación negativa altamente significativa entre la dimensión estabilidad emocional y la estrategia falta de afrontamiento, relación negativa significativa con la estrategia autoinculparse, también existe una relación positiva significativa con la estrategia distracción física, finalmente no existe relación entre la dimensión apertura mental y las estrategias de afrontamiento.

Alegre (2013) en su tesis: *Ansiedad ante los exámenes y estrategias de aprendizaje en estudiantes de secundaria de Lima Metropolitana*. El objetivo del trabajo es la relación entre la ansiedad ante exámenes y las estrategias de aprendizaje en estudiantes de cuarto y quinto grados de educación secundaria de colegios estatales de Lima Metropolitana. La muestra se obtuvo por un procedimiento intencional, evaluándose a 469 estudiantes, siendo el 45.6% de sexo masculino y el 54.4% femenino, pertenecientes a cuatro colegios estatales de Lima

Metropolitana. Se evaluó a los estudiantes con el Cuestionario de Ansiedad y Rendimiento – CAR y la Escala de Estrategias de Aprendizaje – ACRA. Se encontró que la ansiedad ante exámenes (puntuaciones en sus tres dimensiones: preocupación, emocionalidad y facilitación) y las estrategias de aprendizaje (puntuaciones en sus cuatro dimensiones: adquisición, codificación, recuperación y apoyo al procesamiento de la información) presentaron correlaciones bajas y en algunos casos negativas; siendo todas estas significativas.

### **1.3. Teorías relacionadas al tema**

#### **1.3.1. Estrategias de afrontamiento al estrés**

Carver, Scheier y Weintraub (1989) definieron “el afrontamiento es la respuesta a una situación estresante y depende de las experiencias anteriores, la auto apreciación de las propias capacidades y las motivaciones que influyen en este proceso activo de adaptación” (p. 34).

Es decir, es el afrontamiento del estrés hace referencia a los esfuerzos conductuales y cognitivos que lleva a cabo el individuo para hacer frente al estrés; es decir, para tratar tanto con las demandas externas o internas generadoras del estrés, como con el Correspondencia.

Arjona (2001) definió “al afrontamiento como el comportamiento amplio de las personas ante la diversidad de situaciones y experiencias a las que han de enfrentarse cotidianamente, independientemente de la importancia o significación que pudieran tener objetiva o subjetivamente” (p. 43).

Se entiende que son predisposiciones o rasgos de la personalidad donde se da importancia a la influencia del contexto situacional y no cambian con el paso del tiempo, mientras que las estrategias de afrontamiento, son pensamientos y conductas que se llevan a cabo para reaccionar ante situaciones estresantes particulares y que se pueden modificar con el tiempo.

Casullo y Fernández (2001), citado por Figueroa, et al. (2005) entienden a la capacidad de afrontamiento como “un conjunto de respuestas (pensamientos, sentimientos, acciones) que un sujeto utiliza para resolver situaciones problemáticas y reducir las tensiones que ellas generan” (p. 67).

Son aquellos esfuerzos tanto cognitivos como conductuales que las personas llevan a cabo, haciendo primero una evaluación de la situación para reconocer si es amenazante o no, y luego decidiendo cuál es la estrategia más eficaz para resolver el problema o a la emoción.

Frydenberg (2003) definió al afrontamiento adolescente como “un conjunto de acciones cognitivas y afectivas que surgen en respuesta a una preocupación en particular” (p. 195).

Se detalla al afrontamiento como una competencia psicosocial, que incluye una serie de estrategias conductuales y cognitivas utilizadas para enfrentar las demandas de la vida.

Lazarus y Folkman (1986), citado por Canessa (2002, p.193) definen “al afrontamiento como aquellos esfuerzos cognitivos y conductuales empleados para manejar las demandas internas o externas del individuo para dar solución al problema” considerando al afrontamiento como un proceso cognitivo-conductual, asumiendo los siguientes principios: El afrontamiento depende del contexto y, por lo tanto, puede cambiar durante una situación determinada. Los pensamientos y acciones del afrontamiento se definen por el esfuerzo y no por el éxito.



## **Dimensiones de las estrategias de afrontamiento al estrés**

### **Dimensión 1: Afrontamiento enfocado al problema**

Carver, Scheier y Weintraub (1989) precisaron:

Estilos de afrontamiento enfocados en el problema. Comprenden al afrontamiento activo, es decir, actuar con el fin de solucionar el problema; la planificación cómo elaborar una estrategia; la supresión de actividades competentes, es decir, dejar de hacer otras actividades con el fin de concentrarse en el problema; la postergación del afrontamiento - cómo esperar el momento adecuado para actuar y la búsqueda de apoyo social por motivos instrumentales, es decir, buscar el consejo de los demás, alguna opinión o información relevante, etc. (p. 45)

El afrontamiento centrado en el problema persigue un fin: que la persona que tiene estrés desarrolla un plan de acción para solucionarlo.

Afrontamiento activo, se define como aquel proceso por el cual la persona ejecuta acciones directas, aumentando los esfuerzos necesarios destinados a evitar, apartar o disminuir los efectos negativos.

Planificación, implica el planeamiento mental que realiza el individuo, pensando en la manera de manejarse mediante la organización de estrategias de acción, los pasos a seguir y el establecimiento de la mejor forma de manejar el problema o estresor.

Búsqueda de apoyo social por razones instrumentales, es decir, buscar en los demás recursos materiales, tales como consejo, asistencia e información, con la finalidad de dar solución al problema. (García, 2013, p. 34)

## Dimensión 2: Afrontamiento enfocado a la emoción

Carver, Scheier y Weintraub (1989) manifestaron:

Estilos de afrontamiento enfocados en la emoción. Comprenden la búsqueda de apoyo social por motivos emocionales, es decir, buscar apoyo moral; reinterpretación positiva y crecimiento, es decir, ver el lado positivo o bueno del problema; aceptación, como aceptar y asumir el problema; acudir a la religión; y negación, es decir, negar que exista el problema.(p. 47)

El afrontamiento centrado en las emociones, regula conscientemente las emociones es una de sus grandes características. Ejemplo buscar el lado positivo de la situación.

Búsqueda de apoyo social por razones emocionales, implica buscar, ya sea la comprensión de los demás, apoyo moral y empatía con el objetivo de mitigar la reacción emocional negativa.

Reinterpretación positiva y crecimiento, indica que en diversas ocasiones la persona evalúa el problema atribuyendo una relación positiva a la experiencia en sí misma o bien tomándola como un aprendizaje para el futuro.

La aceptación, comprende dos aspectos durante el proceso de afrontamiento. El primero se realiza en la fase de evaluación primaria, cuando la persona admite la existencia de la situación estresante; el segundo aspecto se da durante la evaluación secundaria en donde, debido a que no se puede modificar tal estresor, se acepta convivir con él.

Acudir a la religión, se refiere a la tendencia a volcarse en la religión con la intención de mitigar la tensión existente en la situación problemática.

La negación, consiste en resistirse a creer que el estresor existe o tratar de pensar y actuar como si éste no fuera real. Humor, consiste en considerar la situación restándole importancia o aliviando su efecto crítico mediante el uso de bromas.

### **Dimensión 3: Afrontamiento enfocado a la evitación**

En cuanto a los otros estilos o estilos evitativos (también conocidos como afrontamiento enfocado en la percepción) se observó: enfocar y liberar emociones, es decir, liberar las emociones de manera abierta; desentendimiento conductual como dejar de actuar a fin de solucionar el problema-; y desentendimiento mental, es decir, tratar de distraerse para no pensar en el problema (Flores, 1999). Por otro lado, Carver y Scheier en 1994 (Rojas, 1997) identificaron dos nuevas categorías de afrontamiento, estas son: uso de alcohol y drogas, y recurrir al humor.

El estilo de afrontamiento evitativo: se presenta cuando la persona se desentiende del manejo del estresor mental y conductualmente, ya que este interfiere en el logro de su objetivo, se muestra una conducta caracterizada por un insuficiente esfuerzo para controlar el conflicto y en el aspecto mental, la persona tiende a dispersar sus pensamientos, realizando una serie de actividades que no conllevan al manejo de la dificultad. La persona tenderá a desentenderse del estresor mediante los siguientes estilos de afronte específicos:

Enfocar y liberar emociones, consiste en centrarse en las consecuencias emocionales desagradables experimentadas, expresándolas abiertamente.

Desentendimiento conductual, implica aminorar los esfuerzos dirigidos hacia el estresor, abandonando las metas que son obstruidas por la situación crítica.

Autodistracción, consiste en permitir una amplia variedad de actividades que distraigan a la persona de la evaluación de las dimensiones conductuales del problema o de la meta obstruida por el estresor.

Uso de sustancias, implica el consumo de alcohol u otras drogas con la finalidad de evadir la situación estresante.

Autoculpa, esta escala nueva se refiere a la autoimputación, sentimiento de responsabilidad o por un castigo a consecuencia de alguna acción u omisión realizada.

## **Teorías de las estrategias de afrontamiento al estrés**

Enfoque del estrés basado en la respuesta: Selye es considerado por muchos como el padre del concepto moderno de estrés y marcó un hito en el desarrollo de esta noción. A partir de su primer contacto con pacientes en 1936, descubrió una constante en el aspecto biológico en la forma en que las personas reaccionaban ante situaciones difíciles, independientemente del tipo de enfermedad que se tratara y fue desarrollando una definición de estrés basada en la respuesta (Taylor, 2003).

Enfoque del Estrés basado en el Estímulo: El enfoque basado en el estímulo considera que un evento en sí mismo es capaz de generar estrés y sus reacciones por eso, este enfoque también llamado teoría de especificidad estimular define al estrés como una fuerza externa o como situaciones a la que son expuestos los individuos que, al sobrepasar ciertos límites de tolerancia les hace experimentar estrés. (Arévalo, 2007)

Enfoque del Estrés basado en la Interacción: Refiere que el estrés un proceso dinámico donde el organismo interactúa con el estímulo, lo cual supone una adaptación a las demandas que se dan y ofrece la ventaja de obtener una definición integral y amplia. Esta teoría sustenta que el estrés se origina a través de las relaciones particulares entre la persona y su entorno por lo cual se acentúan los factores psicológicos que median entre los estímulos y las respuestas Este modelo ha servido de base teórica para una gran cantidad de estudios en el rubro en las últimas décadas. Este autor plantea un modelo holístico que enfatiza en las diferencias individuales en los componentes cognitivos, motivacionales y relacionales de la evaluación. (Arévalo, 2007).

## **Procesos de las estrategias de afrontamiento al estrés**

Aunque determinados modelos pueden ser más frecuentes que otros por las formas de respuesta culturalmente compartidas, Lázarus duda de la existencia de un modelo dominante de etapas de afrontamiento. Este concepto está orientado a ver al afrontamiento como un proceso, el cual se identifica por hacer referencia a las observaciones y valoraciones relacionadas con lo que el individuo realmente piensa o hace, luego es analizado dentro de un contexto específico, logrando un cambio en los pensamientos y actos a medida que la interacción va desarrollándose.

Lazarus y Folkman (1984) definen tres etapas del afrontamiento:

Durante la anticipación, el acontecimiento no ha ocurrido todavía y las personas evalúan las posibilidades de poder manejar la amenaza, hasta qué punto pueden hacerlo y de qué forma. Durante el período de impacto el individuo empieza a comprobar si lo que está sucediendo es igual o peor de lo que anticipa. (p. 48)

Si encuentra diferencias inesperadas puede hacer una reevaluación de su importancia. En este momento, el individuo descubre la realidad de lo que está ocurriendo y lo que puede hacer al respecto, según eso, su afrontamiento se verá afectado. Finalmente, en la etapa de postconfrontación, el sujeto se pregunta cómo puede reaccionar durante el daño, cuál es la importancia que ese hecho tiene para él y qué nuevas amenazas o demandas le traerá.

## **Funciones de las estrategias de afrontamiento al estrés**

La función principal del afrontamiento es la resolución de un problema, es decir, reducir la tensión y devolver el equilibrio. Las funciones no se definen en términos de los resultados.

Rivera (2014) cita tres funciones principales del afrontamiento: “afrontar las demandas sociales y del entorno, crear el grado de motivación necesario para

hacer frente a tales demandas y mantener un estado de equilibrio psicológico para poder dirigir la energía y los recursos a las demandas externas” (p. 76).

Las estrategias o estilos de afrontamiento al estrés según Lázarus y Folkman (1986) son de dos tipos básicos:

Las dirigidas a regular las emociones y las dirigidas al problema. Dirigido a regular la respuesta emocional Es un estilo de afrontamiento que se encarga de disminuir el grado de trastorno emocional que genera una “situación estresante”. Se lleva a cabo, debido a que el individuo percibe como nula la modificación de los estresores. Tiene como principal propósito conservar la esperanza y el optimismo, negar tanto la situación como lo que ésta pueda suponer para no tener que aceptar lo peor, o actuar como si no importaran las consecuencias. Las estrategias que utilizan son la evitación, la minimización, el distanciamiento, la atención selectiva, las comparaciones positivas y la extracción de valores positivos a los acontecimientos negativos. Existen estrategias para reevaluar la situación a modo de cambiar el significado de la situación. (p. 97)

Por afrontamiento dirigido a manipular o alterar el problema Se entiende por aquellas estrategias que intentan modificar el estresor. Estas estrategias se utilizan para analizar y definir la situación, buscar posibles alternativas para su solución considerando las ventajas y desventajas. Asimismo, existen dos grupos de estas estrategias: en el primer grupo se encuentran las estrategias dirigidas a modificar las presiones ambientales, los obstáculos, los recursos, los procedimientos, etc. Y en el segundo grupo se incluyen las estrategias encargadas de los cambios motivacionales o cognitivos, como la variación del nivel de aspiraciones, la reducción de la participación del yo, la búsqueda de canales distintos de gratificación, el desarrollo de nuevas pautas de conducta o el aprendizaje de recursos y procedimientos nuevos.

### 1.3.2. La ansiedad

Spielberger (1980) definió: “es una respuesta emocional de los sujetos ejecutada o provocada por agentes de nuestro entorno y la percibe como amenazante, resultando en el sujeto cambios en el aspecto fisiológico y comportamental” (p. 26)

El estudio de la ansiedad como reacción emocional, respuesta, experiencia interna, rasgo de personalidad, estado, síntoma, viene a agravar, por una parte, la ambigüedad del constructo ansiedad y, por otra, los problemas metodológicos para abordar la ansiedad de forma operativa.

Tobal (1985) citado por Casado (1994) afirmó que: “es un conjunto de respuestas (fisiológicas, cognitivas y conductuales) originadas por el sistema nervioso autónomo siendo aspectos no agradables para las personas; considerando que pueden ser estimuladas por situaciones externas e internas” (p.10).

La ansiedad como un estado emocional desagradable, cuyos orígenes no son fáciles de identificar. Acompañado frecuentemente de síntomas fisiológicos que pueden conducir a la fatiga o al agotamiento. La intensidad de la ansiedad tiene varias gradaciones, partiendo de escrúpulos menores hacia temblores perceptibles y aun pánico completo, la forma más extrema de ansiedad

Papalia (citado por Díaz, 2014) definió la ansiedad:

Como una situación de temor, inseguridad surgidas por agentes amenazantes que pueden ser reales o imaginarios. Reaccionando las personas cada una en diferentes niveles de ansiedad, dependiendo de la predisposición de padecer ansiedad y también al tipo de amenaza al que se está enfrentando. La ansiedad se define como normal o neurótica, según la reacción del individuo sea o no propia a la situación que la causó. (p.12)

Es decir, presentamos síntomas de ansiedad cuando ya no podemos manejar ni controlarnos a nosotros mismos y los eventos de nuestras vidas en términos de las propias experiencias pasadas. Esta discrepancia puede conducir al cambio de constructo. El potencial para la ansiedad es innato, aunque los acontecimientos particulares que pueden volverse amenazadores son aprendidos. El temor es la expresión de la ansiedad en una forma objetivada específica

## **Dimensiones de la ansiedad**

### **Dimensión 1: Ansiedad estado**

Spielberger, Gorsuch y Lushene (citados por Valentín, 2014) señalaron que: “ansiedad estado, es un estado propio del individuo acompañado de sentimientos subjetivos, conscientes percibidos de tensión y aprensión, pudiendo variar en el tiempo y en intensidad. Esta es transitoria” (p.66).

Cattell y Kline (citados por Pardo, 2010) refirieron: “la ansiedad estado es entendida como una condición emocional transitoria” (p. 17).

Martínez, García e Inglés (2013) la definieron: “estados transitorios de ansiedad experimentados en un momento puntual con una determinada intensidad y ante una situación específica” (p. 48)

### **Dimensión 2: Ansiedad rasgo**

Spielberger, Gorsuch y Lushene (citado por Valentín, 2014), refirieron: “existe una relativamente estable propensión ansiosa en el sujeto, quiere decir que este estado está relacionado con nuestra personalidad, el sujeto interpreta las situaciones mucho más amenazantes, elevando su ansiedad estado” (p.66).

Cattell y Kline (citados por Pardo, 2010) definieron: “la ansiedad rasgo es



una característica de personalidad estable asociada a una manifestación potencial de la ansiedad estado.” (p. 17).

Martínez, García e Inglés (2013) la describieron como: “predisposición relativamente estable a percibir las situaciones como amenazantes y a experimentar ansiedad de forma más duradera y constante a lo largo del tiempo” (p. 48).

### **Primeras teorías de ansiedad rasgo - estado desde el enfoque de la personalidad.**

Taylor (citado por Navlet, 2012) refirió que: “el concepto de ansiedad en la década de los cincuenta se acepta de forma generalizada, recibiendo un gran empuje con la publicación de la escala para medir ansiedad como rasgo” (p.20).

Cattell y Sheier (citado por Navlet, 2012) “abordaron el estudio de la ansiedad desde un nuevo enfoque, la ansiedad como característica de la personalidad del individuo. Este planteamiento dio lugar a las primeras teorías rasgo-estado” (p.20).

A partir de la década de los sesenta, estos dos elementos rasgo y estado, se van a diferenciar en el concepto de ansiedad. Guilford (citado por Navlet, 2012) definió el rasgo como: “toda peculiaridad abstracta y relativamente constante de la personalidad gracias a la cual una persona se diferencia de otra” (p.20).

Otros autores, hablan de disposiciones relativamente amplias y temporalmente estables hacia determinados modos de conducta, refiriéndose a estructuras psíquicas que determinan una forma de conducta, es decir de una característica de la personalidad que induce a reaccionar o actuar de una forma ansiosa.

## Teorías sobre la ansiedad rasgo y estado

Según Spielberger, citado por Navlet (2012) afirmó que:

Uno de los principales representantes de las teorías rasgo-estado de mayor difusión y repercusión en la literatura psicológica y en el avance y desarrollo de teorías que expliquen el origen, evolución y mantenimiento de la respuesta de ansiedad es Spielberger, quién partiendo de una postura cercana a las teorías de rasgo, se ha ido acercando progresivamente hacia posiciones más interactivas (p.22).

Cattell (1957) fue el primero en medir e identificar el constructo ansiedad, entendiéndolo de dos formas diferentes: (1) como la repercusión afectiva de la incertidumbre respecto al refuerzo y (2) como algo específicamente asociado al motivo de miedo resultante de la privación de cualquier motivo.

Según lo explicado Spielberger, al igual que Cattell, hacen una distinción de forma conceptual y operacional entre ansiedad como estado transitorio y como rasgo de personalidad relativamente estable.

Como señala Tobal (citado por Navlet, 2012): “existe una estrecha relación entre rasgo y estado, de modo que un individuo con un alto rasgo de ansiedad tenderá a reaccionar más frecuentemente de forma ansiosa o con estados de ansiedad, siendo éstos generalmente más intensos y duraderos” (p.23).

Como señala Spielberger (1989) citado por Navlet,(2012), las diferencias entre rasgo y estado consistieron, por una parte, en la potenciación ligada al rasgo, frente a la actualización unida al estado. Así, la ansiedad-estado será la combinación de sentimientos de tensión, aprensión, nerviosismo, pensamientos molestos y preocupaciones asociados todo ello a una elevada activación del organismo. La ansiedad-rasgo sería una disposición de la personalidad,

tendencia o rasgo a percibir ciertas situaciones como amenazantes y responder a ellas con niveles elevados de ansiedad estado. Sugirió una analogía para diferenciarlas bien, la ansiedad estado sería a la ansiedad rasgo lo que la energía cinética a la energía potencial. (p.24)

#### **1.4. Formulación del problema**

##### **Problema general**

¿Cuál es la relación entre la estrategia de afrontamiento al estrés y la ansiedad en los estudiantes de VII ciclo de la Institución Educativa “Virgen Guadalupe” Mala – Cañete, 2018?

##### **Problemas específicos**

###### Problema específico 1

¿Cuál es la relación entre la estrategia de afrontamiento al estrés y la ansiedad de rasgo en los estudiantes de VII ciclo de la Institución Educativa “Virgen Guadalupe” Mala – Cañete, 2018?

###### Problema específico 2

¿Cuál es la relación entre la estrategia de afrontamiento al estrés y la ansiedad de estado en los estudiantes de VII ciclo de la Institución Educativa “Virgen Guadalupe” Mala – Cañete, 2018?

