



**UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO**

**FACULTAD DE HUMANIDADES**

**ESCUELA ACADÉMICA PROFESIONAL DE PSICOLOGÍA**

**“ESTRES ACADEMICO Y EXPRESION DE IRA EN ESTUDIANTES DEL NIVEL  
SECUNDARIO DE LAS INSTITUCIONES PUBLICAS DEL DISTRITO DE  
COISHCO”**

**TESIS PARA OBTENER EL TÍTULO PROFESIONAL DE  
LICENCIADO EN PSICOLOGÍA**

**AUTOR:**

MARIÑOS ROJAS, Betsy Juliana

**ASESORES :**

Dr. NOÉ GRIJALVA, Hugo Martín

Lic. RODRÍGUEZ VILLENA, Luis

**LÍNEA DE INVESTIGACIÓN:**

Violencia

**CHIMBOTE – PERÚ**

**2017**

## PÁGINA DEL JURADO

---

Dr. NOÉ GRIJALVA, Hugo Martín  
Presidente

---

Lic. RODRÍGUEZ VILLENA, Luis  
Secretario

---

Dr. REYES BACA, Gino  
Vocal

## **DEDICATORIA**

Esta investigación es dedicada en primer lugar a Dios por permitirme llegar con buena salud y grandes logros acompañada de las personas que siempre cuento con su apoyo. Así mismo dedico esta investigación a mis padres Andrés Mariños Gutiérrez y Graciela Rojas Blas que estuvieron siempre apoyándome día a día y motivándome para seguir adelante, gracias a ellos estoy logrando mis metas. A mi esposo quien fue también un gran apoyo emocional, alentándome siempre a salir adelante, a mi pequeño hijo que siempre me alienta con una sonrisa cada mañana, quizás no pasamos tiempo juntos pero todo sacrificio tiene una recompensa.

A mis abuelos, que siempre me apoyaron anímicamente para seguir adelante, a mis suegros que siempre estuvieron apoyándome con el cuidado de mi hijo, a mis compañeros que siempre nos apoyamos mutuamente en nuestra formación profesional y que hasta ahora seguimos siendo amigos, teniendo ese apoyo constante para el cumplimiento de metas propuestas en nuestros caminos.

Finalmente dedico esta investigación a los docentes que marcaron cada etapa de mi camino universitario, que me ayudaron en asesorías y dudas presentadas en la elaboración de la tesis.

## **AGRADECIMIENTO**

Agradezco eternamente a Dios y a mis padres, por darme las fuerzas de seguir luchando para lograr grandes metas planteadas a lo largo de mi camino y por permitirme tener a grandes personas mis padres mi esposo e hijo que siempre estuvieron apoyándome que están conmigo en las buenas y en las malas, celebrando mis triunfos. Así también agradezco a la escuela de Psicología de la Universidad Cesar Vallejo filial Chimbote por abrirme siempre las puertas del conocimiento y cubriendo mis expectativas académicas logrando tener triunfos como futura profesional. Por último y no menos importante quiero agradecer a las personas que están detrás de esta investigación siendo pieza clave para mi motivación y lucha constante.

## **DECLARATORIA DE AUTENTICIDAD**

Yo Mariños Rojas, Betsy con DNI N° 45111450, a efecto de cumplir con las disposiciones vigentes consideradas en el reglamento de grados y títulos de la Universidad Cesar Vallejo, facultad de humanidades, escuela de psicología, declaro bajo juramento que toda documentación que acompaño es veraz y autentica.

Así mismo, declaro bajo juramento que todos los datos e información que se presenta en la presente tesis son auténticos y veraces.

En tal sentido asumo la responsabilidad que corresponda ante cualquier falsedad, ocultamiento u omisión tanto de los documentos como de información aportada por lo cual me someto a lo dispuesto en las normas académicas de la Universidad Cesar Vallejo.

Chimbote, Febrero del 2017

---

Mariños Rojas, Betsy

## **PRESENTACIÓN**

Señores miembros del Jurado:

En cumplimiento del reglamento de grados y títulos de la Universidad César Vallejo presento ante ustedes la tesis titulada “Estrés académico y expresión de ira en estudiantes del nivel secundario de las Instituciones Públicas del distrito de Coishco”, la misma que someto a vuestra consideración y espero que cumpla con los requisitos de aprobación para obtener el título profesional de licenciada en psicología.

*La autora*

## ÍNDICE

Página del jurado .....	ii
Dedicatoria .....	iii
Agradecimiento .....	iv
Declaratoria de autenticidad.....	v
Presentación .....	vi
Índice.....	vii
Índice de tablas .....	ix
Resumen.....	x
Abstrac.....	xi
<b>I. INTRODUCCIÓN .....</b>	<b>12</b>
1.1 Realidad Problemática .....	12
1.2 Trabajos previos.....	13
1.3 Teorías relacionadas al tema .....	14
1.3.1. Estrés academico .....	15
1.3.2. Expresion de ira .....	19
1.4. Formulación del problema.....	22
1.5 Justificación del estudio .....	22
1.6 Hipótesis .....	23
1.7 Objetivos .....	24
<b>II. MÉTODO .....</b>	<b>25</b>
2.1 Diseño de investigación .....	26
2.2 Variables, Operacionalizacion .....	27
2.3 Población y muestra.....	27
2.3.1 Criterio de selección .....	27
2.4 Técnicas e instrumentos de recolección de datos, validez y confiabilidad .	28
2.5. Métodos de análisis de datos .....	32
2.6. Aspectos éticos .....	32
<b>III. RESULTADOS.....</b>	<b>33</b>
<b>IV. DISCUSIÓN .....</b>	<b>42</b>
<b>V. CONCLUSIÓN.....</b>	<b>46</b>
<b>VI. RECOMENDACIONES.....</b>	<b>47</b>
<b>VII. REFERENCIAS .....</b>	<b>48</b>

<b>ANEXOS .....</b>	<b>47</b>
Anexo 1: Consentimiento Informado.....	51
Anexo 2: Inventario de Estrés Académico .....	52
Anexo 3: Inventario de Expresión de Ira .....	54
Anexo 4: Distribución de la población .....	56
Anexo 5: Distribución por estratos según el grado .....	57
Anexo 6: Prueba de normalidad .....	58



## ÍNDICE DE TABLAS

	<b>Pág.</b>
<b>Tabla 1</b>	
<i>Correlación entre el estrés académico y expresión de ira</i> .....	33
<b>Tabla 2</b>	
<i>Niveles de estrés académico</i> .....	34
<b>Tabla 3</b>	
<i>Niveles de la expresión de ira</i> .....	35
<b>Tabla 4</b>	
<i>Correlación entre estrés académico y la escala de estado de ira</i> .....	36
<b>Tabla 5</b>	
<i>Correlación entre estrés académico y la escala de rasgos de ira</i> .....	37
<b>Tabla 6</b>	
<i>Correlación entre estrés académico y la escala de expresión de ira</i> .....	38
<b>Tabla 7</b>	
<i>Correlación entre expresión de ira y la sub escala de reacciones físicas</i> .....	39
<b>Tabla 8</b>	
<i>Correlación entre expresión de ira y la sub escala de reacciones psicológicas</i>	40
<b>Tabla 9</b>	
<i>Correlación entre expresión de ira y la sub escala de reacciones comportamentales</i> .....	41
<b>Tabla 10</b>	
<i>Distribución de la población</i> .....	56
<b>Tabla 11</b>	
<i>Distribución por estratos según el grado</i> .....	57
<b>Tabla 12</b>	
<i>Prueba de normalidad de estrés académico y expresión de ira</i> .....	58

## RESUMEN

El presente trabajo de investigación “Estrés académico y expresión de ira en estudiantes del nivel secundario de las Instituciones Públicas del distrito de Coishco”. Los instrumentos que se utilizaron para evaluar el estrés académico es el inventario de SISCO de estrés académico de Barraza adaptado en el Perú por Puestas (2010) y el inventario de expresión de ira creado por Tobal; Cano y Spielberger adaptado por Vasallo en el (2013). La muestra estuvo conformada por 327 estudiantes que fluctúan entre las edades de 14 a 16 años que se encuentran entre tercer y quinto año de educación secundaria de ambos sexos. El tipo de estudio es descriptivo correlacional, en los resultados entre el estrés académico y la expresión de ira se obtuvo (0.354\*\*), lo cual quiere decir que existe correlación positiva baja, es decir que a mayor estrés académico mayor será la expresión de ira del adolescente. Por otro lado en los niveles de estrés académico predomina el nivel profundo con 82% (268), mientras que en expresión de ira predomina el nivel alto con 65.4% (214) adolescentes.

**Palabras clave:** Estrés académico, expresión de ira y adolescentes.

## **ABSTRAC**

The present research work "Academic stress and expression of anger in students of the secondary level of the Public Institutions of the district of Coishco". The instruments that were used to evaluate academic stress are the SISCO inventory of academic stress of Barraza adapted in Peru by Puestas (2010) and the inventory of anger expression created by Tobal; Cano and Spielberger adapted by Vasallo in (2013). The sample consisted of 327 students who fluctuate between the ages of 14 and 16 who are between the third and fifth year of secondary education of both sexes. The type of study is descriptive correlational, in the results between academic stress and the expression of anger was obtained (0.354\*\*), which means that there is a low positive correlation, that is to say that the greater academic stress will be the expression of Anger of the adolescent. On the other hand, in the levels of academic stress the deep level predominates with 82% (268), whereas in anger expression the high level predominates with 65.4% (214) adolescents.

**Key words:** Academic stress, anger expression and adolescents.

## **I. INTRODUCCION**

### **1.1 Realidad problemática:**

Barraza (2012) refiere que:

En la adolescencia suceden diversos cambios en donde los jóvenes experimentan varios episodios en el colegio con sus compañeros, los alumnos en ocasiones suelen tener experiencias estresantes cuando se encuentran en periodos de evaluación o exposición de un tema realizado en clases, a su vez también están en un aprendizaje continuo y atraviesan por un desarrollo los cuales se caracterizan por cambios y transformaciones, lo que motiva el interés de diferentes sectores de la sociedad en donde comprenden que la generación de adolescentes de hoy representa el adulto del mañana. (p.20-50).

Román (2012) manifiesta:

El estrés en estudiantes de todos los niveles es una realidad que acontece en las instituciones académicas, cuando una persona está en un período de aprendizaje experimenta tensión. A ésta se le denomina estrés académico y ocurre tanto en el estudio como en el aula escolar. (p.11-34).

Díaz (2013) refiere:

La ira es un estado emocional que varía en intensidad, las cuales suelen estar caracterizados por cambios fisiológicos y biológicos, cuando un ser humano se llena de ira, su ritmo cardíaco y presión arterial aumentan. Los escolares perciben que son tratados de una manera injusta, por sus propios compañeros de clases o en algunos problemas en el colegio se sienten mal o cuando observan dificultades en algunas tareas y no pueden tener una buena concentración la consecución de alguna meta importante, nos produce un estado emocional de ira al no poder controlarlo y no poder

hacer nada por solucionarlo. Los adolescentes cuando sientan en estas circunstancias se predisponen a la acción en un intento de protegerse de aquello que le hace daño y el origen de esta emoción. Así mismo la expresión de ira se caracteriza por conductas airadas, verbales o físicas, hacia sujetos y/u objetos, pero sin la intención de producir daño a una persona. Finalmente, con el fin de llegar a una resolución positiva del conflicto, el control de la ira el sujeto canaliza su energía emocional con la finalidad de apreciar alternativas de solución que sean más constructivos. (p.30-45).

Es por ello que el propósito de esta investigación es identificar de qué manera influye el estrés académico y la expresión de ira en los adolescentes, hoy en día se observa la importancia que genera el estrés académico en las labores que realizan los adolescentes ya que en ciertos casos no se abastecen al realizar sus trabajos, es por ello que el joven al estar estresado tiende a reaccionar con ira frente a los demás.

## **1.2 Trabajos previos:**

Según Seiffge et al. (2010) realizó:

La investigación acerca del estrés y la ira que tienen los adolescentes, la muestra estuvo conformado por 8654 escolares de 17 países de todo el mundo incluyendo Perú, encontraron que los estresores relacionados con el futuro son percibidos como los más estresantes por todos los adolescentes arrojando un resultado de (0.590\*\*) en donde concluyo que hay relación entre ambas variables. (p.106-112).

Por otro lado Pulido (2011), en su investigación:

De estrés académico y el factor de las relaciones físicas que manifiestan los adolescentes en el cual arrojó un (0.288\*\*), en la correlación del estrés y las reacciones psicológicas arrojó (0.328\*\*), mientras que en la correlación de la variable y el

comportamiento se aprecia (0.387\*\*) de relación entre las variables mencionadas, tenían los efectos más desagradables, como son el uso de drogas legales e ilegales. (p.11-22).