## **1.5. Justificación del estudio**

### **Justificación teórica**

Esta investigación pretende contribuir como aporte teórico para futuras investigaciones al dar a conocer la relación entre la estrategia de afrontamiento al estrés y la ansiedad en el distrito de Mala - Cañete, permitiendo así tener una idea clara de la realidad en dicho lugar. Asimismo, la teoría de Hembree (1990) afirmó que: Dentro del ámbito de la educación la ansiedad es un estado de ánimo sustentado por cualidades como miedo y terror. Esta emoción es desagradable y posee como características especiales sentimientos de inseguridad e impotencia ante situaciones de peligro. (p.238) citado por Castro (2011). Asimismo, Gaudry y Spielberger (1971) añadieron que la influencia de la ansiedad en el ámbito escolar ha sido de considerable interés para los maestros, quienes han observado que algunos de sus estudiantes tienen ejecuciones académicas bajas en situaciones caracterizadas por altos grados de ansiedad.

### **Justificación práctica**

En lo práctico, la investigación permite, basándose en los resultados obtenidos, una ayuda al mejoramiento del entorno social donde se aplica el estudio, así como también dar a conocer los niveles de depresión y estilos de afrontamiento al estrés.

### **Justificación metodológica**

Desde el punto de vista metodológico, los resultados aportan a futuras investigaciones vinculadas con las variables de estudio y tener un procedimiento de obtención de información que ayudaran a encontrar diferentes resultados. Asimismo, en cuanto a la justificación metodológica, se usó la escala ansiedad rasgo del inventario de ansiedad: rasgo – estado, el cual fue elaborado por Spielberger, Gorsuch y Lushene en 1970 y publicada al español por Spielberger, Martínez, Gonzales, Natalacio y Díaz en 1975, con la asistencia de psicólogos de 10 países latinoamericanos, entre los que se encuentra el Perú.

## **1.6. Hipótesis**

### **Hipótesis general**

Existe relación negativa entre la estrategia de afrontamiento al estrés y la ansiedad en los estudiantes de VII ciclo de la Institución Educativa “Virgen Guadalupe” Mala – Cañete, 2018.

### Hipótesis específicas

#### Hipótesis específica 1

Existe relación negativa entre la estrategia de afrontamiento al estrés y la ansiedad de rasgo en los estudiantes de VII ciclo de la Institución Educativa “Virgen Guadalupe” Mala – Cañete, 2018.

#### Hipótesis específica 2

Existe relación negativa entre la estrategia de afrontamiento al estrés y la ansiedad de estado en los estudiantes de VII ciclo de la Institución Educativa “Virgen Guadalupe” Mala – Cañete, 2018.

## **1.7. Objetivos**

### **Objetivo general**

Determinar la relación entre la estrategia de afrontamiento al estrés y la ansiedad en los estudiantes de VII ciclo de la Institución Educativa “Virgen Guadalupe” Mala – Cañete, 2018.

## **Objetivos específicos**

### Objetivos específico 1

Determinar la relación entre la estrategia de afrontamiento al estrés y la ansiedad de rasgo en los estudiantes de VII ciclo de la Institución Educativa “Virgen Guadalupe” Mala – Cañete, 2018.

### Objetivos específico 2

Determinar la relación entre la estrategia de afrontamiento al estrés y la ansiedad de estado en los estudiantes de VII ciclo de la Institución Educativa “Virgen Guadalupe” Mala – Cañete, 2018.

## **II. Método**

## **2.1. Diseño de investigación**

### **Enfoque**

El enfoque fue cuantitativo, según Hernández, Fernández y Baptista (2014) precisaron: “porque se ha realizado la medición de las variables y se han expresado los resultados de la medición en valores numéricos y el análisis estadístico para prevalecer patrones de comportamiento y probar teorías” (p. 4).

### **Método**

La presente investigación, utilizó el método hipotético deductivo, pues se parte de una Hipótesis y mediante deducciones se llega a conclusiones. Según (Bernal, 2010, p. 60) consiste en un procedimiento que parte de unas aseveraciones en calidad de hipótesis y busca refutar o falsear hipótesis, deduciendo de ellas conclusiones que deben confrontarse con los hechos.

### **Nivel**

El nivel fue de tipo descriptivo correlacional, según Valderrama (2015) manifestó: “este tipo de estudio tienen como finalidad conocer la relación o grado de asociación que existe entre dos o más conceptos, categorías o variables en un contexto en particular” (p. 169).

### **Tipo de investigación**

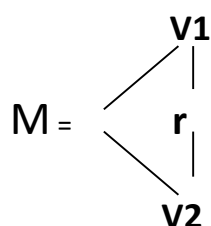
El presente trabajo de investigación fue de tipo básica. Al respecto Valderrama (2015) precisaron: “también es conocida, como pura, teórica o fundamental, busca poner a prueba una teoría, con escasa o ninguna intención de aplicar sus resultados a problemas prácticos” (p. 45).



## Diseño de investigación

Por otro lado, el diseño de la siguiente investigación fue no experimental de corte transversal, ya que no se manipuló ni se sometió a prueba las variables de estudio. Es transversal porque se mide las variables en un espacio y tiempo único. “Es como tomar una fotografía de algo que sucede” (Hernández, Fernández y Baptista, 2014, p.155).

El diseño de la presente investigación se encuentra en el siguiente cuadro:



### Dónde:

- M : Muestra de Estudio
- V1 : Afrontamiento al estrés
- V2 : Ansiedad
- $O_1$  : Coeficiente de Relación
- r : Correlación

## 2.2. Variables, operacionalización

### Definición conceptual de la variable

Son características o conceptos que son susceptibles de ser observables medibles y cuantificables. Hernández, Fernández y Baptista (2014) señalan: se trata de diferentes libros especializados y cuando describen la esencia o las características de una variable, objeto o fenómeno se les denomina definiciones reales. Es decir definir la variable diciendo ¿qué es? Esta definición permite al investigador tener una idea plena de lo que es conceptualmente la variable que representa al hecho que se investiga. (p. 119)

### **Definición conceptual del afrontamiento al estrés**

Carver, Scheier y Weintraub (1989) definieron “el afrontamiento es la respuesta a una situación estresante y depende de las experiencias anteriores, la autoapreciación de las propias capacidades y las motivaciones que influyen en este proceso activo de adaptación” (p. 34).

### **Definición operacional**

Estrategia de afrontamiento está considerado por tres dimensiones como. Afrontamiento enfocado al problema, afrontamiento enfocado a la emoción y afrontamiento enfocado a la evitación.

Tabla 1

*Operacionalización de la estrategia de afrontamiento al estrés**Nota: Teorías relacionadas al tema (2018)*

Dimensiones	Indicadores	Ítems	Escala y valoración	Nivel y Rango por dimensiones	Nivel y Rango de la variable
El afrontamiento enfocado al problema	Afrontamiento directo (activo)	1,14,27, 40	Escala ordinal  Nunca (1) A veces hago esto (2) Usualmente hago esto (3) Hago esto con mucha frecuencia (4)	Mínimo 20 - 39 Moderado 40 - 59 Severo 60 - 80	Mínimo 52 - 103 Moderado 104 - 155 Severo 156 - 208
	Planificación de actividades	2,15,28, 41			
	Supresión de actividades competitivas	3,16,29, 42			
	Retracción (demora) del afrontamiento	4,17,30, 43			
	Búsqueda del soporte social	5,18,31, 44			
	Búsqueda de soporte	6,19,32, 45			
	El afrontamiento enfocado a la emoción	Reinterpretación positiva de la experiencia			
Aceptación		8,21,34, 47			
Retorno a la religión		9,22,35, 48			
Análisis de las emociones		10,23,3 6,49			
Negación		11,24,3 7,50	Mínimo 12 - 23		
El afrontamiento enfocado a la evitación	Desentendimiento conductual	12,25,3 8,51	Moderado 24 - 35		
	Desentendimiento cognitivo	13,16,3 9,52	Severo 36 - 48		

**Definición conceptual de la ansiedad**

Spielberger (1980) definió: “es una respuesta emocional de los sujetos ejecutada o provocada por agentes de nuestro entorno y la percibe como amenazante, resultando en el sujeto cambios en el aspecto fisiológico y comportamental”(p. 26)

## Definición operacional

La ansiedad se evidencia en nivel alcanzado de sus dimensiones rasgos o estado, las cuales se obtendrán de las respuestas del inventario de ansiedad rasgo - estado.

Tabla 2

### *Operacionalización de la ansiedad*

*Nota:* Teorías relacionadas al tema (2018)

Dimensiones	Indicadores	Ítems	Escala y valoración	Nivel y Rango de la variable
Ansiedad de rasgo	Sudoración, pensamientos negativos.	1,2,3,4,	Escala ordinal	Baja
		5,6,7,8,		20 -39
		9,10,11	Nada = 1	Media
		,12,13,	Algo = 2	40 - 59
		14,15,1	Bastante = 3	Alta
		6,17,18	Mucho =4	60 - 80
		,19,20		120 - 160
Ansiedad de estado	Temor, inseguridad, cansancio	21,22,2		Baja
		3,24,25		20 -39
		,26,27,		Media
		28,29,3		40 - 59
		0,31,32		Alta
		,33,34,		60 - 80
		35,36,3		
		7,38,39		
		,40		

## 2.3. Población y muestra

### Población censal

Según Hernández, Fernández y Baptista (2014) “la población es el conjunto de todos los casos que concuerdan con una serie de especificaciones. Las poblaciones deben situarse claramente en torno a sus características de contenido, de lugar y en el tiempo” (p. 174). Por lo tanto la presente investigación está conformada por 92 estudiantes.

Tabla 3

*Cantidad de los estudiantes de VII ciclo de la Institución Educativa “Virgen Guadalupe” Mala – Cañete, 2018*

Grado	Cantidad de estudiantes
Tercero	24
Cuarto	36
Quinto	32
Total	92

*Nota:* Nómima de matrícula (2018)

## 2.4. Técnicas e instrumentos de recolección de datos, validez y confiabilidad

### Técnicas

Para la presente investigación se empleó la técnica de la encuesta. Ésta, según Alvira (2011) definió:

La encuesta presenta dos características básicas que la distinguen del resto de los métodos de captura de información: recoge información proporcionada verbalmente o por escrito mediante un cuestionario estructurado y utiliza muestras de la población objeto de estudio. (p.6)

### Instrumentos

El instrumento es de tipo cuestionario, según Carrasco (2014) los cuestionarios consisten en presentar a los encuestados unas hojas conteniendo una serie ordenada y coherente de preguntas formuladas, con claridad, precisión y objetividad, para que sean resueltas de igual modo (p.318).

### Ficha técnica: Instrumento para medir la variable afrontamiento al estrés

Nombre	: El Cuestionario de modos de Afrontamiento al Estrés (COPE), cuyos autores son Carver, Scheier y Weintraub (1989)
Adaptación	: Br. Iemimah de Jesús Hurtado Pérez
Objetivo	: Determinar el nivel de afrontamiento de estrés
Lugar de aplicación	: Mala - Cañete
Forma de aplicación	: Directa
Duración de la Aplicación	: 20 minutos
Descripción del instrumento	: El instrumento consta de tres dimensiones y hace un total de 52 ítems.

### Ficha técnica: Instrumento para medir la variable ansiedad

Nombre:	:Cuestionario sobre la ansiedad
Autor:	Spielberger, Gorsuch, y Lushene.
Adaptación	: Br. Lemimah de Jesús Hurtado Pérez
Objetivo:	Determinar el nivel de la ansiedad
Lugar de aplicación:	Mala - Cañete
Forma de aplicación:	Directa
Duración de la Aplicación:	20 minutos
Descripción del instrumento:	El instrumento consta de dos dimensiones y hace un total de 40 ítems

### Validez

Según Hernández et al. (2014) “es el grado en que un instrumento en verdad mide la variable que se busca medir” (p. 201). Un instrumento de medición puede ser confiable, pero no necesariamente válido. Por ello es requisito que el instrumento de medición demuestre ser confiable y válido. De no ser así, los resultados de la investigación no deben tomarse en serio.

Para la validez y confiabilidad de los instrumentos participaron 3 jueces, quienes calificaron en promedio aplicable, dando así la validez de los instrumentos. Asimismo, en el proceso de validación de cada uno de los cuestionarios del presente estudio, se tendrá en cuenta para cada ítem, la validez de contenido y para tal efecto se consideraran tres aspectos: pertinencia, relevancia y claridad.

Tabla 4  
*Validación de juicio de expertos*

Nº	Experto	Aplicable
Experto 1.	Dr. Javier Vidal Soldevilla	Aplicable
Experto 2.	Dr. Hernán Cordero Ayala	Aplicable
Experto 3.	Mgtr. Virginia Cerafin Urbano	Aplicable

*Nota:* Nómima de validez (2018)

## Confiabilidad

La confiabilidad del instrumento se halló mediante el procedimiento de consistencia interna con el coeficiente Alfa de Cronbach.

Según Hernández, Fernández y Baptista (2010) “La confiabilidad de un instrumento de medición se determina mediante diversas técnicas, y se refieren al grado en la cual se aplica, repetida al mismo sujeto produce iguales resultados” (p.210).

Por lo tanto Hernández, Fernández y Baptista (2010), la confiabilidad consiste en el "grado en que un instrumento produce resultado consistente y coherente" (p.211).

Tabla 5

### *Niveles de confiabilidad*

<b>Valores</b>	<b>Nivel</b>
De -1 a 0	No es confiable
De 0,01 a 0,49	Baja confiabilidad
De 0,5 a 0,75	Moderada confiabilidad
De 0,76 a 0,89	Fuerte confiabilidad
De 0,9 a 1	Alta confiabilidad

*Nota:* Escala de valores

La escala de valores que determina la confiabilidad está dada por los siguientes valores (Hogan, 2004). El resultado que se obtuvo fue el siguiente:

Tabla 6

### *Estadística de fiabilidad de afrontamiento al estrés*

Alfa de Cronbach	N° de ítems
0.938	52

*Nota:* Análisis estadístico SPSS V20 (2018)

Por lo tanto, el nivel de confiabilidad es de alta confiabilidad

Tabla 7

*Estadística de fiabilidad de la ansiedad*

Alfa de Cronbach	N° de ítems
0.956	40

Nota: Análisis estadístico SPSS V20 (2018)

Por lo tanto, el nivel de confiabilidad es de alta confiabilidad.

## 2.5. Métodos de análisis de datos

Para ello, se procede a analizar los datos y responder a las interrogantes de la investigación” (Hevia, 2001, p. 46). Asimismo, se utilizó la estadística descriptiva obteniéndolos resultados en tablas y figuras.

Para la contratación de la hipótesis general, e hipótesis específicas y teniendo en cuenta la naturaleza de las variables y los datos ordinales, se aplicó en cada caso la prueba estadística de Spearman para establecer su relación, pues tenemos dos variables de escala ordinal por lo tanto son no paramétricos.

$$\rho = 1 - \frac{6 \sum D^2}{N(N^2 - 1)}$$



Tabla 8

Valores de la correlación de Rho Spearman

Puntuación	Denominación del grado
• -.00 =	Correlación negativa perfecta
• -0.90 =	Correlación negativa muy fuerte
• 0.75 =	Correlación negativa considerable
• -0.50 =	Correlación negativa media
• -0.25 =	Correlación negativa débil
• -0.10 =	Correlación negativa muy débil
• 0.00 =	No existe correlación alguna entre las variables
• +0.10 =	Correlación positiva muy débil
• +0.25	Correlación positiva débil
• +0.50	Correlación positiva media
• +0.75	Correlación positiva considerable
• +0.90	Correlación positiva muy fuerte
• +1.00	Correlación positiva muy fuerte

*Nota: Tomado de Hernández, Fernández y Batista (2014, p. 305). Metodología de la investigación científica.*

## 2.6. Aspectos éticos

Los datos que se precisan en esta investigación, corresponden al grupo que fueron sujetos de estudio. Los resultados obtenidos luego de la aplicación de instrumento validado, fueron procesados de forma adecuada sin modificaciones.

Para la recopilación de datos, se contó con la debida autorización de los directores de las instituciones educativas, correspondientes a la Red 024, Ugel 4 Comas. Para tal efecto, se mantuvo: (a) el anonimato de los sujetos encuestados, (b) el respeto y consideración y (c) no hubo prejuizgamiento.

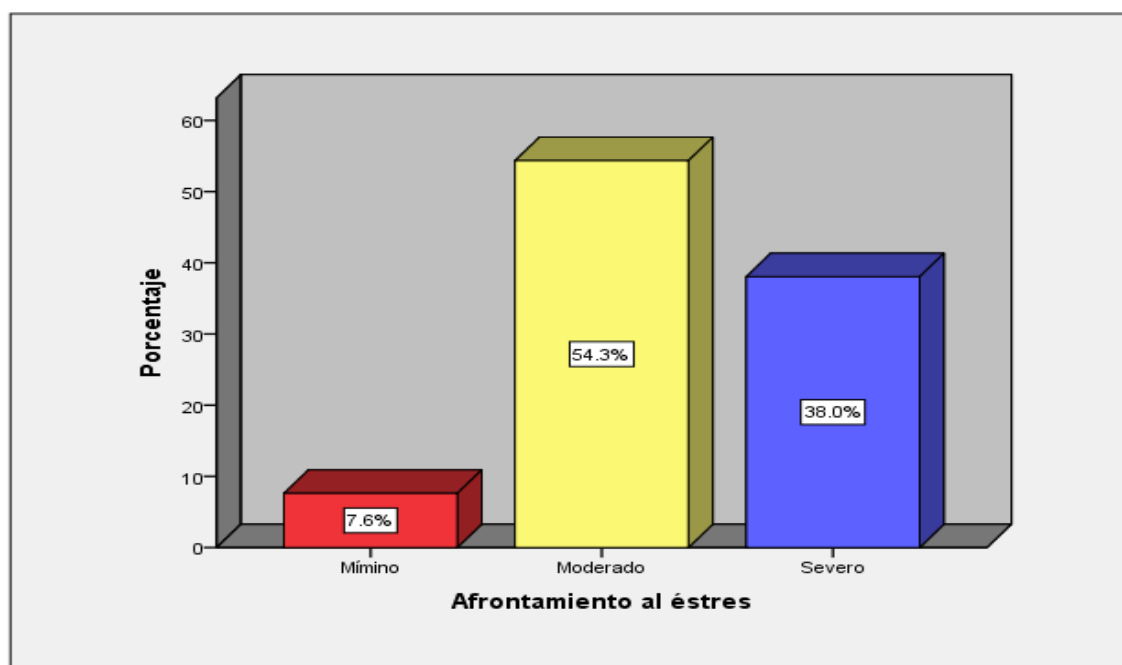
### **III. Resultados**

### 3.1. Resultado descriptivo de la investigación

Tabla 8  
*Niveles de la variable afrontamiento al estrés.*

		Frecuencia	Porcentaje
Válidos	Mínimo	7	7.6%
	Moderado	50	54.3%
	Severo	35	38%
	Total	92	100%

*Nota:* Análisis estadístico SPSS V20 (2018)



*Figura 1.* Niveles del afrontamiento al estrés.

En la tabla 8 y figura 1, el 54,3% en los estudiantes de VII ciclo de la Institución Educativa “Virgen Guadalupe” Mala – Cañete, 2018, indican que el afrontamiento al estrés es moderado, el 38% de los estudiantes manifiestan que es severo y 7,6% de los estudiantes señalan que el afrontamiento al estrés es mínimo.

Tabla 9  
*Niveles del afrontamiento enfocado*

		Frecuencia	Porcentaje
Válidos	Mínimo	4	4.3%
	Moderado	52	56.5%
	Severo	36	39.1%
	Total	92	100%

*Nota:* Análisis estadístico SPSS V20 (2018)

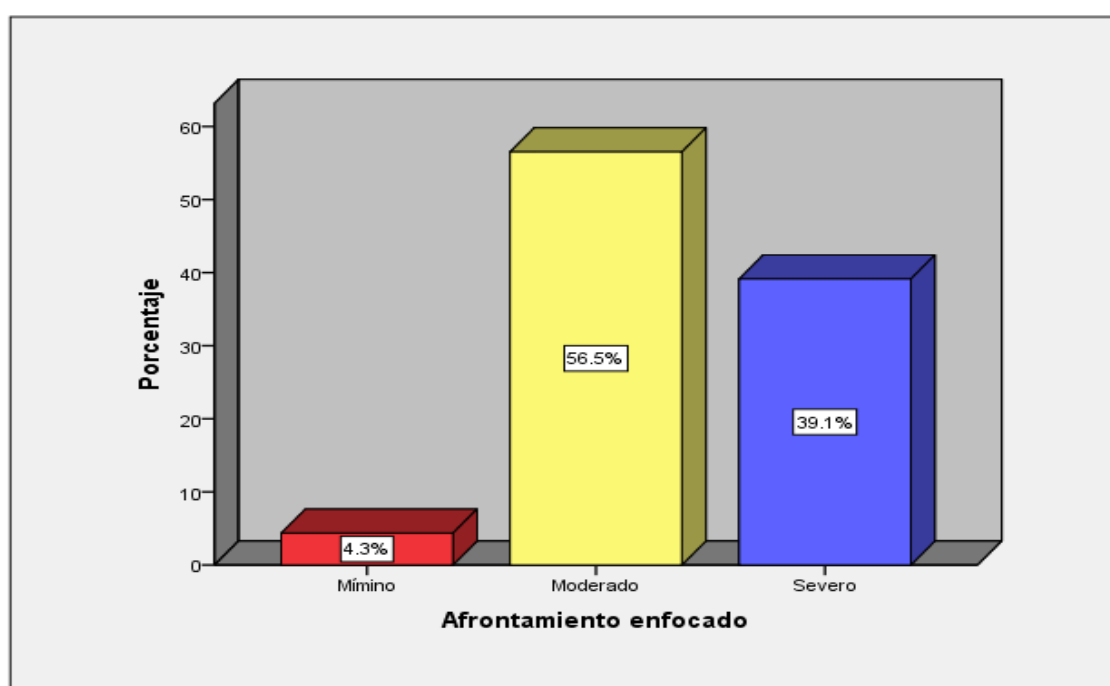


Figura 2. Niveles del afrontamiento enfocado.

En la tabla 9 y figura 2, el 56,5% en los estudiantes de VII ciclo de la Institución Educativa “Virgen Guadalupe” Mala – Cañete, 2018, expresan que el afrontamiento enfocado es moderado, el 39,1% de los estudiantes señalan que el afrontamiento enfocado es severo y el 4,3% de los estudiantes indican que el afrontamiento enfocado es mínimo.

Tabla 10  
Niveles del afrontamiento enfocado a la emoción

		Frecuencia	Porcentaje
Válidos	Mínimo	4	4.3%
	Moderado	51	55.4%
	Severo	37	40.2%
	Total	92	100%

Nota: Análisis estadístico SPSS V20 (2018)

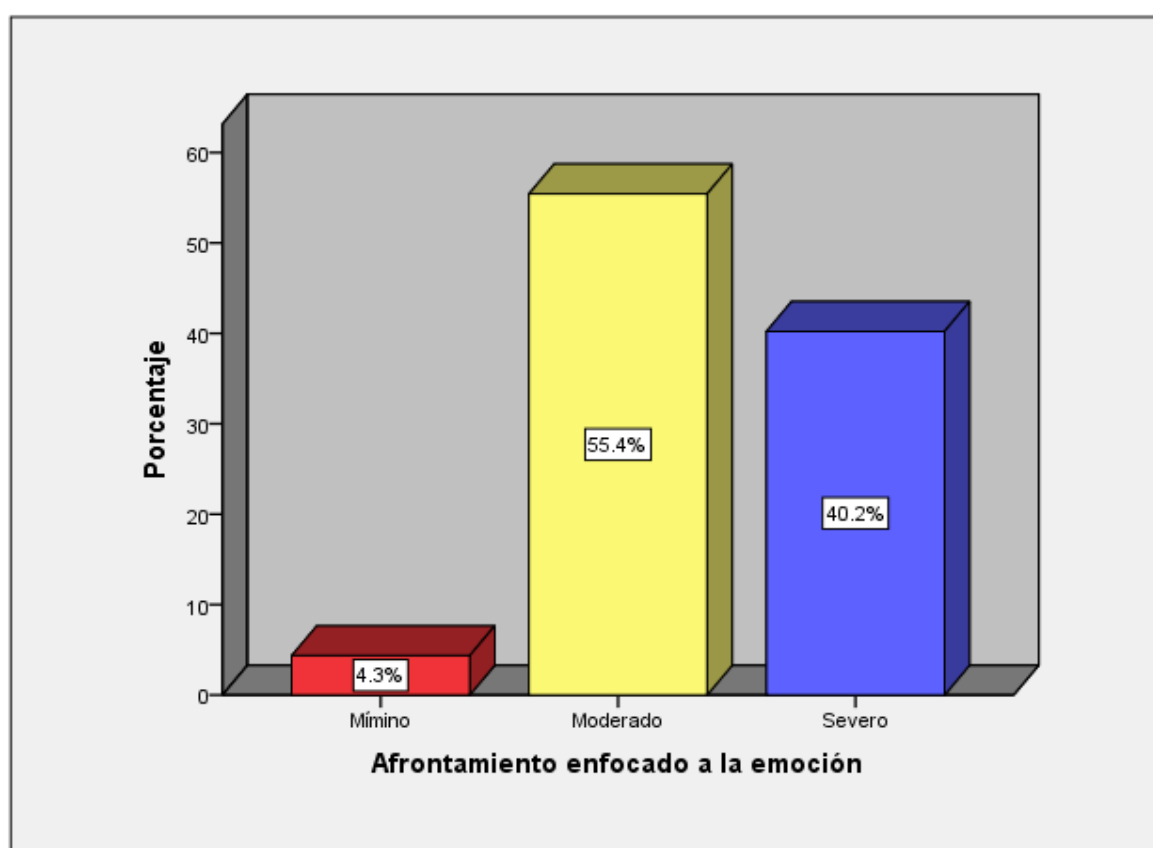


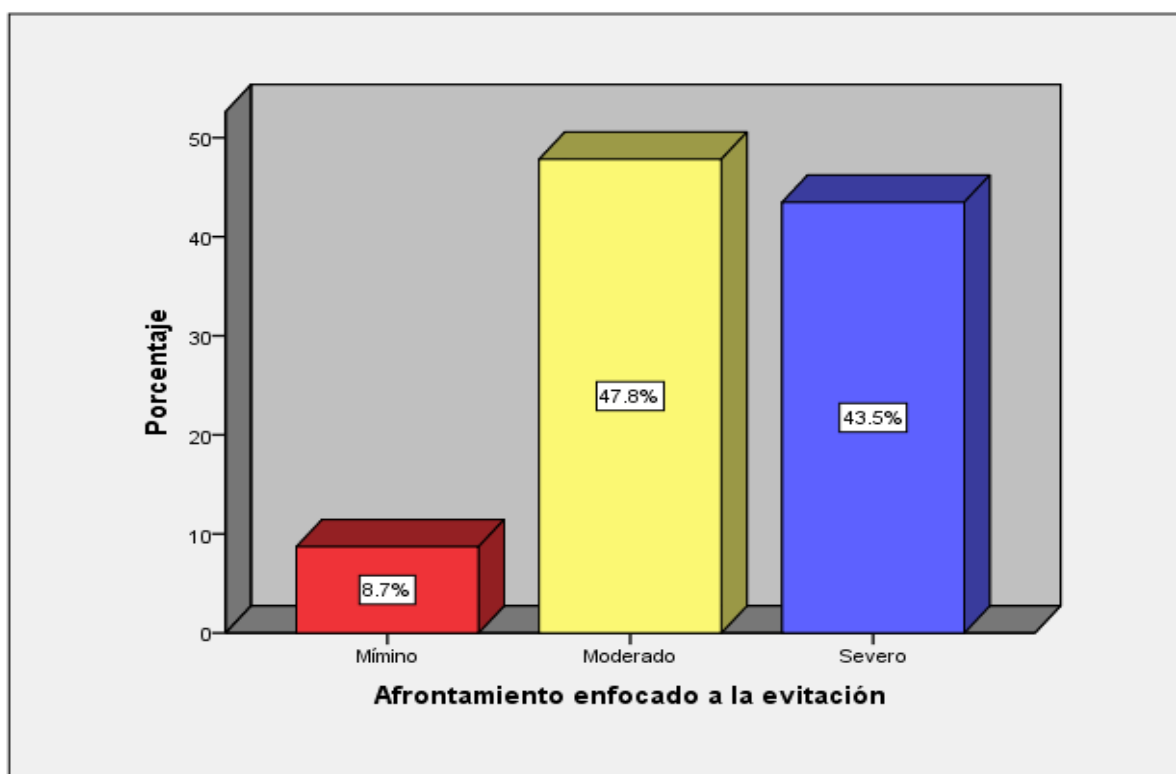
Figura 3. Niveles del afrontamiento enfocado a la emoción.

En la tabla 10 y figura 3, el 55,4% en los estudiantes de VII ciclo de la Institución Educativa “Virgen Guadalupe” Mala – Cañete, 2018, expresan que el afrontamiento enfocado a la emoción es moderado, el 40,2% de los estudiantes señalan que el afrontamiento enfocado a la emoción es severo y el 4,3% de los estudiantes indican que el afrontamiento enfocado a la emoción es mínimo.

Tabla 11  
*Niveles del afrontamiento enfocado a la evitación*

		Frecuencia	Porcentaje
Válidos	Mínimo	8	8.7%
	Moderado	44	47.8%
	Severo	40	43.5%
	Total	92	100%

*Nota:* Análisis estadístico SPSS V20 (2018)



*Figura 4.* Niveles del afrontamiento enfocado a la evitación.

En la tabla 11 y figura 4, el 47,8% en los estudiantes de VII ciclo de la Institución Educativa “Virgen Guadalupe” Mala – Cañete, 2018, expresan que el afrontamiento enfocado a la evitación es moderado, el 43,5% de los estudiantes expresan que el afrontamiento enfocado a la evitación es severo y el 8,7% de los estudiantes muestran mínimo.

Tabla 12  
Niveles de ansiedad

		Frecuencia	Porcentaje
Válidos	Bajo	15	16.3
	Medio	32	34.8
	Alto	45	48.9
	Total	92	100.0

Nota: Análisis estadístico SPSS V20 (2018)

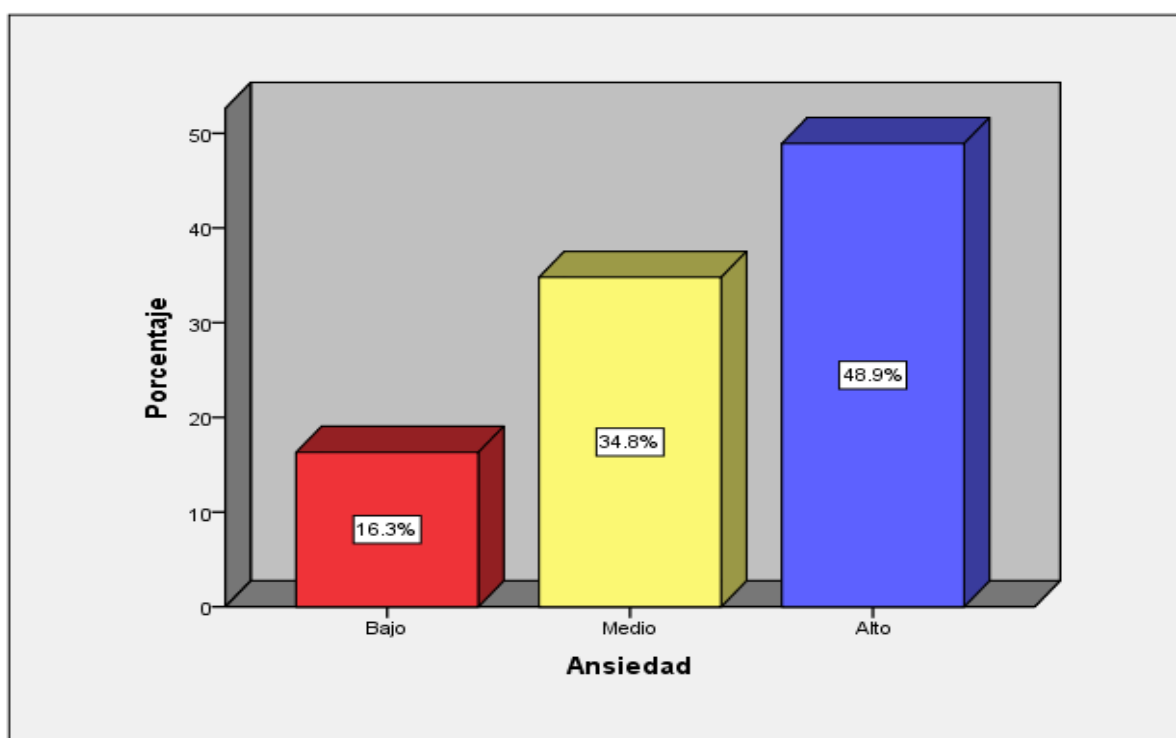


Figura 5. Niveles de la ansiedad.

En la tabla 12 y figura 5, el 48,9% en los estudiantes de VII ciclo de la Institución Educativa “Virgen Guadalupe” Mala – Cañete, 2018, expresan que la ansiedad es alto, el 34,8% de los estudiantes expresan que la ansiedad es medianamente y el 16,3% de los estudiantes muestran un nivel alto.

Tabla 13  
Niveles de ansiedad de rasgo

		Frecuencia	Porcentaje
Válidos	Bajo	28	30.4%
	Medio	37	40.2%
	Alto	27	29.3%
	Total	92	100%

Nota: Análisis estadístico SPSS V20 (2018)

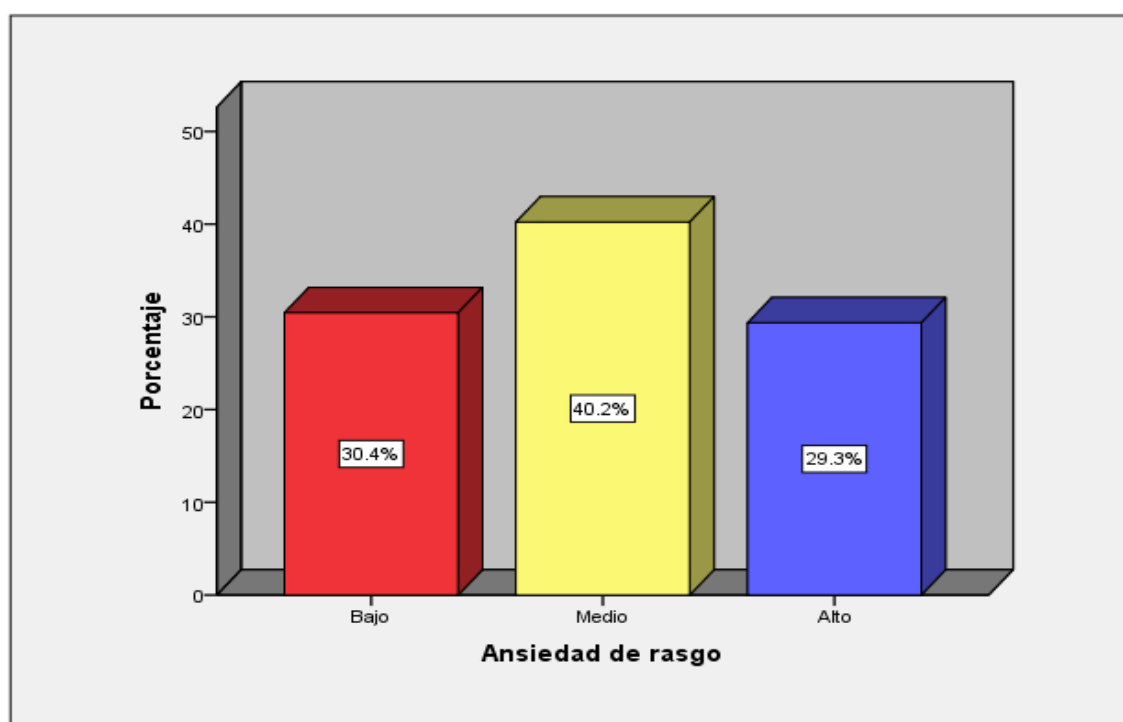


Figura 6. Niveles de la ansiedad de rasgo.

En la tabla 13 y figura 6, el 40,2% en los estudiantes de VII ciclo de la Institución Educativa “Virgen Guadalupe” Mala – Cañete, 2018, expresan que la ansiedad de rasgo es bajo, el 30,4% de los estudiantes manifiestan que la ansiedad de rasgo es medianamente y el 29,3% de los estudiantes muestran un nivel alto.



Tabla 14  
Niveles de ansiedad de estado

		Frecuencia	Porcentaje
Válidos	Bajo	31	33.7
	Medio	32	34.8
	Alto	29	31.5
	Total	92	100.0

Nota: Análisis estadístico SPSS V20 (2018)

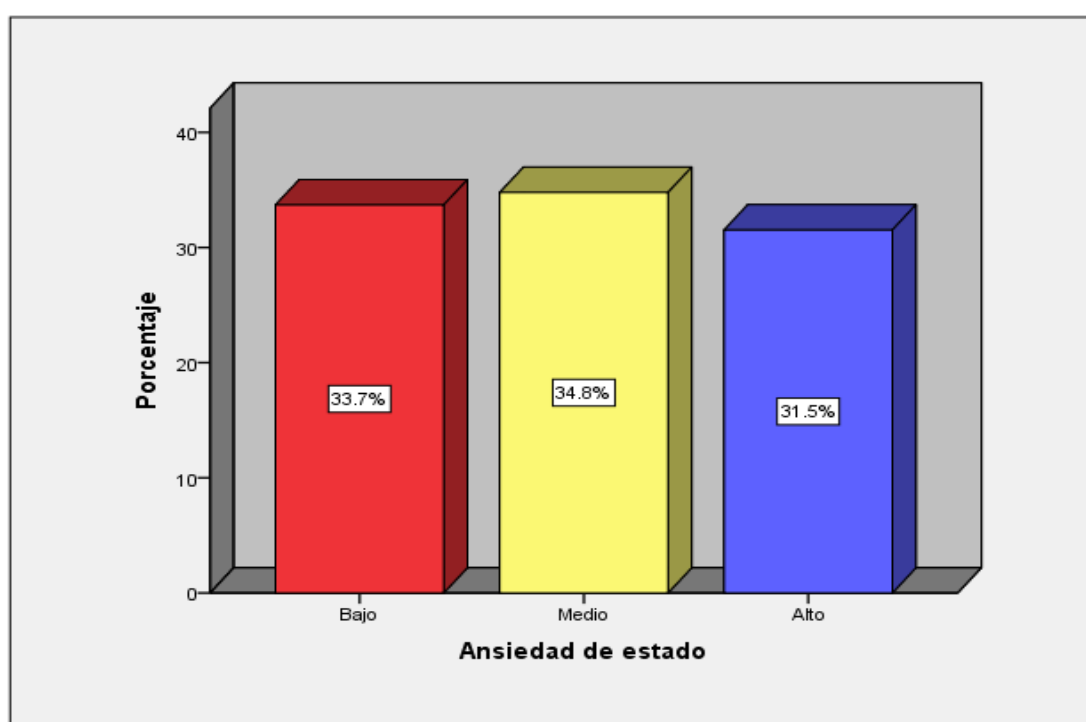


Figura 7. Niveles de la ansiedad de estado.

En la tabla 14 y figura 8, el 34,8% en los estudiantes de VII ciclo de la Institución Educativa “Virgen Guadalupe” Mala – Cañete, 2018, expresan que la ansiedad de estado es bajo, el 33,7% de los estudiantes manifiestan que la ansiedad de rasgo de estado es medianamente y el 31,5% de los estudiantes muestran un nivel alto.

### 3.2. Contrastación de hipótesis

#### Hipótesis general de la investigación

H<sub>0</sub>: No existe relación negativa entre la estrategia de afrontamiento al estrés y la ansiedad en los estudiantes de VII ciclo de la Institución Educativa “Virgen Guadalupe” Mala – Cañete, 2018.

H<sub>a</sub>: Existe relación negativa entre la estrategia de afrontamiento al estrés y la ansiedad en los estudiantes de VII ciclo de la Institución Educativa “Virgen Guadalupe” Mala – Cañete, 2018.

Tabla 15

*Relación de la muestra no paramétricas, según Rho Spearman significativa entre la estrategia de afrontamiento al estrés y la ansiedad en los estudiantes de VII ciclo de la Institución Educativa “Virgen Guadalupe” Mala – Cañete, 2018.*

		Afrontamiento al estrés	Ansiedad
Rho de Spearman			
		Coefficiente de correlación	1.000
	Afrontamiento al estrés	Sig. (bilateral)	.000
		N	92
		Coefficiente de correlación	-.409**
	Ansiedad	Sig. (bilateral)	.000
	N	92	

\*\* . La correlación es significativa al nivel 0,01 (bilateral).

Los resultados de la prueba de Rho de Spearman, en donde el valor del coeficiente de correlación es ( $r = -0.409$ ) lo que indica una correlación negativa y moderada, además el valor de  $P = 0,000$  resulta menor al de  $P = 0,05$  y en consecuencia la relación es significativa al 95% y se rechaza la hipótesis nula (H<sub>0</sub>) asumiendo que existe relación negativa entre la estrategia de afrontamiento al estrés y la ansiedad en los estudiantes de VII ciclo de la Institución Educativa “Virgen Guadalupe” Mala – Cañete, 2018.

### Hipótesis específica 1

H<sub>0</sub>: No existe relación negativa entre la estrategia de afrontamiento al estrés y la ansiedad de rasgo en los estudiantes de VII ciclo de la Institución Educativa “Virgen Guadalupe” Mala – Cañete, 2018.

H<sub>a</sub>: Existe relación negativa entre la estrategia de afrontamiento al estrés y la ansiedad de rasgo en los estudiantes de VII ciclo de la Institución Educativa “Virgen Guadalupe” Mala – Cañete, 2018.

Tabla 16

*Relación de la muestra no paramétricas, según Rho Spearman entre la estrategia de afrontamiento al estrés y la ansiedad de rasgo en los estudiantes de VII ciclo de la Institución Educativa “Virgen Guadalupe” Mala – Cañete, 2018.*

		Afrontamiento al estrés	Ansiedad de rasgo
	Coeficiente de correlación	1.000	-.696**
Afrontamiento al estrés	Sig. (bilateral)	.	.000
	N	92	92
Rho de Spearman	Coeficiente de correlación	-.696**	1.000
	Sig. (bilateral)	.000	.
	N	92	92

\*\* . La correlación es significativa al nivel 0,01 (bilateral).