Oliva, Hernández, y Calleja, (2010), realizó:

Un estudio de validación del Inventario de Expresión de Ira Estado-Rasgo STAXI-2 versión española. Aplicaron con una muestra de 865 sujetos mexicanos. En estado de ira, se conservó la sub escala de sentimientos de ira, pero se combinaron los factores expresión verbal y expresión física, al cual se denominó deseos de expresar ira, asimismo estos factores explicaron un 49.5% de la varianza. Para la escala de rasgo de ira se presentó una varianza total de 53%. Respecto a la consistencia interna de las escalas, estado de ira presentó 0.887, rasgo de ira mostró 0.860 y expresión y control de ira su resultado fue 0.733. Asimismo, en cuanto a la correlación entre factores solo las escalas de control y expresión de ira no se relacionaron entre sí. (p.107-117).

### **1.3 Teorías relacionadas al tema:**

#### **1.3.1 Estrés académico:**

Barraza (2003) define el estrés académico:

Como un desequilibrio sistémico se manifiesta en la persona mediante una serie de indicadores (síntomas):

- Físicos: insomnio, cansancio, dolor de cabeza, problemas de digestión, morderse las uñas, temblores, etc.
- Psicológicos: inquietud, tristeza, angustia, problemas de concentración, bloqueo mental, olvidos, etc.

- Comportamentales: conflictos, aislamiento, desgano, absentismo, ingestión de bebidas alcohólicas, etc.

Gutiérrez et al. (2010) refieren:

En este proceso del ámbito académico, las condiciones de la salud física y mental de los estudiantes cuando ingresan a los colegios pueden ser afectadas, en cuanto a las exigencias académicas, plantean situaciones de éxito o fracaso, que acompañadas con el ritmo de estudio, la intensidad horaria, la exigencia de los docentes, las presiones de grupo, la competencia entre compañeros, los cambios en su alimentación y en el sueño (suelen ser alteradas). (p.7-17).

#### **Rubros del estrés académico:**

Beltrán, Estrada, Martínez y Navarro (2010) refieren:

- **El cognitivo:** porque es un reto; los alumnos se cuestionan si van a poder, si será difícil la carrera, si eligieron bien, si sus papás podrán mantener la colegiatura, porque ya no tienen tiempo para nada, todo lo que uno se imagina al iniciar una nueva época. (p.10).
- **El fisiológico:** se refiere a las respuestas del organismo, cuando el nivel de estrés es mayor al que cotidianamente maneja un estudiante. El corazón palpita más rápido, puede haber secreciones estomacales, sudoración, problemas para concentrarse y para hablar en público, tics, se bajan las defensas o afecta la piel y el estómago; se manifiesta de manera diferente en cada persona.(p.10).

- **El conductual:** abarca los cambios de conducta drásticos, como que en el colegio era muy amigable y en la universidad no encuentra amigos, o se le dificulta hacer equipos de trabajo, o antes era muy participativo en clase. Si los estudiantes tienen la sensación de que algo anda mal, no se sienten a gusto y eso permanece, aunado a comportamientos como cansancio o dormir de más, estar distraído, enojado o algún otro malestar, es conveniente acudir con un especialista, como un psicólogo, porque una de las consecuencias pueden ser las enfermedades y el bajo rendimiento escolar. Hay diferentes tipos de estrés y se clasifican tomando como base la fuente del estrés, por ej. Estrés amoroso y marital, sexual, familiar, por duelo, médico, ocupacional, académico, militar y por tortura, encarcelamiento etc. Con base en esa tipología y su consecuente criterio de clasificación, podemos afirmar que el estrés académico es aquel en que sus fuentes se encuentran básicamente en el ámbito escolar.(p.10).
- **Estresores:** Dado que los factores mencionados anteriormente son los identificados en el ambiente estudiantil, también existen factores externos a estas situaciones, los cuales inciden indirectamente en el individuo.(p.11).

### **Tipos de situaciones académicas:**

Muñoz (2003, citado por Gonzales, 2012) refiere cuatro tipos de situaciones académicas:

- **Evaluación:** algunas veces los estudiantes se sienten ansiosos cuando van a ser evaluados porque tienen temor de fracasar en esta tarea. Otras causas podrían ser la sobrecarga de evaluación (varios exámenes a la vez, o



que la preparación para los exámenes implique una gran cantidad de información) y la ambigüedad (la incertidumbre acerca de la forma en que serán evaluados).

- **Sobrecarga de tareas:** excesiva cantidad de tareas y/o horas de clase, dificultades en la planificación del tiempo, la falta de tiempo libre, dificultades en combinar la vida académica y la personal, dificultades en mantener la concentración, la exigencia de las actividades prácticas y los cursos desaprobados.
- **Otras condiciones del proceso de aprendizaje:** la relación entre el profesor y el alumno que incluye variables como el estilo del profesor, la experticia del profesor, la personalidad del profesor, la retroalimentación y apoyo brindado a los estudiantes, las expectativas y los conflictos en los objetivos, la ambigüedad de roles, entre otros. Las variables organizacionales como horarios, sílabos, cantidad de estudiantes por clase, condiciones físicas, disponibilidad de recursos y la participación de los estudiantes en el proceso de toma de decisiones también pueden influir en el estrés académico.
- **Adaptación y transición:** los estudiantes hacen esfuerzos para adaptarse a los nuevos roles, reglas, responsabilidades. (p.54).

Según Román y Hernández (2014) refieren:

La presencia del estrés en escolares de todos los niveles es una realidad primordial en las instituciones educativas. Desde los grados preescolares hasta la educación universitaria de postgrado, cuando una persona está en un período de aprendizaje

experimenta tensión mantenida. A ésta se le denomina estrés académico y ocurre tanto en el estudio individual como en el aula escolar. (p.7).

González y González (2014) refieren:

El estrés académico influye en el rendimiento académico del estudiante, al mismo tiempo que pueden fomentar el consumo de drogas, alteración del sueño, evitación de la responsabilidad junto con la adopción de soluciones provisionales frente a problemas nuevos que se presentan. (p.37)

Román y Hernández (2014) en su estudio:

Resaltan el carácter negativo de un elevado nivel de estrés en el rendimiento académico plantean que un elevado nivel de estrés altera el sistema de respuestas del individuo a nivel cognitivo, motor y fisiológico. La alteración en estos tres niveles de respuestas influye de forma negativa en el rendimiento académico.