Los resultados de la prueba de Rho de Spearman, en donde el valor del coeficiente de correlación es ( $r = -0.696$ ) lo que indica una correlación negativa y moderada, además el valor de  $P = 0,000$  resulta menor al de  $\alpha = 0,01$  y en consecuencia la relación es significativa al 95% y se rechaza la hipótesis nula (H<sub>0</sub>) asumiendo que existe relación negativa entre la estrategia de afrontamiento al estrés y la ansiedad de rasgo en los estudiantes de VII ciclo de la Institución Educativa “Virgen Guadalupe” Mala – Cañete, 2018.

## Hipótesis específica 2

H<sub>0</sub>: No existe relación negativa entre la estrategia de afrontamiento al estrés y la ansiedad de estado en los estudiantes de VII ciclo de la Institución Educativa “Virgen Guadalupe” Mala – Cañete, 2018.

H<sub>a</sub>: Existe relación negativa entre la estrategia de afrontamiento al estrés y la ansiedad de estado en los estudiantes de VII ciclo de la Institución Educativa “Virgen Guadalupe” Mala – Cañete, 2018.

Tabla 17

*Relación de la muestra no paramétricas, según Rho Spearman entre la estrategia de afrontamiento al estrés y la ansiedad de estado en los estudiantes de VII ciclo de la Institución Educativa “Virgen Guadalupe” Mala – Cañete, 2018.*

		Afrontamiento al estrés	Ansiedad de estado
Rho de Spearman	Coefficiente de correlación	1.000	-.516**
	Afrontamiento al estrés Sig. (bilateral)	.	.000
	N	92	92
	Coefficiente de correlación	-.516**	1.000
	Ansiedad de estado Sig. (bilateral)	.000	.
	N	92	92

\*\* . La correlación es significativa al nivel 0,01 (bilateral).

Los resultados de la prueba de Rho de Spearman, en donde el valor del coeficiente de correlación es ( $r = -0.516$ ) lo que indica una correlación negativa y moderada, además el valor de  $P = 0,000$  resulta menor al de  $\alpha = 0,01$  y en consecuencia la relación es significativa al 95% y se rechaza la hipótesis nula (H<sub>0</sub>) asumiendo que existe relación negativa entre la estrategia de afrontamiento al estrés y la ansiedad de estado en los estudiantes de VII ciclo de la Institución Educativa “Virgen Guadalupe” Mala – Cañete, 2018.

## **IV. Discusión**

En la parte descriptiva se arribó que el 54,3% en los estudiantes de VII ciclo de la Institución Educativa “Virgen Guadalupe” Mala – Cañete, 2018, indican que el afrontamiento al estrés es moderado y el 48,9% en los estudiantes expresan que la ansiedad es alta. Por lo tanto se concluyó que la prueba de Rho de Spearman, en donde el valor del coeficiente de correlación es ( $r = -0.409$ ) lo que indica una correlación negativa y moderada, además el valor de  $P = 0,000$  resulta menor al de  $P = 0,05$  y en consecuencia la relación es significativa al 95% y se rechaza la hipótesis nula ( $H_0$ ) asumiendo que existe relación negativa entre la estrategia de afrontamiento al estrés y la ansiedad en los estudiantes de VII ciclo de la Institución Educativa “Virgen Guadalupe” Mala – Cañete, 2018. Hay una coincidencia con la tesis de Gonzales y Quiroga (2016) en los resultados de la investigación se encontró que la dimensión predominante en las mujeres es Tesón, mientras que en los varones es la dimensión Estabilidad Emocional; en cuanto a las Estrategias de Afrontamiento, ambos sexos coinciden con las estrategias de Buscar diversiones relajantes y Tener éxito. Existe relación positiva entre la dimensión Energía y la estrategia de afrontamiento. También hay una semejanza con la tesis de Sauna (2016) concluyó que la mitad de adolescentes (56.8%), evidencian una ansiedad mínima o moderada, así mismo que predomina en ellos la estrategia de la Falta de Afrontamiento (9.2%), y por último en los niveles de agresividad predomina un nivel medio que oscilan entre 43.7% a 74.8%, en las dimensiones irritabilidad, agresión verbal, agresión indirecta, resentimiento y sospecha. Se basó a la teoría de Carver, Scheier y Weintraub (1989) definieron “el afrontamiento es la respuesta a una situación estresante y depende de las experiencias anteriores, la auto apreciación de las propias capacidades y las motivaciones que influyen en este proceso activo de adaptación” (p. 34). Y también se basó a la teoría de Spielberger (1980) definió: “es una respuesta emocional de los sujetos ejecutada o provocada por agentes de nuestro entorno y la percibe como amenazante, resultando en el sujeto cambios en el aspecto fisiológico y comportamental” (p. 26)

En la hipótesis específica 1, se concluyó que la prueba de Rho de Spearman, en donde el valor del coeficiente de correlación es ( $r = -0.696$ ) lo que indica una correlación negativa y moderada, además el valor de  $P = 0,000$  resulta menor al de  $\alpha = 0,01$  y en consecuencia la relación es significativa al 95% y se rechaza la hipótesis nula ( $H_0$ ) asumiendo que existe relación negativa entre la estrategia de afrontamiento al estrés y la ansiedad de rasgo en los estudiantes de VII ciclo de la Institución Educativa “Virgen Guadalupe” Mala – Cañete, 2018. Hay una coincidencia con la tesis de Alvarado (2015) se halló un nivel bajo de ansiedad estado- rasgo así como un uso frecuente de la estrategia de concentrarse en resolver el problema y preocuparse, así también se encontró correlación directa entre ansiedad estado - rasgo y reducción de la tensión, así como ansiedad estado y autoinculparse, también una correlación directa débil entre ansiedad estado y las estrategias de falta de afrontamiento, ignorar el problema y reservarlo para sí, ansiedad rasgo y falta de afrontamiento, ignorar el problema, autoinculparse y reservarlo para sí y una correlación inversa y débil. Asimismo se basó a la teoría de Spielberger, Gorsuch y Lushene (citados por Valentín, 2014) señalaron que: “ansiedad estado, es un estado propio del individuo acompañado de sentimientos subjetivos, conscientes percibidos de tensión y aprensión, pudiendo variar en el tiempo y en intensidad. Esta es transitoria” (p.66).

En la hipótesis específica 2, concluyó la prueba de Rho de Spearman, en donde el valor del coeficiente de correlación es ( $r = -0.516$ ) lo que indica una correlación negativa y moderada, además el valor de  $P = 0,000$  resulta menor al de  $\alpha = 0,01$  y en consecuencia la relación es significativa al 95% y se rechaza la hipótesis nula ( $H_0$ ) asumiendo que existe relación negativa entre la estrategia de afrontamiento al estrés y la ansiedad de estado en los estudiantes de VII ciclo de la Institución Educativa “Virgen Guadalupe” Mala – Cañete, 2018. Hay una similitud Alegre (2013) se obtuvo por un procedimiento intencional, evaluándose a 469 estudiantes, siendo el 45.6% de sexo masculino y el 54.4% femenino, pertenecientes a cuatro colegios estatales de Lima Metropolitana. Se evaluó a los estudiantes con el Cuestionario de Ansiedad y Rendimiento – CAR y la Escala de Estrategias de Aprendizaje – ACRA. Se encontró que la ansiedad ante exámenes (puntuaciones en sus tres dimensiones: preocupación, emocionalidad y facilitación)

y las estrategias de aprendizaje (puntuaciones en sus cuatro dimensiones: adquisición, codificación, recuperación y apoyo al procesamiento de la información) presentaron correlaciones bajas y en algunos casos negativas; siendo todas estas significativas. Se basó a la teoría de Spielberger, Gorsuch y Lushene (citado por Valentín, 2014), refirieron: “existe una relativamente estable propensión ansiosa en el sujeto, quiere decir que este estado está relacionado con nuestra personalidad, el sujeto interpreta las situaciones mucho más amenazantes, elevando su ansiedad estado” (p.66).



## **V. Conclusiones**

- Primera: De acuerdo al objetivo general, se estableció el coeficiente de correlación estadísticamente significativa entre la estrategia de afrontamiento al estrés y la ansiedad en los estudiantes de VII ciclo de la Institución Educativa “Virgen Guadalupe” Mala – Cañete, 2018, siendo el valor de ( $r = -0.609$ ); en consecuencia, es una correlación negativa y moderada; a su vez existiendo también una correlación a nivel de la población; puesto que  $p < 0.05$ .
- Segunda: De acuerdo el objetivo específico 1, se estableció el coeficiente de correlación estadísticamente significativa entre la estrategia de afrontamiento al estrés y la ansiedad de rasgo en los estudiantes de VII ciclo de la Institución Educativa “Virgen Guadalupe” Mala – Cañete, 2018, siendo el valor de ( $r = -0.696$ ); en consecuencia, es una correlación negativa y moderada; a su vez existiendo también una correlación a nivel de la población; puesto que  $p < 0.05$ .
- Tercera: De acuerdo al objetivo específico 2, se estableció el coeficiente de correlación estadísticamente significativa entre la estrategia de afrontamiento al estrés y la ansiedad de estado en los estudiantes de VII ciclo de la Institución Educativa “Virgen Guadalupe” Mala – Cañete, 2018, siendo el valor de ( $r = -0.516$ ); en consecuencia, es una correlación negativa y moderada; a su vez existiendo también una correlación a nivel de la población; puesto que  $p < 0.05$ .

## **VI. Recomendaciones**

Primera: Se recomienda al señor Director Julio Chumpitaz Caycho que tenga en consideración estos resultados del estudio que se ha realizado en la Institución Educativa “Virgen de Guadalupe” Mala – Cañete, para poder lograr mejores objetivos con la población brindando logros tanto en la parte académica como en la parte socio- afectiva - emocional de los estudiantes y así cumplir con una de educación a la vanguardia en la sociedad de este siglo.

Segunda: Es recomendable que se tenga en consideración la correlación ente el Afrontamiento al Estrés y la Ansiedad en los adolescentes, pues de ello implica que su rendimiento académico pueda tener resultados adecuados, que se logre un adecuado aprendizaje y sobre le adolescente pueda manejar de manejar el afrontamiento al estrés y la ansiedad en su propio beneficio personal y luego más adelante en su vida universitaria puedan tener estrategias para poder afrontar los problemas y puedan salir adelante sin ningún problema.

Tercera: Se podría emplear un plan de contingencia para este año y poder ayudar a establecer soluciones para afrontar los problemas personales, familiares y sociales y así lograr una adecuada toma de decisiones en su vida personal. Para el año siguiente poder establecer en el plan de tutoría temas relacionados al Afrontamiento al estrés y la ansiedad para para todo el colegio para establecer la prevención en el centro educativo.

Cuarta: Podemos tener una coordinación con los tutores para poder establecer talleres para lograr que también los tutores de la institución puedan brindan un soporte afectivo ante las dificultades de los alumnos, también se podría tomar en cuenta un cuestionario para los niños del nivel primario y tener un alcance de su afrontamiento al estrés y la ansiedad. Por lo tanto, brindar taller de capacitación para lograr que los profesores tutores puedan brindar un adecuado asesoramiento asertivo.

## **VII. Referencias**

- Alcoser, Y. (2012). *Estrategias de Afrontamiento en adolescentes de 12 a 15 años con embarazos no planificados, usuarias del Centro de Atención Integral del Adolescente del Área 17 del Cantón Durán*, (Tesis de maestría) Universidad de Guayaquil facultad de ciencias psicológicas, Guayaquil – Ecuador.
- Alegre, A. (2013). *Ansiedad ante los exámenes y estrategias de aprendizaje en estudiantes de secundaria de Lima Metropolitana* (Tesis de maestría) Universidad César Vallejo, Lima Perú.
- Ángel, M. (2016). *Evaluación de la ansiedad en niños y adolescentes: análisis de las propiedades psicométricas del SCARED y del CASI-N en población infanto-juvenil madrileña* (Tesis de maestría) Universidad Complutense de Madrid.
- Arevalo, M. (2007). *Stress and extreme poverty in peruvian woman*. Nijmegen: Radbout Universiteit Nijmegen.
- Arjona, J. (2001). Un estudio sobre los estilos y las estrategias de afrontamiento y su relación con la variable adaptación. *Psicología Científica*, 1, 1-13. Recuperado de <http://ww2.educarchile.cl/UserFiles/P0001/File/psicologiapdf-182-un-estudio-sobre-los-estilos-y-las-estrategias-de-afrontamiento-y-su-relacion-co.pdf>.
- Alvarado, F. (2015). *Estrategias de afrontamiento y ansiedad en adolescentes en una institución educativa estatal*, realizada en Trujillo, Perú (Tesis de maestría) Universidad César Vallejo, Lima: Perú.
- Cánchig, P. (2012). *Influencia de las estrategias de afrontamiento en el nivel de ansiedad que presentan las mujeres expuestas a la violencia psicológica*, para optar grado de magister, (Tesis de maestría) Universidad Central del Ecuador – Quito.

- Cassaretto, M., Chau, C., Oblitas, H. & Valdez, N. (2003). Estrés y afrontamiento en estudiantes de psicología. *Revista de Psicología de la PUCP*, 21(2), 363-392.
- Carrasco, S. (2014). *Metodología de la Investigación científica*. Lima: Editorial San Marcos.
- Carver, C., Scheier, M. y Weintraub, J. (1989) Assessing coping strategies: A theoretically based approach. *Journal of Personality and Social Psychology*, 56(2), 267-283.
- Casullo, M. y Fernandez, M. (2001). Estrategias de afrontamiento en estudiantes adolescentes. *Revista del Instituto de Investigaciones de la Facultad de Psicología*, año 6 (1), 25-49.
- Casullo, M. (2002). *Evaluación del bienestar psicológico en Iberoamérica*. Buenos Aires: Paidós.
- Casado Velarde, M. (1988). *Lenguaje y cultura*. Madrid: Síntesis.
- Cattell, R. y Kline, P. (1982). *El análisis científico de la personalidad y la motivación*. Madrid: Pirámide.
- Cattell, R. (1957). *Personality and motivation: Structure and measurement*. Nueva York: World Book.
- Cosios, A. (2014) en su tesis: *Depresión y ansiedad en adolescentes del colegio Calasanz de Loja* (Tesis de maestría) Universidad Nacional de Loja.
- Cruz, J. (2013). *Dimensiones de Personalidad y Estrategias de Afrontamiento en Adolescentes*. Tesis de licenciatura. Universidad Cesar Vallejo. Trujillo.

- Díaz, S. (2014). Ansiedad ante los Exámenes y Estilos de Aprendizaje en estudiantes de Medicina de una Universidad Particular. (Tesis de Licenciatura). Univeridad Católica Santo Torinio de Mogrovejo, Chiclayo - Perú. Recuperado de [http://tesis.usat.edu.pe/jspui/bitstream/123456789/330/1/TL\\_D%C3%ADaz\\_Ze%C3%B1a\\_Sandra.pdf](http://tesis.usat.edu.pe/jspui/bitstream/123456789/330/1/TL_D%C3%ADaz_Ze%C3%B1a_Sandra.pdf)
- Dominguez, S. (2014). Análisis psicométrico de la escala de bienestar psicológico para adultos en estudiantes universitarios de lima: un enfoque de ecuaciones estructurales. *Psychologia: avances de la disciplina*, 8(1), 23-31.
- Figueroa, M.; Cotini, N.; Lacunza, A.; Levín, M & Estévez, A. (2005). *Estrategias de Afrontamiento y su Relacion con el Nivel de Bienestar Psicológico. Un estudio con Adolescentes de Nivel Socioeconómico Bajo de Tucumán. Anales de Psicología*, 21, 66 - 72 .Recuperado de: <http://revistas.um.es/analesps/article/viewFile/27171/26351>.
- Frydenberg, E. (1996). Adolescent coping: Theoretical and research perspectives. Londres: Routledge. Recuperado de: [https://books.google.com.pe/books?hl=es&lr=&id=bJPJu3ECtaUC&oi=fnd&pg=PR8&dq=Adolescent+coping:+Theoretical+and+research+perspectives.&ots=8EgaQ94xPz&sig=XOH5PF2nG2RoV3DSSH7Jn7G\\_LXM#v=onepage&q=Adolescent%20coping%20Theoretical%20and%20research%20perspectives.&f=false](https://books.google.com.pe/books?hl=es&lr=&id=bJPJu3ECtaUC&oi=fnd&pg=PR8&dq=Adolescent+coping:+Theoretical+and+research+perspectives.&ots=8EgaQ94xPz&sig=XOH5PF2nG2RoV3DSSH7Jn7G_LXM#v=onepage&q=Adolescent%20coping%20Theoretical%20and%20research%20perspectives.&f=false)
- García, J. (2013). *Bienestar Psicológico, edad y género en universitarios Españoles*. *Salud y Sociedad*, 4(1), 048 – 058.
- Gonzales, H. y Quiroga, L. (2016). *Personalidad y estrategias de afrontamiento en estudiantes de una institución educativa estatal – Monsefú*, (Tesis de maestría en psicología). Universidad Señor de Sipán.



- Hernández, R., Fernández, C. y Baptista, P. (2014). *Metodología de la investigación*. México: McGraw-Hill.
- Lazarus R. y Folkman S. (1986). *Estrés y procesos cognitivos* (7.a ed.). Barcelona: Martínez Roca S.A.
- López, J. y Lozano, J. (2016). *Niveles de Ansiedad y Estrategias de Afrontamiento de un Grupo de Estudiantes Universitarios en el Valle de Aburrá*, (Tesis de maestría) Universitaria Minuto de Dios-Sede Bello (UNIMINUTO-Bello), Bello-Antioquia.
- Martínez, M; García, J. e Inglés, C. (2013). Relaciones entre ansiedad escolar, ansiedad rasgo, ansiedad estado y depresión en una muestra de adolescentes españoles. *International Journal of Psychology and Psychological Therapy*. 2013. (13). Recuperado de: <http://www.ijpsy.com/volumen13/num1/346/relaciones-entre-ansiedadescolar-ansiedad-ES.pdf>.
- Morris, C. & Maisto, A. (2009). *Psicología*. 13 ed. México: Pearson educación.
- Navlet, M. (2011). *Ansiedad, Estrés y Estrategias de Afrontamiento en el ámbito deportivo: un estudio centrado en la diferencia entre deportes*. (Tesis doctoral). Universidad Complutense de Madrid. España. Recuperado de: <http://eprints.ucm.es/15771/1/T33813.pdf>.
- Papalia, D. (1994). *Psicología*. Madrid: Mc Graw-Hill.
- Rivera, L. (2014). *Los Síndromes de estrés*. España: Síntesis
- Sánchez C, y Reyes, C. (2006). *Metodología y diseño en la investigación científica*. Lima: San Marcos.

Sauna, D. (2016). *Ansiedad, estrategias de afrontamiento y Agresividad en Adolescentes de alto* (Tesis de maestría) Universidad Católica de los Andes de Chimbote, Trujillo: Perú.

Spielberger, C. (1980). *Cuestionario de autoevaluación ansiedad estado-rasgo en niños*. Madrid: TEA.

Spielberger, D; Gorsuch, L. & Lushene, E. (1970). *Manual for the state - trait anxiety inventory*. Palo Alto, EE.UU. Consulting Psychologists Press.

Taylor, S. (2003). *Health psychology*. New York: McGraw Hill.