Por otro lado Barraza (2014) refiere:

El estímulo estresor desencadena una serie de manifestaciones que indican la presencia de un desequilibrio sistémico en su relación con el entorno, la persona se ve obligada a actuar para restaurar ese equilibrio. Ese proceso de actuación es mediado por una valoración que tiene por objeto la capacidad de afrontamiento o respuesta de la persona; esta valoración constituye un proceso psicológico de interpretación que se pone en marcha cuando el entorno se considera amenazante.

Barraza (2014) manifiesta:

El estrés es una respuesta adaptativa de la persona a su entorno, remite a conceptualizar al estresor como una entidad objetiva, tiene vida independientemente de la percepción de la persona y que normalmente se presenta como una amenaza a su integridad vital. En este tipo de estresores, o acontecimientos vitales, son denominados estresores mayores; tienen una mayor presencia objetiva que no depende de la percepción del sujeto y su repercusión hacia la persona es siempre negativa. Hay otro tipo de estresores que no tienen la presencia objetiva independiente de la percepción de la persona, los acontecimientos o prácticas no son por sí mismos estímulos estresores, sino que es la persona, con su valoración, la que los constituye como tales. Este segundo tipo son denominados estresores menores, al depender de la valoración de cada persona inevitablemente varían. La mayoría de los estresores del estrés académico son menores. Esta situación permite afirmar que el estrés académico es un estado básicamente psicológico. (p.10-15).

### **1.3.2 Expresión de ira:**

Tobal et al. (2001) definen:

Es un estado emocional caracterizado por sentimientos de enojo o enfado de intensidad a su vez manifestó que es una situación o condición emocional psicobiológica caracterizada por sentimientos subjetivos que pueden variar desde un moderado enfado o fastidio hasta una intensa furia o rabia”.

Scafarelli y García (2010) consideran:

La experiencia de ira puede estudiarse a partir de dos manifestaciones: ira estado e ira rasgo. La primera, es la

experiencia temporal de sentimientos subjetivos de tensión, enfado, irritación o furia en respuesta a una serie de eventos; va acompañada de aumentos en la activación fisiológica. La ira rasgo, se refiere a la disposición a experimentar episodios de ira de forma frecuente y/o pronunciada, que puede ser por la percepción de un amplio rango de situaciones como provocadoras, por la predisposición a experimentar de manera intensa conflictos y situaciones negativas, o debido a la interacción de ambas tendencias.

Oblitas (2004)“considerada de forma general como un estado emocional formado por sentimientos de irritación, enojo, furia y rabia acompañado de una alta activación del sistema nervioso autónomo y del sistema endocrino y tensión muscular”. (p.20-35).

Smith (2004) define:

El hecho de que la ira posee una expresión facial característica, así mismo están ampliamente implantadas en el campo de la psicología de la salud y ciertamente recogen aspectos fundamentales de esta emoción que enmarcan dentro del síndrome AHA (“Ira hostilidad-agresividad”). (p.25).

Izard (2013) refiere:

La ira es un sentimiento que se manifiesta de diversas formas en la persona como un mal comportamiento como también en ciertas ocasiones el mantiene altos niveles de energía, de manera que esta intensa activación que caracteriza a la ira pueda acelerar las funciones mentales y motoras y mantenerlas en periodos alargados de tiempo. (p.631-642).

Lewis (2013) relata que:

La experiencia emocional indica que se convierte en una construcción cognitiva que utiliza la naturaleza de los cambios fisiológicos, además de la historia pasada o las respuestas de otros. A la vez, este mismo autor entiende que la expresión emocional son todos aquellos cambios que son potencialmente observables, por ejemplo, en el nivel de actividad, en la cara, reconociendo también la existencia de un tipo especial de expresión emocional que consiste en una modalidad de expresión que es inhibida. (p.223-235).

Según Smith (2004) manifiesta:

La experiencia de ira hace referencia a los procesos subjetivos, a las emociones relacionadas y a los procesos cognitivos que se caracterizan por la hostilidad, como también se aprecia la conducta agresiva que sigue a la ocurrencia de un episodio de ira.

### **Dimensiones de expresión de ira**

Vasallos (2013) refiere tres factores importantes:

- **Hostilidad:** La hostilidad, por otra parte, se puede decir que es más abstracta que la agresividad. Consiste en un rechazo y un estado de malos sentimientos contra alguien o algo. La hostilidad puede darse en ambos bandos, pero también podría ser sentida por una sola de las partes involucradas. Además, que una persona o animal sea hostil no necesariamente significa que también sea agresiva.
- **Ira:** es un estado emocional caracterizado por sentimientos de enojo o enfado de intensidad variable. Suele implicar a la vez la experiencia frecuente de

sentimientos intensos de ira como estado emocional y la expresión de la ira mediante una conducta agresiva.

- **Agresión:** Refiere como una conducta dirigida a causar daño a personas o cosas

#### **1.4 Formulación del problema:**

¿Cuál es la relación entre el estrés académico y la expresión de ira en estudiantes del nivel secundario de las instituciones públicas del distrito de Coishco?

#### **1.5 Justificación del problema:**

- La investigación tiene valor metodológico por que servirá como antecedente para futuras investigaciones con las mismas variables de estudio, como también se podrá verificar la realidad de dicha problemática de las instituciones educativas.
- En lo referente se aprecia que hay un valor práctico ya que permitirá conocer si existe la relación entre estrés académico y expresión de ira, puede ser utilizada con fines preventivos y correctivos, para la mejora de los adolescentes frente a las reacciones que tenga ante una situación.
- En el ámbito social ayudará esta investigación para los estudiantes, de acuerdo a lo planteado anteriormente; así mismo servirá para los docentes, con la finalidad de optimizar el proceso de enseñanza y aprendizaje.
- En lo teórico la investigación que estamos realizando nos da una buena información a lo que pretendemos investigar ya que en el distrito de Coishco no tenemos la información necesaria con respecto a estas dos variables sobre todo en las instituciones públicas, nos servirá como ayuda en las próximas investigaciones.

## **1.6 Hipótesis:**

### **Hipótesis General:**

Determinar la relación entre el estrés académico y la expresión de ira en estudiantes del nivel secundario de las Instituciones Públicas del distrito de Coishco.

### **Hipótesis específicas:**

H1: Existe relación entre estrés académico y expresión de ira de la escala de estado de ira en estudiantes del nivel secundario de las Instituciones Públicas del distrito de Coishco.

H2: Existe relación entre estrés académico y expresión de ira de la escala de rasgos de ira en estudiantes del nivel secundario de las Instituciones Públicas del distrito de Coishco.

H3: Existe relación entre estrés académico y expresión de ira de la escala de expresión de ira y control de ira en estudiantes del nivel secundario de las Instituciones Públicas del distrito de Coishco.

H4: Existe relación entre expresión de ira y estrés académico de la dimensión estresores en estudiantes del nivel secundario de las Instituciones Públicas del distrito de Coishco.

H5: Existe relación entre expresión de ira y estrés académico de la dimensión síntomas reacciones en estudiantes del nivel secundario de las Instituciones Públicas del distrito de Coishco.

H6: Existe relación entre expresión de ira y estrés académico de la dimensión estrategias de afrontamiento en estudiantes del nivel secundario de las Instituciones Públicas del distrito de Coishco.

## **1.7 Objetivos:**

### **Objetivo General:**

Determinar la relación entre el estrés académico y la expresión de ira en estudiantes del nivel secundario de las Instituciones Públicas del distrito de Coishco.

### **Objetivos Específicos:**

- Identificar el nivel de estrés académico en estudiantes del nivel secundario de las instituciones públicas del distrito de Coishco.
- Identificar el nivel de la expresión de ira en estudiantes del nivel secundario de las instituciones públicas del distrito de Coishco.
- Determinar la relación entre estrés académico y expresión de ira en la escala de estado de ira en estudiantes del nivel secundario de las Instituciones Públicas del distrito de Coishco.
- Determinar la relación entre estrés académico y expresión de ira en la escala de rasgos de ira en estudiantes del nivel secundario de las Instituciones Públicas del distrito de Coishco.
- Determinar la relación entre estrés académico y expresión de ira en la escala de expresión de ira y control de ira en estudiantes del nivel secundario de las Instituciones Públicas del distrito de Coishco.
- Determinar la relación entre expresión de ira y estrés académico de las dimensiones estresares en estudiantes del nivel secundario de las Instituciones Públicas del distrito de Coishco.
- Determinar la relación entre expresión de ira y estrés académico de las dimensiones síntomas reacciones en estudiantes del nivel secundario de las Instituciones Públicas del distrito de Coishco.

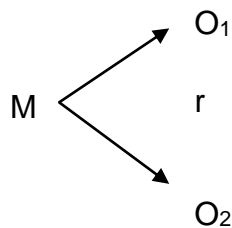


- Determinar la relación entre expresión de ira y estrés académico de las dimensiones estrategias de afrontamiento en estudiantes del nivel secundario de las Instituciones Públicas del distrito de Coishco.

## II. METODO:

### 2.1 Diseño de investigación:

El estudio es descriptivo correlacional, porque se busca especificar propiedades, características y riesgos importantes de cualquier fenómeno que se analice el propósito es conocer la relación que existe entre las variables estrés académico y expresión de ira. (Hernández, Fernández y Baptista, 2010, p.60-63).



#### Leyenda del diseño:

M : Alumnos de las Instituciones Educativas

O<sub>1</sub> : Estrés académico de los estudiantes

O<sub>2</sub> : Expresión de Ira

r : Relación

## 2.2. Variables de operacionalización:

Variable	Definición conceptual	Definición operacional	Indicadores	Escala de medición
<b>Estrés académico</b>	El estrés académico es una perspectiva sistémico-cognoscitiva, permite conceptualizarlo como un proceso sistémico de carácter adaptativo y esencialmente psicológico.(Barraza, 2014).	Se aplicara a través de la prueba de Barraza, consta de 32 ítems, los siguientes niveles son: <ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Leve: 0 - 33</li> <li>➤ Profundo: 34 - 67</li> <li>➤ Moderado: 68 – a mas</li> </ul>	a) Dimensión estresores 1,2,3,4,5,6,7,8,9  b) Dimensión síntomas reacciones 10,11,12,13,14,15,16,17,18,19,20,21,22,23,24  c) Dimensión estrategias de afrontamiento 25,26,27,28,29,30,31,32	Ordinal
<b>Expresión de ira</b>	La expresión de ira se define como “una situación o condición emocional psicobiológica caracterizada por sentimientos subjetivos que pueden variar desde un moderado enfado o fastidio. (Tobal et al, 2001, p.10).	La expresión de ira se medirá mediante el “Inventario estado-rasgo y expresión de ira 2 (STAXI-2)”, consta de 49 ítems, los niveles son: <ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Alto: 90 - 95</li> <li>➤ Moderado: 85 - 89</li> <li>➤ Bajo: 25 - 84</li> <li>➤ Nulo: 0 - 24</li> </ul>	a) Estado de ira: 1,2,3, 4, 5, 6, 7,8, 9, 10, 11,12, 13,14,15.  b) Rasgo de Ira: 16,17,18, 19, 20,21, 22, 23,24,25.  c) Expresión de ira y control de ira: 26, 27, 28, 29, 30, 31, 32, 33, 34, 35, 36, 37, 38, 39, 40, 41, 42,43, 44, 45, 46, 47, 48, 49.	Ordinal

## 2.3 Población y muestra:

### **Población:**

En mi investigación la población está constituida por todos los estudiantes de nivel secundario de 3<sup>ero</sup>, 4<sup>to</sup> y 5<sup>to</sup> de las instituciones públicas del distrito de Coishco.

### **Muestra**

La muestra conformada por una parte representativa de la población la cual corresponde a 378 estudiantes; para el cálculo de la muestra se empleó la siguiente fórmula:

$$n = \frac{NZ^2 \cdot p(1 - P)}{(N - 1)E^2 + Z^2P(1 - P)}$$

$$n = 327$$

Dónde:

Z: Nivel de significancia (95% - 1,96)

P: Probabilidad (50% - 0.5)

E: Error estándar esperado (2% - 0.02)

N: Población (378)

### 2.3.1 Criterios de selección

#### **a) Criterios de inclusión:**

- Alumnos que están estudiando en las Instituciones Educativas.
- Alumnos que están cursando el 3<sup>ero</sup>, 4<sup>to</sup> y 5<sup>to</sup> de secundaria.
- Alumnos de ambos sexos.

#### **b) Criterios de exclusión:**

- Alumnos que no están dentro de los grados a evaluar.
- Alumnos que no han llenado correctamente los formatos.

- Alumnos que no están estudiando en las Instituciones Educativas.