## **Anexos**

## Anexo 1

Matriz de Consistencia							
Título: Estrategia de afrontamiento al estrés y la ansiedad en los estudiantes de VII ciclo de la Institución Educativa “Virgen Guadalupe” Mala – Cañete, 2018. .							
Autor: Iemimah de Jesús Hurtado Pérez							
Problema	Objetivos	Hipótesis	Variables e indicadores				
<p><b>Problema General:</b></p> <p>¿Cuál es la relación entre la estrategia de afrontamiento al estrés y la ansiedad en los estudiantes de VII ciclo de la Institución Educativa “virgen de Guadalupe” Mala – Cañete, 2018?</p> <p><b>Problemas Específicos:</b></p> <p>¿Cuál es la relación entre estrategia de afrontamiento al estrés y la ansiedad de rasgo en los estudiantes de VII de la la Institución Educativa “virgen de Guadalupe” Mala – Cañete, 2018?</p> <p>¿Cuál es la relación entre estrategia de afrontamiento al estrés y la ansiedad de estado en los estudiantes de VII de la la Institución Educativa “virgen de Guadalupe” Mala – Cañete, 2018?</p>	<p><b>Objetivo general:</b></p> <p>Determinar la relación entre la estrategia de afrontamiento al estrés y la ansiedad en los estudiantes VII ciclo de la Institución Educativa “virgen de Guadalupe” Mala – Cañete, 2018</p> <p><b>Objetivos específicos:</b></p> <p>Determinar la relación entre la estrategia de afrontamiento al estrés y la ansiedad de rasgo en los estudiantes VII ciclo de la Institución Educativa “virgen de Guadalupe” Mala – Cañete, 2018.</p> <p>Determinar la relación entre la estrategia de afrontamiento al estrés y la ansiedad de estado en los estudiantes VII ciclo de la Institución Educativa “virgen de Guadalupe” Mala – Cañete, 2018.</p>	<p><b>Hipótesis general:</b></p> <p>Existe relación significativa estrategias de afrontamiento al estrés y la ansiedad en los estudiantes de VII ciclo de la Institución Educativa “virgen de Guadalupe” Mala – Cañete, 2018</p> <p><b>Hipótesis específicas:</b></p> <p>Existe relación significativa entre la estrategia de afrontamiento al estrés y la ansiedad de rasgo en los estudiantes de VII ciclo de la Institución Educativa “virgen de Guadalupe” Mala – Cañete, 2018.</p> <p>Existe relación significativa entre la estrategia de afrontamiento al estrés y la ansiedad de estado en los estudiantes de VII ciclo de la Institución Educativa “virgen de Guadalupe” Mala – Cañete, 2018</p>	<b>Variable 1 : Afrontamiento al Estrés</b>				
			<b>Dimensiones</b>	<b>Indicadores</b>	<b>Ítems</b>	<b>Escala de medición</b>	<b>Niveles y rangos</b>
			El afrontamiento enfocado al problema.	Afrontamiento directo (activo)	1, 14, 27, 40	Escala Ordinal	Mínimo 20 - 39
				Planificación de actividades	2, 15, 28, 41		
				Supresión de actividades competitivas	3, 16, 29, 42		
				Retracción (demora) del afrontamiento	4, 17, 30, 43		
				Búsqueda del soporte Social	5, 18, 31, 44		
				Búsqueda del soporte afectivo	6, 19,32, 45		
			El afrontamiento enfocado a la emoción.	Reinterpretación positiva de la experiencia	7, 20, 33, 46	Nunca(1) A veces hago esto(2) Usualmente hago esto(3) Hago esto con mucha frecuencia(4)	Moderado 40 – 59
				Aceptación	8, 21, 34, 47		
				Retorno a la Religión	9, 22, 35, 48		
				Análisis de las emociones	10, 23, 36, 49		
			El afrontamiento enfocado a la evitación	Negación	11,24, 27, 50		Severo 60- 80
Desentendimiento conductual	12, 25, 38, 51						
Desentendimiento cognitivo	13, 16, 39, 52						
<b>Variable 2: Ansiedad</b>							
<b>Dimensiones</b>	<b>Indicadores</b>	<b>Ítems</b>	<b>Escala de medición</b>	<b>Niveles y rangos</b>			
Ansiedad Estado		1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 9,10, 11,					

				Sudoración, pensamiento negativos	12,15,14, 15,16, 17, 18, 19, 20.	Escala ordinal Nada = 1 Algo = 2 Bastante = 3 Mucho = 4	Baja 40 - 79 Media 80 - 119 Alta 120 - 160
			Ansiedad Rasgo	Temor, inseguridad, cansancio	21, 22, 23, 24, 25, 26, 27, 28, 29, 30, 31, 32, 33, 34, 35, 36, 37, 38, 39, 40		
<b>Nivel - diseño de investigación</b>	<b>Población y muestra</b>	<b>Técnicas e instrumentos</b>		<b>Estadística a utilizar</b>			
<b>Nivel:</b> Descriptivo correlacional	<b>Población:</b> Está constituido por trabajadores 92	<b>Variable 1:</b> Afrontamiento al Estrés <b>Técnicas:</b> Encuesta <b>Instrumentos:</b> Cuestionario Autor: Carver, Scheier y Weintraub Año: 1989 Monitoreo: Individual Ámbito de Aplicación: A los estudiantes DEL VII de Institución Educativa "Virgen de Guadalupe" Forma de Administración: Individual		<b>DESCRIPTIVA:</b>  <b>Análisis descriptivo simple</b> - <b>Presentación en tablas de frecuencia y figuras</b> - <b>Interpretación de los resultados</b> - <b>Conclusiones</b>			
<b>Diseño:</b> No experimental de corte y transversal		<b>Variable 2:</b> Ansiedad <b>Técnicas:</b> Encuesta <b>Instrumentos:</b> Cuestionario Autor: Spielberger, Gorsuch, Lushene Año: 1980 Monitoreo: Individual Ámbito de Aplicación: A los estudiantes DEL VII de Institución Educativa "Virgen de Guadalupe"		<b>INFERENCIAL:</b>  Contrastación de hipótesis: Mediante el estadístico inferencial no paramétrico Rho de Spearman			
<b>Método:</b> Hipotético - deductivo							

## Anexo 2

**CUESTIONARIO QUE MIDE EL AFRONTAMIENTO AL ESTRÉS**

Estudiante, esperamos su colaboración, respondiendo con sinceridad el presente cuestionario. Lea usted con atención y conteste a las preguntas marcando con "X" en una sola alternativa de acuerdo a su opinión. La prueba es anónima.

Nunca (1)

A veces hago esto (2)

Usualmente hago esto (3)

Hago esto con mucha frecuencia (4)

<b>Afrontamiento al estrés</b>					
<b>Nº</b>	<b>ITEM</b>	<b>1</b>	<b>2</b>	<b>3</b>	<b>4</b>
<b>DIMENSIÓN 1. EL AFRONTAMIENTO ENFOCADO AL PROBLEMA</b>					
01	Ejecuto acciones adicionales para deshacerme del problema.				
02	Concentro mis esfuerzos para hacer algo sobre el problema.				
03	Hago paso a paso lo que tiene que hacerse.				
04	Actúo directamente para controlar el problema.				
05	Elaboro un plan de acción para deshacerme del problema.				
06	Elaboro un plan de acción.				
07	Me pongo a pensar más en los pasos a seguir para solucionar el problema.				
08	Pienso en la mejor manera de controlar el problema				
09	Dejo de lado otras actividades para concentrarme en el problema.				
10	Me dedico a enfrentar el problema, y si es necesario dejo de lado otras actividades.				
11	Me alejo de otras actividades para concentrarme en el problema.				
12	Trato que otras cosas no interfieran en los esfuerzos que pongo para enfrentar el problema.				
13	Me esfuerzo esperando el momento apropiado para enfrentar el problema.				
14	Me mantengo alejado del problema sin hacer nada, hasta que la situación lo permita.				
15	Me aseguro de no crear problemas peores por actuar muy pronto.				
16	Me abstengo de hacer algo demasiado pronto.				
17	Pregunto a personas que han tenido experiencias similares sobre lo que hicieron.				
18	Trato de obtener el consejo de otros para saber qué hacer con el problema.				
19	Hablo con alguien para averiguar más sobre el problema.				
20	Hablo con alguien que podría hacer algo concreto sobre el problema.				
<b>DIMENSIÓN 2. EL AFRONTAMIENTO ENFOCADO A LA EMOCIÓN</b>					
21	Hablo con alguien sobre mis sentimientos.				
22	Busco el apoyo emocional de amigos o familiares.				
23	Converso con alguien sobre lo que me está sucediendo.				
24	Busco la simpatía y la comprensión de alguien.				
25	Busco algo bueno de lo que está pasando.				
26	Trato de ver el problema en forma positiva.				
27	Aprendo algo de la experiencia.				
28	Trato de desarrollarme como una persona a consecuencia de la experiencia.				
29	Aprendo a convivir con el problema.				
30	Acepto que el problema ha ocurrido y no podrá ser cambiado.				
31	Me acostumbro a la idea de que el problema ya ha sucedido.				
32	Acepto que el problema ha sucedido.				

33	Busco la ayuda de Dios.				
34	Deposito mi confianza en Dios.				
35	Trato de encontrar consuelo en mi religión.				
36	Rezo más de lo usual.				
37	Emocionalmente me perturbo y libero mis emociones				
38	Libero mis emociones.				
39	Siento mucha perturbación emocional y expreso esos sentimientos a otros.				
40	Me perturbo emocionalmente				
	<b>DIMENSIÓN 3: EL AFRONTAMIENTO ENFOCADO A LA EVITACIÓN</b>				
41	Me niego a aceptar que el problema ha ocurrido.				
42	Actúo como si el problema no hubiera sucedido realmente.				
43	Me comporto como si no hubiese ocurrido el problema.				
44	Me digo a mí mismo: "Esto no es real".				
45	Dejo de lado mis metas.				
46	Dejo de perseguir mis metas.				
47	Acepto que puedo enfrentar al problema y lo dejo de lado.				
48	Disminuyo los esfuerzos que pongo para solucionar el problema.				
49	Me dedico a trabajar o realizar otras actividades para alejar el problema de mi mente.				
50	Me dedico a enfrentar el problema, y si es necesario dejo de lado otras actividades.				
51	Sueño despierto con otras cosas que no se relacionen al problema.				
52	Duermo más de lo usual.				

Gracias por colaboración

### CUESTIONARIO QUE MIDE LA ANSIEDAD

Estudiante, esperamos su colaboración, respondiendo con sinceridad el presente cuestionario. Lea usted con atención y conteste a las preguntas marcando con "X" en una sola alternativa de acuerdo a su opinión. La prueba es anónima.

Nunca (1)

A veces hago esto (2)

Usualmente hago esto (3)

Hago esto con mucha frecuencia (4)

<b>Ansiedad</b>					
Nº	ITEM	1	2	3	4
<b>DIMENSIÓN 1. ANSIEDAD DE RASGO</b>					
01	Me siento calmado.				
02	Me siento seguro.				
03	Estoy tenso.				
04	Estoy contrariado.				
05	Me siento cómodo (estoy a gusto).				
06	Me siento alterado.				
07	Estoy preocupado ahora por posible desgracia futuras.				
08	Me siento descansado.				
09	Me siento angustiado.				
10	Me siento confortable.				
11	Tengo confianza en mí mismo.				
12	Me siento nervioso.				
13	Estoy desasosegado.				
14	Me siento muy "atacado" (como oprimido).				
15	Estoy relajado.				
16	Me siento satisfecho.				
17	Estoy preocupado.				
18	Me siento aturdido y sobreexcitado.				
19	Me siento alegre.				
20	En este momento me siento bien.				
<b>DIMENSIÓN 2. ANSIEDAD DE ESTADO</b>					
21	Me siento bien.				
22	Me canso rápidamente.				
23	Siento ganas de llorar.				
24	Me gustaría ser tan feliz como otros.				
25	Pierdo oportunidades por no decirme pronto.				
26	Me siento descansado.				
27	Soy una persona tranquila, serena y sosegada.				
28	Vejo que las dificultades se amontonan y no puedo con ellas.				
29	Me preocupo demasiado por cosas sin importancia.				
30	Soy feliz.				
31	Suelo tomarlas cosas demasiado seriamente.				
32	Me falta confianza en mí mismo.				
33	Me siento seguro.				



34	No suelo afrontar las crisis o dificultades.				
35	Me siento triste (melancólico)				
36	Estoy satisfecho.				
37	Me rondan y molestan pensamiento sin importancia.				
38	Me afectan tanto los desengaños que no puedo olvidar.				
39	Soy una persona estable.				
40	Cuando pienso sobre asunto y preocupaciones actuales me pongo tenso.				

Gracias por colaboración

Anexo 3

Base de dato de la prueba piloto del afrontamiento al estrés

		Afrontamiento al estrés																																																					
		El afrontamiento enfocado al problema																			El afrontamiento enfocado a la emoción																					El afrontamiento enfocado a la evitación													
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32	33	34	35	36	37	38	39	40	41	42	43	44	45	46	47	48	49	50	51	52		
1	3	3	2	3	2	2	2	2	2	1	2	3	2	3	1	2	1	2	1	3	1	3	3	2	3	2	2	2	2	1	2	3	2	3	1	2	1	2	1	3	1	3	3	2	3	2	2	2	2	1					
2	1	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	1	3	1	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	1	3	1	3	3	3	3	3	3	3	3						
3	3	3	3	3	2	3	3	2	3	2	3	1	3	2	1	3	3	3	1	3	3	3	3	3	2	3	3	2	3	2	3	1	3	2	1	3	3	3	1	3	3	3	3	3	2	3	3	2	3	2					
4	2	3	2	3	3	2	1	2	2	1	2	2	2	2	2	1	2	2	1	1	2	3	2	3	3	2	1	2	2	1	2	2	2	2	2	2	1	2	2	1	1	2	3	2	3	3	2	1	2	2	1				
5	1	3	3	3	2	3	1	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	1	3	3	3	2	3	1	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	1	3	3	3	2	3	1	3	3	3	
6	1	3	3	3	3	1	1	3	3	2	3	2	3	2	1	3	3	3	1	3	3	1	3	3	3	3	1	1	3	3	2	3	2	3	2	1	3	3	3	1	3	3	1	3	3	3	3	1	1	3	3	2			
7	3	3	2	1	2	2	3	2	2	1	2	3	2	2	2	1	2	2	3	1	3	3	2	1	2	2	3	2	2	1	2	3	2	2	2	2	2	1	2	2	3	1	3	3	2	1	2	2	3	2	2	1			
8	3	3	2	1	2	2	2	3	2	1	2	1	2	2	3	2	1	2	3	1	1	3	3	2	1	2	2	2	3	2	1	2	1	2	2	3	2	1	1	3	3	2	1	2	2	2	2	3	2	2	1				
9	3	1	2	3	3	2	3	3	2	3	2	1	2	2	1	2	1	2	1	3	1	3	1	2	3	3	2	3	3	2	3	2	1	2	2	1	2	1	2	1	2	1	3	1	3	1	2	3	3	2	3	2	3		
10	2	3	2	3	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	1	2	2	2	1	3	2	2	3	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	2	2	2	1	3	2	2	3	2	3	2	2	2	2				
11	3	3	3	3	2	3	3	2	3	2	3	2	3	2	3	4	4	4	3	3	4	3	3	3	3	2	3	3	2	3	2	3	2	3	2	3	2	3	4	4	4	3	3	4	3	3	3	3	2	3	3	2			
12	3	4	3	3	3	4	2	3	3	1	3	2	3	2	4	3	3	3	3	3	4	3	4	3	3	3	4	2	3	3	1	3	2	3	2	4	3	3	3	3	4	3	4	3	3	3	4	2	3	3	1				
13	3	3	3	3	3	3	2	3	3	2	3	2	3	2	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	2	3	3	2	3	2	3	2	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	2		
14	3	1	2	2	3	2	4	3	2	3	2	3	2	2	1	2	3	2	1	3	3	3	1	2	2	3	2	4	3	2	3	2	3	2	2	1	2	3	2	1	3	3	3	1	2	2	3	2	4	3	2	3			
15	1	3	2	3	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	1	2	2	2	1	1	2	1	3	2	3	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	2	2	2	1	1	2	2	2	2	2	2	2			
16	3	1	1	3	3	1	3	2	1	2	1	2	1	2	1	1	1	1	1	1	1	3	1	1	3	3	1	3	2	1	2	1	2	1	2	1	2	1	1	1	1	1	1	1	1	3	1	1	3	3	1	3	2	1	2
17	2	3	3	3	3	3	4	2	3	1	3	1	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	2	3	1	3	1	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	2	3	1		
18	3	1	2	3	2	2	3	2	2	3	2	3	2	2	1	2	3	2	1	3	3	3	1	2	3	2	2	3	2	2	3	2	2	3	2	2	1	2	3	2	1	3	3	3	1	2	3	2	2	3	2	2	3		
19	2	3	2	3	2	2	4	2	2	1	2	3	2	2	1	2	3	2	1	1	3	2	3	2	3	2	2	4	2	2	1	2	3	2	2	1	2	3	2	1	1	3	2	3	2	2	4	2	2	2	1				
20	3	1	2	3	3	2	3	2	2	2	2	2	2	2	1	2	1	2	1	3	1	3	1	2	3	3	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	2	1	2	1	3	1	3	1	2	3	2	3	2	2	2	

## Resultado de la prueba piloto del afrontamiento al estrés

<b>Estadísticos de fiabilidad</b>	
Alfa de Cronbach	N de elementos
.938	52

<b>Estadísticos total-elemento</b>				
	Media de la escala si se elimina el elemento	Varianza de la escala si se elimina el elemento	Correlación elemento-total corregida	Alfa de Cronbach si se elimina el elemento
VAR00001	118.9500	388.366	-.158	.941
VAR00002	118.8000	368.274	.407	.938
VAR00003	119.0000	363.158	.913	.935
VAR00004	118.6000	377.621	.237	.938
VAR00005	118.8500	381.503	.108	.939
VAR00006	119.0500	360.366	.828	.935
VAR00007	118.7000	386.221	-.086	.941
VAR00008	118.9500	376.261	.380	.938
VAR00009	119.0000	363.158	.913	.935
VAR00010	119.4500	379.208	.133	.939
VAR00011	119.0000	363.158	.913	.935
VAR00012	119.2500	386.934	-.125	.941
VAR00013	119.0000	363.158	.913	.935
VAR00014	119.1500	378.766	.312	.938
VAR00015	119.5000	357.211	.652	.936
VAR00016	118.9500	360.155	.902	.935
VAR00017	119.1000	352.305	.799	.934
VAR00018	118.9500	360.155	.902	.935
VAR00019	119.5500	360.366	.627	.936
VAR00020	118.9000	365.884	.446	.937
VAR00021	119.0500	349.103	.833	.934
VAR00022	118.9500	388.366	-.158	.941
VAR00023	118.8000	368.274	.407	.938
VAR00024	119.0000	363.158	.913	.935
VAR00025	118.6000	377.621	.237	.938
VAR00026	118.8500	381.503	.108	.939

VAR00027	119.0500	360.366	.828	.935
VAR00028	118.7000	386.221	-.086	.941
VAR00029	118.9500	376.261	.380	.938
VAR00030	119.0000	363.158	.913	.935
VAR00031	119.4500	379.208	.133	.939
VAR00032	119.0000	363.158	.913	.935
VAR00033	119.2500	386.934	-.125	.941
VAR00034	119.0000	363.158	.913	.935
VAR00035	119.1500	378.766	.312	.938
VAR00036	119.5000	357.211	.652	.936
VAR00037	118.9500	360.155	.902	.935
VAR00038	119.1000	352.305	.799	.934
VAR00039	118.9500	360.155	.902	.935
VAR00040	119.5500	360.366	.627	.936
VAR00041	118.9000	365.884	.446	.937
VAR00042	119.0500	349.103	.833	.934
VAR00043	118.9500	388.366	-.158	.941
VAR00044	118.8000	368.274	.407	.938
VAR00045	119.0000	363.158	.913	.935
VAR00046	118.6000	377.621	.237	.938
VAR00047	118.8500	381.503	.108	.939
VAR00048	119.0500	360.366	.828	.935
VAR00049	118.7000	386.221	-.086	.941
VAR00050	118.9500	376.261	.380	.938
VAR00051	119.0000	363.158	.913	.935
VAR00052	119.4500	379.208	.133	.939

---

---

Base de dato de la prueba piloto de la ansiedad

		Ansiedad																																									
		Ansiedad de rasgo																			Ansiedad de estado																						
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32	33	34	35	36	37	38	39	40		
1		3	2	3	1	2	1	2	2	2	1	1	2	1	2	2	3	2	3	1	2	1	2	2	2	1	1	2	1	2	2	3	2	3	1	2	1	2	2	2	1		
2		2	4	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	4	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	4	4	3	3	3	3	3	3	3			
3		2	3	2	1	3	3	3	2	3	2	1	3	3	3	3	2	3	2	1	3	3	3	2	3	2	1	3	3	3	3	2	3	2	1	3	3	3	2	3	2		
4		2	2	2	2	2	1	3	2	2	1	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	3	2	2	1	2	2	1	2	2	2	2	2	1	3	2	2	1
5		3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	
6		2	3	2	1	3	3	3	3	3	2	1	3	3	3	3	2	3	2	1	3	3	3	3	3	2	1	3	3	3	3	2	3	2	1	3	3	3	3	3	3	2	
7		3	2	2	2	2	1	3	2	2	1	2	2	1	2	3	3	2	2	2	2	1	3	2	2	1	2	2	1	2	3	3	2	2	2	2	1	3	2	2	2	1	
8		1	2	2	3	2	1	2	3	2	1	3	2	1	2	3	1	2	2	3	2	1	2	3	2	1	2	3	2	1	3	2	1	2	3	2	1	2	3	2	1		
9		1	2	2	1	2	1	3	3	2	3	1	2	1	2	3	1	2	2	1	2	1	3	3	2	3	1	2	1	2	3	1	2	2	1	2	1	3	3	2	3		
10		2	2	2	1	2	2	3	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	1	2	2	3	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	2	2	2	2		
11		2	3	2	3	3	3	3	2	3	2	3	3	3	3	3	2	3	2	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	2	3	2	3	3	3	3	3	2	3	2		
12		2	3	2	3	3	3	2	3	3	1	3	3	3	3	3	2	3	2	3	3	3	3	2	3	3	1	3	3	3	3	2	3	2	3	3	3	2	3	3	1		
13		2	3	2	3	3	3	2	3	3	2	3	3	3	3	2	2	3	2	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	2	3	2	3	2	3	3	3	2	3	3	2		
14		3	2	2	1	2	3	3	3	2	3	1	2	3	2	2	3	2	2	1	2	3	3	3	2	3	1	2	3	2	2	3	2	2	1	2	3	3	3	2	3		
15		2	2	2	1	2	2	3	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	1	2	2	3	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	2	2	3	2	2	
16		2	1	2	1	1	1	3	2	1	2	1	1	1	1	2	2	1	2	1	1	1	3	2	1	2	1	1	1	1	2	2	1	2	1	1	1	1	3	2	1	2	
17		1	4	4	3	3	3	3	2	3	1	3	3	3	3	3	1	4	4	3	3	3	3	2	3	1	3	3	3	3	1	4	4	3	3	3	3	2	3	1			
18		3	2	2	1	2	3	3	2	2	3	1	2	3	2	2	3	2	2	1	2	3	3	2	2	3	1	2	3	2	2	3	2	2	1	2	3	3	2	2	3		
19		3	2	2	1	2	3	3	2	2	1	1	2	3	2	2	3	2	2	1	2	3	3	2	2	1	1	2	3	2	2	3	2	2	1	2	3	3	2	2	1		
20		2	2	2	1	2	1	3	2	2	2	1	2	1	2	2	2	2	2	1	2	1	3	2	2	2	1	2	1	2	2	2	2	2	2	2	1	2	1	3	2	2	