### **Muestreo**

Se realizó un muestreo probabilístico aleatorio simple en el cual los individuos de la población tienen las mismas probabilidades de formar parte de la muestra, tomando en consideración los criterios de inclusión (Hernández, Fernández y Baptista, 2010, p.70-73).

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

### **Técnica**

La información se recolectara a través de un cuestionario de preguntas, para lograr obtener un perfil más detallado de las características de quien se quiere evaluar y la técnica de observación.

### **Instrumentos:**

#### **A) Escala de estrés académico:**

##### **Ficha técnica:**

La escala de estrés académica es de (SISCO), el cual fue adaptado en el Perú por Puestas en el (2010), la administración es de manera individual o colectiva, la duración es de 30 min aproximadamente, el tipo de respuesta es de likert en donde las alternativas son (nunca, rara vez, algunas veces, casi siempre y siempre)

### **Dimensiones que evalúa:**

#### **a) Dimensión estresores:**

Cuando se produce una reacción de estrés el cuerpo experimenta muchos cambios. Esta reacción se la debemos al humano primitivo, que debía prepararse para reaccionar frente a peligros o depredadores (huida o lucha). Así pues, para proporcionar la energía necesaria,

se acelera el latido del corazón, se tensan los músculos y se respira más rápido.

**b) Dimensión síntomas reacciones:**

Este nivel de la reacción de estrés no es visible para los demás. Bajo este concepto se entienden los pensamientos y sentimientos que surgen durante la reacción de estrés.

**c) Dimensión estrategias de afrontamiento:**

El comportamiento o las manifestaciones propias de alguien con estrés, que además son visibles para los demás

**Normas de calificación:**

- Verificar la respuesta que marca el examinado en el cual son puntuaciones del 1 al 5, en donde se puntuara según donde marque su alternativa que crea conveniente, luego de ello se verá a los niveles.

**Validez:**

Se recolecto evidencia basada en la estructura interna a través de tres procedimientos: análisis factorial, análisis de consistencia interna y análisis de grupo contrastados .Los resultados confirman la constitución tridimensional del inventario del SISCO del estrés académico desde un perspectiva sistémico- cognoscitiva (Barraza, 2006) .Se confirma la homogeneidad y direccionalidad única de los ítems que componen el inventario a través del análisis de consistencia interna y de grupos contrastados .Estos resultados centrados en la relación entre los ítems y el puntaje global del inventario permiten afirmar que todos los ítems forman parte del constructo establecido en el modelo conceptual construido en este caso el estrés académico.

**Confiabilidad:**

Se obtuvo una confiabilidad por mitades de 0.87 y una confiabilidad en alfa de Cronbach de 0.90.

**B) Expresión de Ira estado - rasgo (STAXI-2):****Ficha técnica:**

El inventario de ira fue adoptada por Vasallo Magan Francis Jhonatan en el (2013), la administración es de manera individual o colectiva, la duración es de 30 min aproximadamente, el ámbito de aplicaciones es para adolescentes y adultos, los ítems del inventario tienen las respuestas de la escala de likert en donde la alternativas tienen un puntaje según la respuesta que marque el evaluado, las cuales se califican de la siguiente manera la alternativa: A "casi nunca", (1), B "a veces", (2), C "a menudo" (3) y la D "casi siempre", (4), en donde los adolescentes tienen que marcar con una aspa ya sea la respuesta que ellos crean conveniente.

**Dimensiones que evalúa:**

El inventario evalúa tres áreas las cuales tienen diversas alternativas en donde se aprecia de la siguiente manera:

**a) Estado:** La primera parte corresponde a la escala de Estado compuesta de 15 ítem (del 1 al 15) El sujeto debe responder a cada ítem en una escala de 4 puntos, reflejando cómo se siente en ese momento (1. no en absoluto; 2. algo; 3. moderadamente; 4. mucho).

- Sentimiento: Ítems 1, 2, 3, 5 y 7.
- Expresión física: Ítems 4, 8, 11, 13 y 14.
- Expresión verbal: Ítems 6, 9, 10, 12 y 15

**b) Rasgo:** La segunda parte da lugar a una escala y dos subescalas: la escala de Rasgo y las subescalas de temperamento y reacción de ira. Está compuesta por 10 ítem (del 16 al 25) a los que el sujeto debe contestar en una

escala de 4 puntos (1. casi nunca; 2. algunas veces; 3. a menudo; 4. casi siempre) debiendo responder a los ítem en función de cómo se siente normalmente.

- Temperamento de ira: Ítems 16, 17, 18, 20 y 23
- Reacción de ira Ítems 19, 21, 22, 24 y 25.

**a) Expresión:** A partir de los ítems de esta última parte se obtienen cuatro escalas: Ira interna, Ira externa, Control de ira y Expresión de ira. Está compuesta por 24 ítems (del 26 al 49) que reflejan sentimientos o acciones que un sujeto puede realizar cuando se enfada. El sujeto debe puntuar cada ítem según una escala de 4 puntos (1. casi nunca; 2. algunas veces; 3. a menudo; 4. casi siempre). Los ítems reflejan cómo reacciona o se comporta cuando está enfadado o enfurecido.

- Expresión externa de ira: Ítems 27, 29, 31, 34, 38 y 40
- Expresión interna de ira: Ítems 28, 32, 35, 37, 39 y 42.
- Control externo de ira: ítems 26, 30, 33, 36, 41 y 43.
- Control interno de ira: ítems 44, 45, 46, 47, 48 y 49.

#### **Normas de calificación:**

- El evaluado marcará la respuesta que crea conveniente en donde cada alternativa tiene las puntuaciones de 1 a 4 puntos según la respuesta del examinado, luego de ello se observa en los niveles que se encuentra el adolescente.

#### **Validez y confiabilidad:**

Se recolectó evidencia basada en la estructura interna a través del coeficiente de confiabilidad de Cronbach, en donde observo que a nivel global la prueba presenta coherencia interna, puesto que reporta un coeficiente de confiabilidad de 0.862 que califica a la confiabilidad como muy buena.

## **2.5 Métodos de análisis de datos**

Para el análisis de los datos estadísticos, se utilizó la estadística descriptiva, que permitió realizar procedimientos para organizar y resumir conjuntos de observaciones en forma cuantitativa, utilizándose las frecuencias absolutas simple. Así mismo se empleó medidas de tendencia central como la media y la varianza, así como la desviación estándar.

Por otro lado se utilizó la estadística inferencial, la cual sirvió para generalizar los resultados obtenidos de la muestra a la población de estudio. Como también se utilizó la prueba de normalidad Kolmogorov-Smirnov a fin de determinar la distribución estándar de la muestra y el coeficiente de correlación no paramétrico de Spearman. (Valderrey, 2010, p.113).

## **2.6 Aspectos éticos**

Se informó al participante las características de la investigación que pueda influir en su decisión de participar y de explicar otros aspectos de la investigación sobre los que pregunte el participante. Se respeta la libertad del individuo para declinar su participación o para que se retire de la investigación.

Para la aplicación de las pruebas se respetó el anonimato de cada estudiante así como también los resultados de la misma, garantizando la confidencialidad de cada información. Además se respetó los derechos de cada participante en la investigación.



### III. RESULTADOS

**Tabla 1**

*Correlación entre el estrés académico y la expresión de ira en estudiantes del nivel secundario de las Instituciones Públicas del distrito de Coishco.*

Estrés académico	Expresión de ira	
	Rho	Sig. (p-valor)
	0.354**	0.000

\*\*p<0.01

**Fuente:** Base de datos

#### **Descripción:**

En los resultados se observa que existe relación positiva baja ( $\rho=0.354^{**}$ ) entre estrés académico y expresión de ira, la relación es altamente significativa ( $p<0.01$ ).

**Tabla 2**

*Niveles de estrés académico en estudiantes del nivel secundario de las instituciones públicas del distrito de Coishco.*

Dimensiones	Leve		Moderado		Profundo		Total	
	N°	%	N°	%	N°	%	N°	%
Dimensión estresores	93	28.4	153	46.8	81	24.8	327	100
Dimensión síntomas reacciones	91	27.8	169	51.7	67	20.5	327	100
Dimensión estrategias de afrontamiento	129	39.4	119	36.4	79	24.2	327	100
Estrés académico	00	0.0	59	18.0	268	82.0	327	100

**Fuente:** base de datos

**Descripción:**

Se puede apreciar en los niveles de estrés académico predomina el nivel profundo en los estudiantes los cuales se obtuvo la puntuación de 82% (268), mientras que en las dimensiones estresores se aprecia que predomina el nivel moderado con 46.8% (153), en la dimensión síntomas reacciones se obtuvo 51.7% (169) que se ubican en el nivel moderado y en la dimensión estrategias de afrontamiento se obtuvo 36.4% (119) ubicados en el nivel moderado.

**Tabla 3**

*Niveles de la expresión de ira en estudiantes del nivel secundario de las instituciones públicas del distrito de Coishco.*

Dimensiones	Alto		Moderado		Bajo		Nulo		Total	
	N°	%	N°	%	N°	%	N°	%	N°	%
Estado de ira	69	21.1	117	35.8	65	19.9	76	23.2	327	100
Rasgo de Ira	75	22.9	125	38.2	49	15.0	78	23.9	327	100
Expresión de ira y control de ira	74	22.6	115	35.2	64	19.6	74	22.6	327	100
Expresión de ira	214	65.4	63	19.3	50	15.3	00	0.0	327	100

**Fuente:** base de datos

### **Descripción:**

Se puede evidenciar que en los niveles de expresión de ira predomina el nivel alto con un 65.4% (214), seguido del nivel moderado con 19.3% (63), en el nivel bajo 15.3% (50) y por último en el nivel nulo no se encuentran ningún alumno, en el estado de ira se aprecia que predomina el nivel moderado con 35.8% (117), en rasgos de ira se ubican en un nivel moderado con 38.2% (125), por otro lado en la expresión de ira y control de ira los adolescentes se ubican en el nivel moderado con 35.2 (115).

**Tabla 4**

*Correlación entre estrés académico y la escala de estado de ira en estudiantes del nivel secundario de las Instituciones Públicas del distrito de Coishco.*

Escala de estado de ira		
	Rho	Sig. (p-valor)
Estrés académico	0.328**	0.000

\*\*p<0.01

**Fuente:** Base de datos

**Descripción:**

En los resultados se observa que existe relación positiva baja ( $\rho=0.328^{**}$ ) entre estrés académico y la escala de estado de ira, la relación es altamente significativa ( $p<0.01$ ).

**Tabla 5**

*Correlación entre estrés académico y la escala de rasgos de ira en estudiantes del nivel secundario de las Instituciones Públicas del distrito de Coishco.*

Escala de rasgo de ira		
	Rho	Sig. (p-valor)
Estrés académico	0.191**	0.000

\*\*p<0.01

**Fuente:** Base de datos

**Descripción:**

En los resultados se observa que existe relación positiva muy baja ( $\rho=0.191^{**}$ ) entre estrés académico y la escala de rasgo de ira, la relación es altamente significativa ( $p<0.01$ ), entre ambas variables mencionadas.

**Tabla 6**

*Correlación entre estrés académico y la escala de expresión de ira y control de ira en estudiantes del nivel secundario de las Instituciones Públicas del distrito de Coishco.*

Expresión de ira y control de ira		
	Rho	Sig. (p-valor)
Estrés académico	0.195**	0.000

\*\*p<0.01

**Fuente:** Base de datos

**Descripción:**

En los resultados se observa que existe relación positiva muy baja ( $\rho=0.195^{**}$ ) entre estrés académico y la escala de expresión de ira y control, la relación es altamente significativa ( $p<0.01$ ).

**Tabla 7**

*Correlación entre expresión de ira y la dimensión estresores.*

Expresión de ira	Dimensión estresores	
	Rho	Sig. (p-valor)
	0.288**	0.000

\*\*p<0.01

**Fuente:** Base de datos

**Descripción:**

En los resultados se observa que existe relación positiva baja ( $\rho=0.288^{**}$ ) entre estrés académico y la dimensión estresores, la relación es altamente significativa ( $p<0.01$ ).

**Tabla 8**

*Correlación entre expresión de ira y la dimensiones síntomas reacciones.*

	Dimensión síntomas reacciones	
	Rho	Sig. (p-valor)
Expresión de ira	0.329**	0.000

\*\*p<0.01

**Fuente:** Base de datos

**Descripción:**

En los resultados se observa que existe relación positiva baja ( $\rho=0.329^{**}$ ) entre estrés académico y dimensiones síntomas reacciones, en el cual se aprecia que hay una relación altamente significativa ( $p<0.01$ ).