## Resultado de la prueba piloto de la ansiedad

<b>Estadísticos de fiabilidad</b>	
Alfa de Cronbach	N de elementos
.956	40

<b>Estadísticos total-elemento</b>				
	Media de la escala si se elimina el elemento	Varianza de la escala si se elimina el elemento	Correlación elemento-total corregida	Alfa de Cronbach si se elimina el elemento
VAR00001	88.2500	301.461	-.058	.958
VAR00002	87.9500	276.892	.914	.952
VAR00003	88.1000	288.726	.511	.955
VAR00004	88.6000	279.516	.633	.954
VAR00005	88.0500	282.261	.911	.953
VAR00006	88.2000	274.695	.792	.953
VAR00007	87.6000	300.884	-.034	.957
VAR00008	88.0000	292.526	.453	.955
VAR00009	88.0500	282.261	.911	.953
VAR00010	88.5000	293.316	.246	.957
VAR00011	88.6000	279.516	.633	.954
VAR00012	88.0500	282.261	.911	.953
VAR00013	88.2000	274.695	.792	.953
VAR00014	88.0500	282.261	.911	.953
VAR00015	87.9500	293.524	.388	.955
VAR00016	88.2500	301.461	-.058	.958
VAR00017	87.9500	276.892	.914	.952
VAR00018	88.1000	288.726	.511	.955
VAR00019	88.6000	279.516	.633	.954
VAR00020	88.0500	282.261	.911	.953
VAR00021	88.2000	274.695	.792	.953
VAR00022	87.6000	300.884	-.034	.957
VAR00023	88.0000	292.526	.453	.955
VAR00024	88.0500	282.261	.911	.953
VAR00025	88.5000	293.316	.246	.957
VAR00026	88.6000	279.516	.633	.954

VAR00027	88.0500	282.261	.911	.953
VAR00028	88.2000	274.695	.792	.953
VAR00029	88.0500	282.261	.911	.953
VAR00030	87.9500	293.524	.388	.955
VAR00031	88.2500	301.461	-.058	.958
VAR00032	87.9500	276.892	.914	.952
VAR00033	88.1000	288.726	.511	.955
VAR00034	88.6000	279.516	.633	.954
VAR00035	88.0500	282.261	.911	.953
VAR00036	88.2000	274.695	.792	.953
VAR00037	87.6000	300.884	-.034	.957
VAR00038	88.0000	292.526	.453	.955
VAR00039	88.0500	282.261	.911	.953
VAR00040	88.5000	293.316	.246	.957

Base de dato de las variables

	Afrontamiento al estrés																																																					
	El afrontamiento enfocado al problema																				El afrontamiento enfocado a la emoción																				El afrontamiento enfocado a la evitación													
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32	33	34	35	36	37	38	39	40	41	42	43	44	45	46	47	48	49	50	51	52		
1	1	3	2	3	3	2	4	3	2	3	2	3	1	3	1	2	3	2	4	1	48	3	1	3	2	3	2	4	3	2	3	2	3	1	3	1	2	3	2	4	50	1	3	1	3	2	3	3	2	4	3	2	3	
2	1	4	2	3	2	2	3	2	2	2	2	2	2	1	2	1	2	3	1	41	1	1	4	2	3	2	2	3	2	2	2	2	2	1	2	1	2	1	2	3	41	1	1	1	1	4	2	2	2	3	2	2	2	
3	3	2	2	2	3	2	3	2	3	2	3	2	3	2	2	1	2	2	1	3	45	2	3	2	2	2	3	2	3	2	3	2	2	2	1	2	2	1	44	3	2	3	2	2	3	2	3	2	3	2	3			
4	3	1	2	2	3	2	2	2	2	1	2	2	2	1	2	3	2	1	3	40	3	3	1	2	2	3	2	2	2	1	2	2	2	1	2	3	2	1	40	3	3	3	1	2	2	3	2	2	2	2	1			
5	3	1	3	3	3	3	2	3	3	1	4	1	3	2	3	3	2	3	3	4	53	2	3	1	3	3	3	2	3	3	1	4	1	3	2	3	3	2	3	3	51	4	2	3	1	3	3	3	2	3	3	1		
6	1	3	1	3	2	3	3	3	1	2	3	2	3	2	3	3	3	3	3	1	48	3	1	3	1	3	2	3	3	1	2	3	2	3	2	3	3	3	3	50	1	3	1	3	1	3	2	3	3	3	1	2		
7	3	1	2	2	2	2	1	3	2	2	4	3	2	2	1	2	1	2	1	3	41	1	3	1	2	2	2	2	1	3	2	2	4	3	2	2	1	2	1	2	1	39	3	1	3	1	2	2	2	2	1	3	2	2
8	3	1	2	3	3	2	2	2	2	2	1	2	3	3	2	2	2	3	1	44	2	3	1	2	3	2	2	2	3	2	2	2	1	2	3	3	2	2	3	45	1	2	3	1	2	3	3	2	2	3	2	2		
9	3	3	2	3	3	3	2	3	2	3	3	2	3	3	1	3	3	1	3	53	3	3	3	3	2	3	3	2	3	3	2	3	3	2	3	3	1	53	3	3	3	3	3	2	3	3	2	3	3	2	3			
10	3	4	2	1	2	2	2	2	1	2	4	2	3	1	2	1	2	1	3	42	1	3	4	2	1	2	2	2	2	1	2	4	2	3	1	2	1	2	1	40	3	1	3	4	2	1	2	2	2	2	2	1		
11	1	4	3	3	3	3	3	3	3	3	4	2	3	3	3	3	3	3	3	1	57	3	1	4	3	3	3	3	3	3	3	4	2	3	3	3	3	3	59	1	3	1	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3		
12	3	3	3	3	2	3	3	2	3	2	3	2	3	2	1	3	3	3	1	51	3	3	3	3	3	2	3	3	2	3	2	3	2	3	2	1	3	3	3	51	3	3	3	3	3	3	2	3	3	2	3	2		
13	2	4	2	3	3	2	4	2	2	1	2	2	2	2	2	1	2	2	1	43	1	2	4	2	3	3	2	4	2	2	1	2	2	2	2	2	1	2	2	43	1	1	2	4	2	3	3	2	4	2	2	1		
14	1	3	3	3	2	4	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	59	3	1	3	3	2	4	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	59	3	3	1	3	3	3	2	4	3	4	3	3				
15	1	4	3	3	3	3	3	3	2	3	2	3	2	1	3	3	1	3	1	52	3	1	4	3	3	3	3	3	2	3	2	3	2	2	1	3	3	1	52	3	3	1	4	3	3	3	3	3	3	3	2			
16	3	3	2	3	2	2	3	2	2	1	2	2	2	2	2	1	2	2	3	44	1	3	3	2	3	2	2	3	2	2	1	2	3	2	2	2	1	2	2	42	3	1	3	3	2	3	2	2	3	2	2	1		
17	3	3	2	4	2	2	2	3	2	1	2	1	2	2	3	1	2	3	1	43	1	3	3	2	4	2	2	2	2	1	2	1	2	2	2	3	2	1	2	3	43	1	1	3	3	2	4	2	2	2	3	2	1	
18	3	1	2	4	3	2	3	3	2	3	2	1	2	2	1	2	1	2	1	43	1	3	1	2	4	3	2	3	2	3	2	2	1	2	2	1	2	1	2	1	41	3	1	3	1	2	4	3	2	2	3	2	3	
19	2	3	2	3	2	2	4	2	2	2	2	2	2	2	1	2	2	2	1	43	2	2	3	2	3	2	2	4	2	2	2	2	2	2	2	2	1	2	2	1	42	3	2	2	3	2	3	2	2	4	2	2	2	
20	3	1	3	3	2	3	3	2	3	2	3	2	3	2	3	4	3	3	3	4	55	3	3	1	3	3	3	3	3	2	3	2	3	2	3	2	3	4	3	3	54	4	3	3	1	3	3	2	3	3	2	3	2	
21	3	3	1	3	3	2	3	2	3	1	3	2	3	2	3	3	3	3	3	53	3	3	3	1	3	3	3	2	3	1	3	2	3	2	3	2	3	3	53	3	3	3	3	1	3	3	2	3	2	3	1			
22	3	1	3	3	3	2	3	3	2	3	2	3	2	3	3	3	3	3	3	4	55	3	3	1	3	3	3	2	3	2	3	2	3	2	3	3	3	3	54	4	3	3	1	3	3	3	3	2	3	3	2			
23	3	1	2	2	2	3	3	2	3	2	3	2	2	1	2	3	2	1	3	45	3	3	1	2	2	3	2	3	3	2	3	2	2	1	2	3	3	1	45	3	3	3	1	2	2	3	2	3	2	3	2			
24	1	3	2	3	2	2	4	2	2	2	2	2	2	1	2	2	2	1	1	40	2	1	3	2	3	2	2	4	2	2	2	2	2	2	2	1	2	2	1	41	1	2	1	3	2	3	2	2	4	2	2	2		
25	3	1	1	3	1	3	1	3	2	1	2	1	2	1	1	1	1	1	1	30	1	3	1	1	1	3	1	3	2	1	2	1	2	2	1	2	1	1	30	1	1	3	1	1	1	3	1	3	2	2	1	2		
26	2	3	3	1	3	3	4	2	3	1	3	1	3	3	3	3	3	3	3	53	4	2	3	3	1	3	3	4	2	3	1	3	1	3	3	3	3	54	3	4	2	3	3	1	3	3	4	2	3	1				
27	3	3	2	1	2	2	3	2	2	3	2	2	1	2	3	2	1	2	3	44	3	3	3	2	1	2	2	3	2	3	2	3	2	2	1	2	3	2	1	44	3	3	3	3	2	1	2	2	3	2	2	3		
28	2	3	2	1	2	2	3	2	2	1	2	3	2	2	1	2	3	2	1	39	3	2	3	2	1	2	2	3	2	1	2	3	2	2	2	1	2	3	2	1	41	1	3	2	3	2	1	2	2	3	2	2	1	
29	3	4	2	3	3	2	4	2	2	2	2	2	2	1	2	1	2	1	3	45	1	3	4	2	3	3	2	4	2	2	2	2	2	2	1	2	1	2	1	43	3	1	3	4	2	3	3	2	4	2	2	2		
30	3	1	3	2	2	3	2	3	3	2	3	2	3	3	1	3	3	3	3	50	1	3	1	3	2	2	3	2	3	2	3	2	3	2	3	3	1	3	3	48	3	1	3	1	3	2	2	3	2	3	3	2		
31	1	3	2	3	3	2	3	3	2	3	2	3	2	3	2	2	3	1	3	49	3	1	3	2	3	3	2	3	2	3	2	3	2	3	2	3	2	3	51	1	3	1	3	2	3	2	3	3	2	3	2			
32	3	3	4	3	2	2	3	2	2	2	2	2	2	3	2	1	2	2	1	46	1	3	3	4	3	2	2	3	2	2	2	2	2	2	3	2	1	2	3	46	1	1	3	3	4	3	2	2	3	2	2	2		
33	3	2	2	2	3	2	3	2	2	3	2	2	2	1	2	2	2	1	3	45	2	3	2	2	2	2	3	2	3	2	3	2	2	2	1	2	2	1	44	3	2	3	2	2	2	2	2	3	3	2	3			
34	3	3	2	2	4	2	2	2	2	1	2	2	2	1	2	3	2	1	3	43	3	3	3	2	2	4	2	2	2	1	2	2	2	2	1	2	3	2	1	43	3	3	3	3	2	2	4	2	2	2	2	1		
35	3	1	3	3	3	3	2	3	3	1	3	1	3	2	3	3	2	3	3	51	2	3	1	3	3	3	2	3	3	1	3	1	3	2	3	3	2	3	50	3	2	3	1	3	3	3	2	3	3	1	3			
36	1	3	3	2	3	3	3	3	2	3	2	3	2	3	3	3	3	3	1	52	3	1	3	3	3	2	3	3	3	2	3	2	3	2	3	3	3	54	1	3	1	3	3	3	2	3	3	3	3	2	2			
37	3	1	2	2	2	2	3	3	2	2	3	2	2																																									



56	2	3	3	3	3	3	4	2	3	1	3	1	3	3	3	3	3	3	3	3	3	55	3	2	3	3	3	3	3	4	2	3	1	3	1	3	3	3	3	3	3	3	55	3	3	2	3	3	3	3	3	4	2	3	1	33	143
57	3	1	2	3	2	2	3	2	2	3	2	3	2	2	1	2	3	2	1	3	44	3	3	1	2	3	2	2	3	2	2	3	2	3	2	2	1	2	3	2	1	44	3	3	3	1	2	3	2	2	3	2	2	3	29	117	
58	2	3	2	3	2	2	4	2	2	1	2	3	2	2	1	2	3	2	1	1	42	3	2	3	2	3	2	2	4	2	2	1	2	3	2	2	1	2	3	2	1	44	1	3	2	3	2	3	2	2	4	2	2	1	27	113	
59	3	1	2	3	3	2	3	2	2	2	2	2	2	2	1	2	1	2	1	3	41	1	3	1	2	3	3	2	3	2	2	2	2	2	2	2	1	2	1	2	1	39	3	1	3	1	2	3	3	2	3	2	2	2	27	107	
60	3	1	3	2	2	3	2	3	3	2	3	2	3	2	3	2	4	3	1	3	3	51	1	3	1	3	2	2	3	2	3	2	3	2	4	3	1	3	3	49	3	1	3	1	3	2	2	3	2	3	3	2	28	128			
61	1	3	2	3	3	2	3	2	3	2	3	2	3	3	2	3	2	3	2	3	1	49	3	1	3	2	3	3	2	3	2	3	2	3	3	2	3	2	3	51	1	3	1	3	2	3	3	2	3	3	2	3	29	129			
62	3	3	2	3	2	2	4	2	2	2	2	2	2	2	3	2	1	2	3	1	45	1	3	3	2	3	2	2	4	2	2	2	2	2	2	2	3	2	1	2	3	45	1	1	3	3	2	3	2	2	4	2	2	2	27	117	
63	3	2	2	2	3	2	3	4	2	3	2	3	2	2	1	2	2	2	1	3	46	2	3	2	2	2	3	2	3	4	2	3	2	3	2	2	1	2	2	2	1	45	3	2	3	2	2	2	3	2	3	4	2	3	31	122	
64	3	3	2	2	3	2	2	2	1	2	2	2	2	1	2	3	2	1	3	42	3	3	3	2	2	3	2	2	2	2	1	2	2	2	2	1	2	3	2	1	42	3	3	3	3	2	2	3	2	2	2	2	1	28	112		
65	3	1	3	3	3	2	3	3	1	3	1	3	2	3	3	2	3	3	2	3	51	2	3	1	3	3	3	3	2	3	1	3	1	3	2	3	3	2	3	50	3	2	3	1	3	3	3	2	3	3	3	1	30	131			
66	1	3	3	3	2	3	3	3	2	3	2	3	2	3	3	3	3	3	3	1	52	3	1	3	3	3	2	3	3	3	2	3	2	3	2	3	3	3	54	1	3	1	3	3	3	2	3	3	3	3	2	30	136				
67	3	1	2	2	2	2	3	3	2	2	3	2	4	1	2	1	2	1	3	43	1	3	1	2	2	2	2	3	3	2	2	3	2	4	1	2	1	2	1	41	3	1	3	1	2	2	2	2	3	3	2	2	26	110			
68	3	1	2	3	3	2	2	3	2	2	1	2	3	3	2	2	2	3	1	44	2	3	1	2	3	3	2	2	3	2	2	2	1	2	3	3	2	2	45	1	2	3	1	2	3	3	2	2	3	2	2	26	115				
69	3	3	3	2	3	3	3	2	3	3	3	2	3	3	1	1	1	3	1	49	3	3	3	3	2	3	3	3	2	3	3	3	1	1	1	3	1	49	3	3	3	3	3	2	3	3	3	2	3	3	34	132					
70	3	3	2	3	2	2	2	2	1	2	3	2	3	1	2	1	2	1	3	42	1	3	3	2	3	2	2	2	2	2	1	2	3	2	3	1	2	1	2	1	40	3	1	3	3	2	3	2	2	2	2	2	1	26	108		
71	1	3	3	3	4	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	56	3	1	3	3	3	4	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	58	1	3	1	3	3	3	4	3	3	3	3	3	33	147					
72	3	3	3	3	2	3	3	2	3	2	3	2	1	3	3	3	1	3	3	51	3	3	3	3	3	2	3	3	2	3	2	3	2	3	2	1	3	3	3	51	3	3	3	3	3	3	2	3	3	2	3	2	33	135			
73	2	3	2	3	3	2	3	2	2	1	2	2	2	2	2	1	2	2	1	41	1	2	3	2	3	3	2	3	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	41	1	1	2	3	2	3	2	3	2	2	2	1	25	107				
74	1	1	3	3	2	1	3	3	1	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	51	3	1	1	3	3	2	1	3	3	1	3	3	3	3	3	3	3	51	3	3	1	1	3	3	2	1	3	3	1	3	27	129					
75	1	3	3	3	3	3	3	3	2	3	2	3	2	1	1	3	3	1	3	49	3	1	3	3	3	3	3	3	3	2	3	2	3	2	1	1	3	3	49	3	3	1	3	3	3	3	3	3	3	3	2	33	131				
76	3	1	2	3	2	2	3	2	2	1	2	3	2	2	2	1	2	2	3	42	1	3	1	2	3	2	2	3	2	2	1	2	3	2	2	2	1	2	2	40	3	1	3	1	2	3	2	2	3	2	2	1	25	107			
77	3	3	2	3	2	2	2	3	2	1	2	1	2	2	3	2	1	2	3	42	1	3	3	2	3	2	2	2	3	2	1	2	1	2	2	3	2	1	2	3	42	1	1	3	3	2	3	2	2	3	2	2	1	25	109		
78	3	1	2	3	3	2	3	3	2	3	2	1	2	2	1	2	1	2	1	42	1	3	1	2	3	3	2	3	3	2	3	2	1	2	2	1	2	1	40	3	1	3	1	2	3	3	2	3	3	2	3	29	111				
79	2	3	2	3	2	2	3	2	2	2	2	2	2	1	2	2	2	1	3	42	2	2	3	2	3	2	2	3	2	2	2	2	2	1	2	2	2	1	41	3	2	2	3	2	3	2	2	3	2	2	2	28	111				
80	3	1	3	3	2	3	3	2	3	2	3	2	3	2	3	3	3	4	1	52	3	3	1	3	3	2	3	3	2	3	2	3	2	3	2	3	3	3	4	1	52	3	3	3	1	3	3	2	3	3	2	3	2	31	135		
81	3	1	3	3	3	3	2	3	3	1	3	2	3	2	4	3	3	4	1	53	3	3	1	3	3	3	3	2	3	3	1	3	2	3	2	4	3	3	4	1	53	3	3	3	1	3	3	3	3	2	3	3	1	31	137		
82	3	3	3	3	3	3	2	3	3	2	3	2	3	2	4	3	3	3	3	57	3	3	3	3	3	3	2	3	3	2	3	2	3	2	4	3	3	57	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	2	34	148					
83	3	1	2	2	3	2	3	3	2	3	2	3	2	2	1	2	3	2	1	45	3	3	1	2	2	3	2	3	2	3	2	2	2	1	2	3	2	1	45	3	3	3	1	2	2	3	2	3	2	3	2	30	120				
84	1	3	2	4	2	2	1	2	2	2	2	2	2	1	2	2	2	1	38	2	1	3	2	4	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	1	2	2	2	39	1	2	1	3	2	4	2	2	1	2	2	2	24	101				
85	3	1	1	3	3	1	3	2	1	2	1	2	1	1	1	1	1	1	1	32	1	3	1	1	3	3	1	3	2	1	2	1	2	1	2	1	1	1	32	1	1	3	1	1	3	3	1	3	2	1	2	22	86				
86	2	3	3	3	3	3	2	3	1	3	1	3	3	3	3	3	3	3	4	55	3	2	3	3	3	3	3	3	2	3	1	3	1	3	3	3	3	3	54	4	3	2	3	3	3	3	3	3	2	3	1	33	142				
87	3	3	2	3	2	2	3	2	2	3	2	3	2	2	1	2	4	2	1	47	3	3	3	2	3	2	2	3	2	2	3	2	2	1	2	4	2	1	47	3	3	3	3	2	3	2	2	3	2	2	3	31	125				
88	2	3	2	3	2	2	4	2	2	1	2	3	2	2	1	2	3	2	1	42	3	2	3	2	3	2	2	4	2	2	1	2	3	2	2	1	2	3	2	1	44	1	3	2	3	2	3	2	2	4	2	2	1	27	113		
89	1	3	2	1	3	2	3	2	2	2	2	2	2	1	2	1	2	1	3	39	1	1	3	2	1	3	2	3	2	2	2	2	2	1	2	1	2	1	37	3	1	1	3	2	1	3	2	3	2	2	2	25	101				
90	3	1	3	2	2	3	2	3	3	2	3	2	3	3	1	3	3	3	50	1	3	1	3	2	2	3	2	3	2	3	2	3	2	3	3	1	3	3	48	3	1	3	1	3	2	2	3	2	3	3	2	28	126				
91	1	1	2	3	3	2	3	3	2	3	2	3	2	3	3	2	3	2	3	47	3	1	1	2	3	3	2	3	3	2	3	2	3	2	3	2	3	49	1	3	1	1	2	3	3	2	3	3	2	3	27	123					
92	3	3	2	3	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	3																																										

	Ansiiedad																																												
	Ansiiedad de rasgo																				Ansiiedad de estado																								
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32	33	34	35	36	37	38	39	40					
1	4	2	1	3	2	3	3	3	2	3	4	2	3	2	2	4	2	1	3	2	51	3	3	3	2	3	4	2	3	2	2	4	2	1	3	2	3	3	3	2	3	53	104		
2	2	2	2	3	2	1	3	2	2	2	3	2	1	2	3	2	2	2	3	2	43	1	3	2	2	2	3	2	1	2	3	2	2	2	3	2	1	3	2	2	2	42	85		
3	3	2	2	1	2	2	3	3	2	3	1	2	2	2	3	3	2	2	1	2	43	2	3	3	2	3	1	2	2	2	3	3	2	2	1	2	2	3	3	2	3	46	89		
4	2	2	2	1	2	3	2	2	2	1	1	2	3	2	2	2	2	2	1	2	38	3	2	2	2	1	1	2	3	2	2	2	2	2	2	2	1	2	3	2	2	39	77		
5	1	3	2	3	3	2	2	3	3	1	3	3	2	3	4	1	3	2	3	3	50	2	2	3	3	1	3	3	2	3	4	1	3	2	3	3	2	2	3	3	1	49	99		
6	2	3	2	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	4	2	3	2	3	3	56	3	3	3	3	2	3	3	3	3	4	2	3	2	3	3	3	3	3	3	2	57	113		
7	3	2	2	1	2	1	3	3	2	2	1	2	1	2	2	3	2	2	1	2	39	1	3	3	2	2	1	2	1	2	2	3	2	1	2	1	3	3	2	2	40	79			
8	1	2	3	3	2	2	2	3	2	2	3	2	2	2	2	1	2	3	3	2	44	2	2	3	2	2	3	2	2	2	2	1	2	3	2	2	2	3	2	2	44	88			
9	2	3	3	1	3	3	3	2	3	3	1	3	3	3	3	2	3	3	1	3	51	3	3	2	3	3	1	3	3	3	3	2	3	3	1	3	3	3	2	3	53	104			
10	3	2	3	1	2	1	2	2	2	1	1	2	1	2	2	3	2	3	1	2	38	1	2	2	2	1	1	2	1	2	2	3	2	3	1	2	1	2	2	2	35	73			
11	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	2	3	3	62	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	61	123			
12	2	3	2	1	3	3	3	4	3	2	1	3	3	3	4	2	3	2	1	3	51	3	3	4	3	2	1	3	3	3	4	2	3	2	1	3	3	3	4	3	2	55	106		
13	4	2	4	4	2	1	3	4	2	1	2	2	1	2	2	4	2	4	4	2	52	1	3	4	2	1	2	2	1	2	2	4	2	4	4	2	1	3	4	2	1	47	99		
14	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	59	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	59	118			
15	2	3	2	1	3	3	3	3	3	2	1	3	3	3	3	2	3	2	1	3	49	3	3	3	3	2	1	3	3	3	2	3	2	1	3	3	3	3	3	3	2	52	101		
16	3	2	2	2	2	1	3	2	2	1	2	2	1	2	3	3	2	2	2	2	41	1	3	2	2	1	2	2	1	2	3	3	2	2	2	2	1	3	2	2	1	39	80		
17	1	2	2	3	2	1	2	3	2	1	3	2	1	2	3	1	2	2	3	2	40	1	2	3	2	1	3	2	1	2	3	1	2	2	3	1	2	2	3	2	1	39	79		
18	1	2	2	1	2	1	3	3	2	3	1	2	1	2	3	1	2	2	1	2	37	1	3	3	2	3	1	2	1	2	3	1	2	2	1	2	1	3	3	2	3	41	78		
19	2	2	2	1	2	2	3	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	1	2	38	2	3	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	1	2	2	3	2	2	2	40	78		
20	2	3	2	3	3	3	3	2	3	2	3	3	3	3	3	2	3	2	3	3	54	3	3	2	3	2	3	3	3	3	3	2	3	2	3	3	3	3	3	2	3	2	54	108	
21	2	3	2	3	3	3	2	3	3	1	3	3	3	3	3	2	3	2	3	3	53	3	2	3	3	1	3	3	3	3	3	2	3	2	3	3	3	2	3	3	1	52	105		
22	2	3	2	3	3	3	2	3	3	2	3	3	3	3	2	3	2	3	2	3	53	3	2	3	3	2	3	3	3	3	2	2	3	2	3	3	3	2	3	3	2	53	106		
23	3	2	2	1	2	3	3	3	2	3	1	2	3	2	2	3	2	2	1	2	44	3	3	3	2	3	1	2	3	2	2	3	2	2	1	2	3	3	3	2	3	48	92		
24	2	2	2	1	2	2	3	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	1	2	38	2	3	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	1	2	2	3	2	2	2	40	78		
25	2	1	2	1	1	1	3	2	1	2	1	1	1	1	1	2	2	1	2	1	29	1	3	2	1	2	1	1	1	1	2	2	1	2	1	1	1	3	2	1	2	31	60		
26	1	3	3	3	3	3	3	2	3	1	3	3	3	3	4	1	3	3	3	3	54	3	3	2	3	1	3	3	3	3	4	1	3	3	3	3	3	3	3	2	3	1	53	107	
27	3	2	2	1	2	3	3	2	2	3	1	2	4	2	2	3	2	2	1	2	44	3	3	2	2	3	1	2	4	2	2	3	2	2	1	2	3	3	2	2	3	47	91		
28	3	2	2	1	2	3	3	2	2	1	1	2	4	2	2	3	2	2	1	2	42	3	3	2	2	1	1	2	4	2	2	3	2	2	1	2	3	3	2	2	1	43	85		
29	2	2	2	1	2	1	3	2	2	2	1	2	1	2	2	2	2	2	2	1	2	36	1	3	2	2	2	1	2	1	2	2	2	2	2	2	2	1	2	1	3	2	2	37	73
30	2	3	2	3	3	1	2	3	3	2	3	3	1	3	3	2	3	2	3	3	50	1	2	3	3	2	3	3	1	3	3	2	3	2	3	3	1	2	3	3	2	48	98		
31	3	2	3	3	2	3	3	2	3	3	2	3	2	3	2	3	2	3	3	2	52	3	3	3	2	3	3	2	3	2	2	3	2	3	2	3	3	2	3	3	2	3	53	105	
32	2	2	2	3	2	1	3	2	2	2	3	2	1	2	3	2	2	3	2	2	43	1	3	2	2	3	2	1	2	3	2	2	3	2	2	3	2	1	3	2	2	2	42	85	
33	3	2	2	1	2	2	3	3	2	3	1	2	2	2	3	3	2	2	1	2	43	2	3	3	2	3	1	2	2	2	3	3	2	2	1	2	2	3	3	2	3	46	89		
34	2	2	2	1	2	3	2	2	2	1	1	2	3	2	2	2	2	2	1	2	38	3	2	2	2	1	1	2	3	2	2	2	2	2	2	1	2	3	2	2	2	1	39	77	
35	1	3	2	3	3	2	2	3	3	1	3	3	2	3	3	1	3	2	3	3	49	2	2	3	3	1	3	3	2	3	3	1	3	2	3	3	2	3	2	3	3	1	48	97	
36	2	3	2	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	2	3	2	3	3	55	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	2	3	2	3	3	3	3	3	3	2	56	111		
37	3	2	2	1	2	1	3	3	2	2	1	2	1	2	2	3	2	2	1	2	39	1	3	3	2	2	1	2	1	2	2	3	2	2	1	2	1	3	3	2	2	40	79		
38	1	2	4	3	2	2	3	2	2	3	2	2	2	2	1	2	4	3	2	46	2	2	3	2	2	3	2	2	2	2	1	2	4	3	2	2	2	3	2	2	45	91			
39	2	3	4	1	3	3	3	2	3	3	1	3	4	4	2	3	4	1	3	56	3	3	3	2	3	1	3	4	4	4	2	3	4	1	3	3	3	2	3	3	57	113			
40	3	2	3	1	2	1	2	2	2	1	1	2	1	2	2	3	2	3	1	2	38	1	2	2	2	1	1	2	1	2	2	3	2	3	1	2	1	2	2	2	1	35	73		
41	2	4	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	4	4	3	3	62	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	4	4	3	3	3	3	3	3	61	123			
42	2	3	2	1	3	3	3	2	3	2	1	3	3	3	3	2	3	2	1	3	48	3	3	2	3	2	1	3	3	3	3	2	3	2	1	3	3	3	2	3	2	50	98		
43	2	2	2	2	1	3	2	2	1	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	38	1	3	2	2	1	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	1	3	2	2	57	75		
44	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	59	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	59				

47	1	2	2	3	2	1	2	3	2	1	3	2	1	2	3	1	2	2	3	2	40	1	2	3	2	1	3	2	1	2	3	1	2	2	3	2	1	2	3	2	1	2	3	2	1	39	79
48	1	2	2	1	2	1	3	3	2	3	1	2	1	2	3	1	2	2	1	2	37	1	3	3	2	3	1	2	1	2	3	1	2	2	1	2	1	2	1	3	3	2	3	41	78		
49	2	2	2	1	2	2	3	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	1	2	38	2	3	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	1	2	2	3	2	2	2	2	40	78				
50	2	3	2	3	3	3	2	3	2	3	3	3	3	3	2	3	2	3	3	54	3	3	2	3	2	3	3	3	3	2	3	2	3	3	3	3	2	3	2	3	2	54	108				
51	2	3	2	3	3	3	2	3	3	1	3	3	3	3	3	2	3	2	3	53	3	2	3	3	1	3	3	3	3	3	2	3	2	3	3	3	3	2	3	3	1	52	105				
52	2	3	2	3	3	3	2	3	3	2	3	3	3	2	2	3	2	3	3	53	3	2	3	3	2	3	3	3	2	2	3	2	3	3	3	3	2	3	3	2	53	106					
53	3	2	2	1	2	3	3	3	2	3	1	2	3	2	2	3	2	2	1	2	44	3	3	3	2	3	1	2	3	2	2	3	2	2	1	2	3	3	3	2	3	48	92				
54	2	2	2	1	2	2	3	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	1	2	38	2	3	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	1	2	2	3	2	2	2	40	78			
55	2	1	2	1	1	1	3	2	1	2	1	1	1	1	2	2	1	2	1	1	29	1	3	2	1	2	1	1	1	1	2	2	1	2	1	1	1	3	2	1	2	31	60				
56	1	4	4	3	3	3	3	2	3	1	3	3	3	3	3	1	4	4	3	3	57	3	3	2	3	1	3	3	3	3	1	4	4	3	3	3	3	2	3	1	54	111					
57	3	2	2	1	2	3	3	2	2	3	1	2	3	2	2	3	2	2	1	2	43	3	3	2	2	3	1	2	3	2	2	3	2	2	1	2	3	3	2	2	3	56	89				
58	3	2	2	1	2	3	3	2	2	1	1	2	3	2	2	3	2	2	1	2	41	3	3	2	2	1	1	2	3	2	2	3	2	2	1	2	3	3	2	2	1	42	83				
59	2	2	2	1	2	1	3	2	2	2	1	2	1	2	2	2	2	2	1	2	36	1	3	2	2	2	1	2	1	2	2	2	2	2	2	1	2	1	3	2	2	2	37	73			
60	2	3	2	3	3	1	2	3	3	2	3	3	1	3	3	2	3	2	3	3	50	1	2	3	3	2	3	3	1	3	3	2	3	2	3	3	3	1	2	3	3	2	58	98			
61	3	2	3	3	2	3	3	2	3	3	2	3	2	3	2	2	3	2	3	3	52	3	3	3	2	3	3	2	3	2	3	2	3	2	3	3	2	3	3	2	3	53	105				
62	2	2	2	3	2	1	3	2	2	2	3	2	1	2	3	2	2	2	3	2	43	1	3	2	2	2	3	2	1	2	3	2	2	2	3	2	1	3	2	2	2	42	85				
63	3	2	2	1	2	2	3	3	2	3	1	2	2	2	3	3	2	2	1	2	43	2	3	3	2	3	1	2	2	2	3	3	2	2	1	2	2	3	3	2	3	46	89				
64	2	2	2	1	2	3	2	2	2	1	1	2	3	2	2	2	2	2	1	2	38	3	2	2	2	1	1	2	3	2	2	2	2	2	1	2	3	2	2	2	1	39	77				
65	1	3	2	3	3	2	2	3	3	1	3	3	2	3	3	1	3	2	3	3	49	2	2	3	3	1	3	3	2	3	3	1	3	2	3	3	2	2	3	3	1	48	97				
66	2	3	2	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	2	3	2	3	3	55	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	2	3	2	3	3	3	3	3	3	2	56	111				
67	3	2	2	1	2	1	3	3	2	2	1	2	1	2	2	3	2	2	1	2	39	1	3	3	2	2	1	2	1	2	2	3	2	2	1	2	1	3	3	2	2	40	79				
68	1	2	3	3	2	2	2	2	3	2	2	3	2	2	2	1	2	2	3	2	44	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	1	2	3	3	2	2	2	2	2	44	88				
69	2	3	3	1	3	3	3	2	3	3	1	3	3	3	3	2	3	3	1	3	51	3	3	2	3	3	1	3	3	3	3	2	3	3	1	3	3	3	2	3	3	53	104				
70	3	2	3	1	2	1	2	2	2	1	1	2	1	2	2	3	2	3	1	2	38	1	2	2	2	1	1	2	1	2	2	3	2	3	1	2	1	2	2	2	1	35	73				
71	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	58	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	59	117				
72	2	3	2	1	3	3	3	2	3	2	1	3	3	3	3	2	3	2	1	3	48	3	3	2	3	2	1	3	3	3	2	3	2	1	3	3	3	2	3	2	3	2	50	98			
73	2	2	2	2	2	1	3	2	2	1	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	38	1	3	2	2	1	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	1	3	2	2	1	37	75			
74	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	59	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	59	118				
75	2	3	2	1	3	3	3	3	2	1	3	3	3	3	3	2	3	2	1	3	49	3	3	3	3	2	1	3	3	3	2	3	2	1	3	3	3	3	3	2	52	101					
76	3	2	2	2	2	1	3	2	2	1	2	2	1	2	3	3	2	2	2	2	41	1	3	2	2	1	2	2	1	2	3	3	2	2	2	2	1	3	2	2	1	39	80				
77	1	2	2	3	2	1	2	3	2	1	3	2	1	2	3	1	2	2	3	2	40	1	2	3	2	1	3	2	1	2	3	1	2	2	3	2	1	2	3	2	1	39	79				
78	1	2	2	1	2	1	3	3	2	3	1	2	1	2	3	1	2	2	1	2	37	1	3	3	2	3	1	2	1	2	3	1	2	2	1	2	1	2	1	3	3	2	3	41	78		
79	2	2	2	1	2	2	3	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	1	2	38	2	3	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	1	2	2	3	2	2	2	40	78				
80	2	3	2	3	3	3	3	2	3	2	3	3	3	3	3	2	3	2	3	3	54	3	3	2	3	2	3	3	3	3	2	3	2	3	3	3	3	3	2	3	2	54	108				
81	2	3	2	1	1	1	2	3	1	1	3	3	1	1	1	2	3	2	1	1	35	1	2	3	1	1	3	3	1	1	1	2	3	2	1	1	1	2	3	1	1	34	69				
82	2	3	2	3	1	3	2	3	1	2	3	3	3	3	2	2	3	2	3	1	47	3	2	3	1	2	3	3	3	2	2	3	2	3	1	3	2	3	1	2	47	94					
83	3	2	2	1	2	3	3	1	2	3	1	2	3	2	2	3	2	2	1	2	42	3	3	1	2	3	1	2	3	2	2	3	2	2	1	2	3	3	1	2	3	44	86				
84	2	2	2	1	2	2	3	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	1	2	38	2	3	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	1	2	2	3	2	2	2	40	78			
85	2	1	2	1	1	1	3	2	1	2	1	1	1	1	2	2	1	2	1	1	29	1	3	2	1	2	1	1	1	1	2	2	1	2	1	1	1	3	2	1	2	31	60				
86	1	1	1	3	1	3	3	2	1	1	3	1	1	1	3	1	1	1	3	1	33	3	3	2	1	1	3	1	1	3	1	1	1	3	1	1	3	3	2	1	1	36	69				
87	3	2	2	1	2	3	3	2	3	1	2	3	2	3	2	3	2	1	2	43	3	3	2	2	3	1	2	3	2	2	3	2	2	1	2	3	3	2	2	3	3	46	89				
88	3	2	2	1	2	3	3	2	2	1	1	2	3	2	2	3	2	2	1	2	41	3	3	2	2	1	1	2	3	2	2	3	2	2	1	2	3	3	2	2	1	42	83				
89	2	2	2	1	2	1	3	2	2	2	1	2	1	2	2	2	2	2	1	2	36	1	3	2	2	2	1	2	1	2	2	2	2	1	2	1	3	2	2	2	37	73					
90	2	3	2	3	3	1	2	3	3	2	3	3	1	3	3	2	3	2	3	3	50	1	2	3	3	2	3	3	1	3	3	2	3	2	3	3	1	2	3	3	2	48	98				
91	3	2	3	3	2	3	3	3	2	3	3	2	3	2	2	3	2	3	3	2	52	3	3	3	2	3	3	2	3	2	2	3	2	3	3	2	3	3	2	3	53	105					
92	2																																														



**Estrategia de afrontamiento al estrés y la ansiedad en los  
estudiantes de VII ciclo de la Institución Educativa “Virgen  
Guadalupe” Mala – Cañete, 2018**

Br. Iemimah de Jesús Hurtado Pérez

**Escuela de Postgrado**

**Universidad César Vallejo Filial Lima**

**Resumen**

En la presente investigación cuyo objetivo fue determinar la relación entre la estrategia de afrontamiento al estrés y la ansiedad en los estudiantes de VII ciclo de la Institución Educativa “Virgen Guadalupe” Mala – Cañete, 2018.

El tipo de investigación fue sustantiva del nivel descriptivo, de enfoque cuantitativo; de diseño no experimental, de corte transversal. La población fue censal constituida por 92 estudiantes. La técnica empleada para recolectar información fue una encuesta y los instrumentos de recolección de datos fueron de tipo cuestionario que fueron debidamente validados a través de juicios de expertos y determinando su confiabilidad mediante Alfa de Cronbach (0.983 y 956)

En la parte descriptiva se arribó que el 54,3% en los estudiantes de VII ciclo de la Institución Educativa “Virgen Guadalupe” Mala – Cañete, 2018, indican que el afrontamiento al estrés es moderado y el 37% en los estudiantes expresan que la ansiedad es baja. Asimismo concluyó que la prueba de Rho de Spearman, en donde el valor del coeficiente de correlación es ( $r = -0.609$ ) lo que indica una correlación negativa y moderada, además el valor de  $P = 0,000$  resulta menor al de  $P = 0,05$  y en consecuencia la relación es significativa al 95% y se rechaza la hipótesis nula ( $H_0$ ) asumiendo que existe relación negativa entre la estrategia de afrontamiento al

estrés y la ansiedad en los estudiantes de VII ciclo de la Institución Educativa "Virgen Guadalupe" Mala – Cañete, 2018.

*Palabra claves:* Afrontamiento al estrés, ansiedad, rasgo y estado.

### **Abstract**

In the present study objective was to determine the relationship between the strategy of coping to stress and anxiety in students of VII cycle of the educational institution "Virgin Guadalupe" Mala - Cañete, 2018.

The type of investigation was substantive descriptive level, quantitative approach; non-experimental design, cross-cutting. The population census was made up of 92 students. The technique employed to collect information was a survey and data collection instruments were of type questionnaire, which were duly validated through expert opinions and determining its reliability using Cronbach's alpha (0,983 and) 956)

In the descriptive part is arrived that 54.3% in students of VII cycle of the educational institution "Virgin Guadalupe" Mala - Cañete, 2018, indicate that stress coping is moderate and 37% in students express anxiety is low. Also concluded that the test of Spearman Rho, where the value of the correlation coefficient is ( $r = -0.609$ ) indicating a correlation positive high, plus the value of  $P = 0.000$  is less than the  $P = 0.05$  and thus the relationship is significant at the 95% and are re chaza the null hypothesis ( $H_0$ ), assuming that there is significant relationship between the strategy of coping to stress and anxiety in students of VII cycle of the educational institution "Virgin Guadalupe" Mala - Cañete, 2018.

Word keys: coping to stress, anxiety, trait and State.

### **Introducción**

En Perú dentro del boletín de la unidad de investigación epistemológica hecha por el ministerio de salud (2014) mencionan que 4 de cada 10 peruanos padece de alguna enfermedad mental; 11 millones de peruanos tendría a lo largo de su vida un problema de salud mental; la prevalencia del trastorno de ansiedad es más frecuente en el adulto mayor, mientras la depresión junto al suicidio tiene mayor prevalencia en la juventud y la adultez. Por lo tanto al no considerar las cifras como

una alerta del progresivo aumento de estos males psicológicos llega a ocasionar el desequilibrio mental en las personas notando que el afrontamiento ante los problemas en el ser humano en su gran mayoría no es de manera adecuada.

Así mismo, la salud mental de los estudiantes cuando ingresan a la universidad puede verse afectada por múltiples factores, entre los cuales se encuentran las situaciones académicas generadoras de estrés. Éstas constituyen un factor que puede estar relacionado con la presencia de depresión en los estudiantes universitarios. Es por ello que resulta importante conocer la prevalencia de esta entidad y la posible relación que pueda tener con los estresores académicos en los estudiantes.

En el Perú, los resultados recogidos por el último censo realizado por el Instituto Nacional de Estadística e Informática (INEI, 2007) señalan que la población total de adolescentes entre 13 y 18 años de edad es de 3 380 998 personas, lo que representa más del 10% de la población total.

Se consideró al ámbito académico como un conjunto de situaciones estresantes por las cuales las personas experimentan falta de control sobre la situación y así generan respuestas de estrés y fracaso académico, las cuales pueden afectar tanto a profesores como a estudiantes. (Domínguez, 2014, p. 21).

Por consiguiente, los múltiples factores de riesgo y demandas sociales a los que están expuestos los adolescentes tienen un impacto sobre el nivel de tensión y preocupación que pueden generar estas experiencias, lo cual hace posible caracterizar esta etapa de la vida como un periodo de vulnerabilidad que puede llegar a tener un impacto perjudicial sobre la salud mental del adolescente. (Casullo, 2002, p. 12)

Según Casullo (2002) afirmaron que incluso, hay evidencia de que sería la acumulación de eventos estresantes a lo largo de la vida el factor que, en general, predice dificultades en la adaptación de niños y adolescentes a su entorno social.

Pero las experiencias estresantes no sólo provienen eventos traumáticos o aspectos crónicos, sino que también surgen de las situaciones estresantes que ocurren diariamente en la vida de los adolescentes. Intentos por hacer las relaciones con los pares más igualitarias o para iniciar una extensión de su red social donde se

incluyan amigos o relaciones de pareja suponen cambios significativos para un adolescente y están frecuentemente acompañados por emociones estresantes (Casullo, 202, p. 34).

A su vez, es sabido que entre un 46% y 82% de las situaciones estresantes que atraviesan los adolescentes diariamente pertenecen al campo de las relaciones interpersonales, siendo las más prominentes los conflictos con los pares y los padres, la necesidad de pertenencia, la iniciación y mantenimiento de relaciones amorosas, el nivel de satisfacción con los cambios propios de la etapa y preocupaciones en relación a su futuro académico y ocupacional, siendo estas situaciones similares en diferentes culturas (Morris y Maisto, 2009, p. 56).

Los estudiantes de VII ciclo de la Institución Educativa “Virgen Guadalupe” Mala – Cañete, 2018, muestran conductas significativas referente al afrontamiento al estrés pues presentan problemas en su rendimiento académico, inestabilidad familiar, falta de un adecuado seguimiento académico personal, esto genera en ellos ansiedad en el momento de afrontar un problema académico específicamente en los exámenes, en la resolución de tareas, al momento de salir a la pizarra en las exposiciones y falta de seguridad en sí mismo. Por lo tanto suelen ejecutar acciones adicionales para deshacerse del problema llegando a poder autolesionarse, falta de concentración en los estudios pues priorizan sus problemas personales, también presentan dificultad para poder seguir indicaciones es por eso suele tener constantes llamadas de atención en su conducta; en sus relaciones interpersonales suelen hablar con sus amigos sus sentimiento y de esa manera buscan un apoyo emocional con sus amigos y familiares es por ello que buscan la simpatía y la comprensión de alguien más, logran aprender a través de la experiencia, es por ello que se dedican a enfrentar el problema y dejan de lado a veces otras actividades como los estudios.

Por razón es importante realizar la investigación referente a las variables mencionadas para poder obtener un resultado y poder tener un plan de contingencia ante estas dificultades en el centro educativo particular Virgen de Guadalupe.

### **Antecedentes del problema**

Gonzales y Quiroga (2016) en su tesis titulada: *Personalidad y estrategias de afrontamiento en estudiantes de una institución educativa estatal – Monsefú*, para optar el optar grado de magíster en psicología por la Universidad Señor de Sipán. La presente investigación tuvo como objetivo determinar la relación entre Personalidad y Estrategias de afrontamiento en estudiantes de una Institución Educativa Estatal – Monsefú, se utilizó el diseño transversal. La muestra fue de 245 alumnos de 4° y 5° grado del nivel secundario, de ambos sexos. Los instrumentos utilizados fueron el Cuestionario de Personalidad “Big Five” (BFQ) y la Escala de Afrontamiento para Adolescentes (ACS). En los resultados de la investigación se encontró que la dimensión predominante en las mujeres es Tesón, mientras que en los varones es la dimensión Estabilidad Emocional; en cuanto a las Estrategias de Afrontamiento, ambos sexos coinciden con las estrategias de Buscar diversiones relajantes y Tener éxito. Existe relación positiva entre la dimensión Energía y la estrategia de afrontamiento.

Sauna (2016) en su tesis: *Ansiedad, estrategias de afrontamiento y Agresividad en Adolescentes de alto Trujillo – Perú*. El objetivo fue determinar la relación de ambas variables, el tipo de investigación fue básica con un diseño no experimental de corte transversal. El enfoque fue cuantitativo, descriptivo, correlacional; tuvo como finalidad estudiar la ansiedad, estrategias de afrontamiento y agresividad para determinar la relación que existe entre las variables, en los adolescentes de Alto Trujillo – Trujillo, 2016; con un población de 337 adolescentes y una muestra de 206 adolescentes que oscilan entre los 13 y 18 años de edad. Se concluye que más de la mitad de adolescentes (56.8%), evidencian una ansiedad mínima o moderada, así mismo que predomina en ellos la estrategia de la Falta de Afrontamiento (9.2%), y por último en los niveles de agresividad predomina un nivel medio que oscilan entre 43.7% a 74.8%, en las dimensiones irritabilidad, agresión verbal, agresión indirecta, resentimiento y sospecha.

Alvarado (2015) en su tesis: *Estrategias de afrontamiento y ansiedad en adolescentes en una institución educativa estatal*, realizada en Trujillo, Perú, el objetivo fue determinar la relación entre las estrategias de afrontamiento y ansiedad



en adolescentes en una institución educativa estatal entre adolescentes de 14 y 16 años, mediante las pruebas psicológicas, “Escala de Afrontamiento para Adolescentes de Frydenberg y Lewis” y el “Inventario de Ansiedad Estado-Rasgo de Spielberger”. El propósito fue determinar la relación entre estrategias de afrontamiento y ansiedad en adolescentes en una institución educativa estatal, el tipo fue sustantiva, con un diseño no experimental de corte transversal. Se halló un nivel bajo de ansiedad estado- rasgo así como un uso frecuente de la estrategia de concentrarse en resolver el problema y preocuparse, así también se encontró correlación directa entre ansiedad estado - rasgo y reducción de la tensión, así como ansiedad estado y autoinculparse , también una correlación directa débil entre ansiedad estado y las estrategias de falta de afrontamiento, ignorar el problema y reservarlo para sí, ansiedad rasgo y falta de afrontamiento, ignorar el problema, autoinculparse y reservarlo para sí y una correlación inversa y débil , entre ansiedad estado y las estrategias de concentrarse en resolver el problema, fijarse en lo positivo y buscar apoyo espiritual , asimismo entre las escalas de ansiedad rasgo y distracción física. Concluyendo que existe relación entre algunas escalas de estrategias de afrontamiento con los tipos de ansiedad estado y rasgo.

### **Revisión de literatura**

Carver, Scheier y Weintraub (1989) definieron “el afrontamiento es la respuesta a una situación estresante y depende de las experiencias anteriores, la auto apreciación de las propias capacidades y las motivaciones que influyen en este proceso activo de adaptación” (p. 34).

Arjona (2001) definió “al afrontamiento como el comportamiento amplio de las personas ante la diversidad de situaciones y experiencias a las que han de enfrentarse cotidianamente, independientemente de la importancia o significación que pudieran tener objetiva o subjetivamente” (p. 43).

Casullo y Fernández (2001), citado por Figueroa, et al. (2005) entienden a la capacidad de afrontamiento como “un conjunto de respuestas (pensamientos, sentimientos, acciones) que un sujeto utiliza para resolver situaciones problemáticas y reducir las tensiones que ellas generan” (p. 67).

Spielberger (1980) definió: “es una respuesta emocional de los sujetos ejecutada o provocada por agentes de nuestro entorno y la percibe como amenazante, resultando en el sujeto cambios en el aspecto fisiológico y comportamental” (p. 26)

Tobal (1985) citado por Casado (1994) afirmó que: “es un conjunto de respuestas (fisiológicas, cognitivas y conductuales) originadas por el sistema nervioso autónomo siendo aspectos no agradables para las personas; considerando que pueden ser estimuladas por situaciones externas e internas” (p.10). La ansiedad como un estado emocional desagradable, cuyos orígenes no son fáciles de identificar. Acompañado frecuentemente de síntomas fisiológicos que pueden conducir a la fatiga o al agotamiento. La intensidad de la ansiedad tiene varias gradaciones, partiendo de escrúpulos menores hacia temblores perceptibles y aun pánico completo, la forma más extrema de ansiedad

Papalia (citado por Díaz, 2014) definió la ansiedad:

Como una situación de temor, inseguridad surgidas por agentes amenazantes que pueden ser reales o imaginarios. Reaccionando las personas cada una en diferentes niveles de ansiedad, dependiendo de la predisposición de padecer ansiedad y también al tipo de amenaza al que se está enfrentando. La ansiedad se define como normal o neurótica, según la reacción del individuo sea o no propia a la situación que la causó. (p.12)

### **Objetivo**

Determinar la relación entre la estrategia de afrontamiento al estrés y la ansiedad en los estudiantes de VII ciclo de la Institución Educativa “Virgen Guadalupe” Mala – Cañete, 2018.

### **Método**

El tipo de investigación fue sustantiva del nivel descriptivo, de enfoque cuantitativo; de diseño no experimental, de corte transversal. La población fue censal constituida por 92 estudiantes. La técnica empleada para recolectar información fue una encuesta y los instrumentos de recolección de datos fueron de tipo cuestionario que fueron debidamente validados a través de juicios de expertos y determinando su confiabilidad mediante Alfa de Cronbach (0.983 y 956)

## **Resultados**

En la parte descriptiva se arribó que el 54,3% en los estudiantes de VII ciclo de la Institución Educativa “Virgen Guadalupe” Mala – Cañete, 2018, indican que el afrontamiento al estrés es moderado y el 48,9% en los estudiantes expresan que la ansiedad es alta.

## **Discusión**

En la parte descriptiva se arribó que el 54,3% en los estudiantes de VII ciclo de la Institución Educativa “Virgen Guadalupe” Mala – Cañete, 2018, indican que el afrontamiento al estrés es moderado y el 48,9% en los estudiantes expresan que la ansiedad es alta. Por lo tanto se concluyó que la prueba de Rho de Spearman, en donde el valor del coeficiente de correlación es ( $r = -0.409$ ) lo que indica una correlación negativa y moderada, además el valor de  $P = 0,000$  resulta menor al de  $P = 0,05$  y en consecuencia la relación es significativa al 95% y se rechaza la hipótesis nula ( $H_0$ ) asumiendo que existe relación negativa entre la estrategia de afrontamiento al estrés y la ansiedad en los estudiantes de VII ciclo de la Institución Educativa “Virgen Guadalupe” Mala – Cañete, 2018. Hay una coincidencia con la tesis de Gonzales y Quiroga (2016) en los resultados de la investigación se encontró que la dimensión predominante en las mujeres es Tesón, mientras que en los varones es la dimensión Estabilidad Emocional; en cuanto a las Estrategias de Afrontamiento, ambos sexos coinciden con las estrategias de Buscar diversiones relajantes y Tener éxito. Existe relación positiva entre la dimensión Energía y la estrategia de afrontamiento. También hay una semejanza con la tesis de Sauna (2016) concluyó que la mitad de adolescentes (56.8%), evidencian una ansiedad mínima o moderada, así mismo que predomina en ellos la estrategia de la Falta de Afrontamiento (9.2%), y por último en los niveles de agresividad predomina un nivel medio que oscilan entre 43.7% a 74.8%, en las dimensiones irritabilidad, agresión verbal, agresión indirecta, resentimiento y sospecha. Se basó a la teoría de Carver, Scheier y Weintraub (1989) definieron “el afrontamiento es la respuesta a una situación estresante y depende de las experiencias anteriores, la auto apreciación de las propias capacidades y las motivaciones que influyen en este proceso activo

de adaptación” (p. 34). Y también se basó a la teoría de Spielberger (1980) definió: “es una respuesta emocional de los sujetos ejecutada o provocada por agentes de nuestro entorno y la percibe como amenazante, resultando en el sujeto cambios en el aspecto fisiológico y comportamental” (p. 26)

En la hipótesis específica 1, se concluyó que la prueba de Rho de Spearman, en donde el valor del coeficiente de correlación es ( $r = -0.696$ ) lo que indica una correlación negativa y moderada, además el valor de  $P = 0,000$  resulta menor al de  $\alpha = 0,01$  y en consecuencia la relación es significativa al 95% y se rechaza la hipótesis nula ( $H_0$ ) asumiendo que existe relación negativa entre la estrategia de afrontamiento al estrés y la ansiedad de rasgo en los estudiantes de VII ciclo de la Institución Educativa “Virgen Guadalupe” Mala – Cañete, 2018. Hay una coincidencia con la tesis de Alvarado (2015) se halló un nivel bajo de ansiedad estado- rasgo así como un uso frecuente de la estrategia de concentrarse en resolver el problema y preocuparse, así también se encontró correlación directa entre ansiedad estado - rasgo y reducción de la tensión, así como ansiedad estado y autoinculpars , también una correlación directa débil entre ansiedad estado y las estrategias de falta de afrontamiento, ignorar el problema y reservarlo para sí, ansiedad rasgo y falta de afrontamiento, ignorar el problema, autoinculparse y reservarlo para sí y una correlación inversa y débil. Asimismo se basó a la teoría de Spielberger, Gorsuch y Lushene (citados por Valentín, 2014) señalaron que: “ansiedad estado, es un estado propio del individuo acompañado de sentimientos subjetivos, conscientes percibidos de tensión y aprensión, pudiendo variar en el tiempo y en intensidad. Esta es transitoria” (p.66).

### **Conclusiones**

De acuerdo al objetivo general, se estableció el coeficiente de correlación estadísticamente significativa entre la estrategia de afrontamiento al estrés y la ansiedad en los estudiantes de VII ciclo de la Institución Educativa “Virgen Guadalupe” Mala – Cañete, 2018, siendo el valor de ( $r = -0.609$ ); en consecuencia, es una correlación negativa y moderada; a su vez existiendo también una correlación a nivel de la población; puesto que  $p < 0.05$ .

## Referencias

- Alvarado, F. (2015). *Estrategias de afrontamiento y ansiedad en adolescentes en una institución educativa estatal*, realizada en Trujillo, Perú (Tesis de maestría) Universidad César Vallejo, Lima: Perú.
- Arjona, J. (2001). Un estudio sobre los estilos y las estrategias de afrontamiento y su relación con la variable adaptación. *Psicología Científica*, 1, 1-13. Recuperado de <http://ww2.educarchile.cl/UserFiles/P0001/File/psicologiapdf-182-un-estudio-sobre-los-estilos-y-las-estrategias-de-afrontamiento-y-su-relacion-co.pdf>.
- Cassaretto, M., Chau, C., Oblitas, H. & Valdez, N. (2003). Estrés y afrontamiento en estudiantes de psicología. *Revista de Psicología de la PUCP*, 21(2), 363-392.
- Carver, C., Scheier, M. y Weintraub, J. (1989) Assessing coping strategies: A theoretically based approach. *Journal of Personality and Social Psychology*, 56(2), 267-283.
- Gonzales, H. y Quiroga, L. (2016). *Personalidad y estrategias de afrontamiento en estudiantes de una institución educativa estatal – Monsefú*, (Tesis de maestría en psicología). Universidad Señor de Sipán.
- Morris, C. & Maisto, A. (2009). *Psicología*. 13 ed. México: Pearson educación.
- Sauna, D. (2016). *Ansiedad, estrategias de afrontamiento y Agresividad en Adolescentes de alto* (Tesis de maestría) Universidad Católica de los Andes de Chimbote, Trujillo: Perú.



## ACTA DE APROBACION DE ORIGINALIDAD DE LOS TRABAJOS ACADEMICOS DE LA UCV

Yo, Nancy Cuenca Robles, docente de la Escuela de Posgrado de la UCV y revisor del trabajo académico titulado Estrategias de Afrontamiento y la ansiedad en los estudiantes de VII ciclo de la Institución Educativa "Virgen de Guadalupe" de Mala – Cañete, 2018 de la estudiante Lemimah de Jesús Hurtado Pérez; y habiendo sido capacitado e instruido en el uso de la herramienta Turnitin, he constatado lo siguiente 25% verificable en el reporte de originalidad del programa Turnitin, grado de coincidencia mínimo que convierte el trabajo en aceptable y constituye plagio, en tanto cumple con todas las normas del uso de citas y referencias establecidas por la Universidad Cesar Vallejo.

Lima, 11 de Agosto

.....  
Dr. Nancy Cuenca Robles  
DNI: 08525952

ESCUELA DE POSGRADO

Estrategia de afrontamiento al estrés y la ansiedad en los  
estudiantes de VII ciclo de la Institución Educativa  
"Virgen Guadalupe" Mala - Canteo, 2018

TESIS PARA OBTENER EL GRADO ACADÉMICO DE:  
Maestría en Psicología Educativa

AUTORA:  
Dr. Lenneth de Jesús Huamani River

ASESORA:  
Dra. Nancy Cecilia Rojas

SECCIÓN:  
Educación e Idiomas  
LÍNEA DE INVESTIGACIÓN:  
Atención integral al infante, niño y adolescente

IMA - PIRI  
2018

Match Overview

25%

- 1 repository.uca.edu.pe 9% >
- 2 repository.uca.edu.pe 3% >
- 3 Submitted to Invenio 2% >
- All sources: eprints.uca.edu.pe 1% >
- 5 tesis.pucp.edu.pe 1% >
- 6 repository.uca.edu.pe 1% >
- 7 repository.uca.edu.pe 1% >
- 8 repository.uca.edu.pe 1% >
- 9 repository.uca.edu.pe 1% >



UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO

Centro de Recursos para el Aprendizaje y la Investigación (CRAI)  
"César Acuña Peralta"

## FORMULARIO DE AUTORIZACIÓN PARA LA PUBLICACIÓN ELECTRÓNICA DE LAS TESIS

### 1. DATOS PERSONALES

Apellidos y Nombres: (solo los datos del que autoriza)

HURTADO PÉREZ JEMIMAH DE JESÚS

D.N.I. : 44548819

Domicilio : M2 M1 lote 17 El Pinar - Comas

Teléfono : Fijo : 91-6201596 Móvil : 991-447-918

E-mail : paloma.hurtado2015@gmail.com

### 2. IDENTIFICACIÓN DE LA TESIS

Modalidad:

Tesis de Pregrado

Facultad : .....

Escuela : .....

Carrera : .....

Título : .....

Tesis de Posgrado

Maestría

Grado : MAESTRA EN PSICOLOGÍA EDUCATIVA

Mención : PSICOLOGÍA EDUCATIVA

Doctorado

### 3. DATOS DE LA TESIS

Autor (es) Apellidos y Nombres:

Hurtado Pérez Jemimah de Jesús

Título de la tesis:

Estrategia de Afrontamiento al estrés y la ansiedad  
en los estudiantes de VII ciclo de la Institución Educativa  
"Virgen de Guadalupe" Mala - Cañete, 2018

Año de publicación : 2019

### 4. AUTORIZACIÓN DE PUBLICACIÓN DE LA TESIS EN VERSIÓN ELECTRÓNICA:

A través del presente documento,

Si autorizo a publicar en texto completo mi tesis.



No autorizo a publicar en texto completo mi tesis.



Firma : 

Fecha : 14-01-19





# UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO

## AUTORIZACIÓN DE LA VERSIÓN FINAL DEL TRABAJO DE INVESTIGACIÓN

CONSTE POR EL PRESENTE EL VISTO BUENO QUE OTORGA EL ENCARGADO DE INVESTIGACIÓN DE

ESCUELA DE POSGRADO

A LA VERSIÓN FINAL DEL TRABAJO DE INVESTIGACIÓN QUE PRESENTA:

HURTADO PÉREZ JEMIMAH DE JESÚS

INFORME TITULADO:

Estrategia de Afrontamiento al estrés y la ansiedad en los  
estudiantes de VII ciclo de la Institución Educativa "Virgen de  
Guadalupe" Mala - Cañete, 2018.

PARA OBTENER EL TÍTULO O GRADO DE:

MAESTRA EN PSICOLOGÍA EDUCATIVA

SUSTENTADO EN FECHA: 18 de Agosto 2018

NOTA O MENCIÓN: Aprobado por Unanimidad.



FIRMA DEL ENCARGADO DE INVESTIGACIÓN