**Tabla 9**

*Correlación entre expresión de ira y la dimensión estrategia de afrontamiento.*

Dimensión estrategia de afrontamiento		
	Rho	Sig. (p-valor)
Expresión de ira	0.378**	0.000

\*\*p<0.01

**Fuente:** Base de datos

**Descripción:**

En los resultados se observa que existe relación positiva baja ( $\rho=0.378^{**}$ ) entre estrés académico y dimensión estrategia de afrontamiento, en el cual se aprecia que hay una relación altamente significativa ( $p<0.01$ ).

#### IV. DISCUSIÓN

En el análisis realizado de la investigación en donde se pudo determinar el objetivo principal en el cual se utilizó coeficiente de correlación de Spearman.

Dicho análisis se evidencia en la (Tabla 1), donde podemos apreciar que existe correlación positiva baja (0.354\*\*), entre estrés académico y expresión de ira, es decir que ambas variables se relacionan de manera directa, lo cual indica que a mayor estrés académico mayor será la expresión de ira. Estos datos coinciden con Seiffge et al. (2010), en donde realizó la investigación de ambas variables las cuales se observan una diferencia mínima en los resultados en donde se obtuvo (0.590\*\*) indicándolo que su existe relación entre sus variables. En el aporte de Román y Hernández (2014), en donde refiere que un elevado nivel de estrés en el rendimiento académico elevado altera el sistema de respuestas del individuo a nivel cognitivo, motor y fisiológico. Es por ello que el nivel del estrés influye de manera significativa en la expresión de ira del estudiante ya que en ocasiones no siempre suelen reaccionar de forma adecuada.

En lo referente a los niveles de estrés académico en los estudiantes de secundaria de Coishco (Tabla 2), se evidencia que predomina el nivel profundo con 82% (268), mientras que en las dimensiones estresores se aprecia que predomina el nivel moderado con 46.8% (153), en la dimensión síntomas reacciones se obtuvo 51.7% (169) que se ubican en el nivel moderado y en la dimensión estrategias de afrontamiento se obtuvo 36.4% (119) ubicados en el nivel moderado, esto quiere decir que si los alumnos se encuentran estresados no pueden enfocarse adecuadamente en sus estudios ya que no rendirían de manera adecuada en el aspecto académico, estos datos coinciden con Puestas et al (2010), en el cual halló que el 88.9% de adolescentes presenta un nivel de estrés académico ya que en ocasiones no tienen tiempo para enfocarse más en sus exámenes o trabajos que les dejan en el colegio. Para ello se corrobora con la teoría de Román y Hernández (2014), en el cual refiere que los estudiantes que se encuentran en los colegios, universidades o post

grado se encuentran en un nivel de aprendizaje y experimentan tensión ya sea por los trabajos, exposiciones o exámenes que se realiza en las aulas.

En los niveles de expresión de ira de los estudiantes de secundaria (Tabla 3), se puede evidenciar que predomina el nivel alto 65.4% (214), seguido del nivel moderado con 19.3% (63), en el nivel bajo 15.3% (50) y por último en el nivel nulo no se encuentran ningún alumno, en el estado de ira se aprecia que predomina el nivel moderado con 35.8% (117), en rasgos de ira se ubican en un nivel moderado con 38.2% (125), por otro lado en la expresión de ira y control de ira los adolescentes se ubican en el nivel moderado con 35.2 (115), lo cual quiere decir que los estudiantes no utilizan adecuadamente el manejo de sus emociones y la forma de poder expresarse adecuadamente, lo cual le conlleva a llegar a una solución de lo tratado, este aporte se apoya con la investigación de Puestas et al. (2010), en el cual halló que el 88.9% de adolescentes presenta un nivel de estrés académico ya que en ocasiones no tienen tiempo para enfocarse más en sus exámenes, en donde brindo como resultado que los adolescentes son más propensos a afrontar el estrés académico con estrategias centradas en las emociones del adolescente es decir que pueden aflorar las emociones de ira. Así mismo Oblitas (2004), manifestó que es un estado emocional formado por los sentimientos de irritación como es el enojo, furia y rabia ya que los adolescentes son más enfurecidos al momento que intentan resolver una situación conflictiva dejándose llevar por sus impulsos y no reaccionan de manera asertiva.

Por otro lado en la relación entre el estrés académico y la escala de estado de ira (Tabla 4), se observa que existe correlación positiva baja (0.328\*\*), para ello se entiende que en ocasiones suelen no controlar sus emociones y se dejan llevar por sus impulsos, estos datos se observan similar a los aportes de Oliva y Calleja (2010), en sus resultados obtuvo que el 49.5% de la varianza de adolescentes presenta un nivel de expresión de ira. Por otro lado en el aporte de Barraza (2014), refiere que el estrés es una respuesta adaptativa de la persona a su entorno, remite a conceptualizar al estresor como una entidad objetiva. Es por ello que el adolescente debe de mejorar en sus relaciones

personales con su entorno con la finalidad de establecer buenos lazos con las demás personas.

Así mismo se observa en los resultados la relación entre el estrés académico y la escala de rasgo de ira (Tabla 5), el cual se obtuvo los siguientes resultados de (0.191\*\*) apreciándose que existe correlación positiva muy baja, para ello se corroboró con el autor Oliva y Hernández (2010), en sus resultados refiere que el 53% de adolescentes se encuentran en la escala de rasgo de ira. Por otro lado se puede corroborar con el aporte de Román y Hernández (2014), en donde manifestó que el estrés es una necesidad para que cada ser humano esté alerta, logrando realizar adecuadamente sus labores académicas. Es decir que la forma de actuar y expresar tiene consecuencias negativas o positivas frente a la situación que se encuentre.

En cuanto a la correlación entre el estrés académico y la escala de expresión de ira y control (Tabla 6), en donde se obtuvo el resultado de (0.195\*\*), es decir que existe correlación positiva muy baja; al corroborar con el aporte de Oliva y Hernández (2010), en donde obtuvo una consistencia interna de 0.733 en expresión y control de ira, así mismo se puede decir que es una de las pruebas subjetivas que ayudan con un buen resultado de los evaluados. Así mismo con el aporte de Barraza (2014) en donde refirió que la actuación tiene por objeto la capacidad de afrontamiento o respuesta de la persona. Con el aporte de Izard (1993), refiere que la expresión de ira puede prevenir una agresión, aunque en realidad, la función directa de ira es la de favorecer y mantener altos niveles de energía. En donde se puede observar que el control de impulsos y la ira mantienen una relación la cual ayudara al estudiante sobre el manejo de sus sentimientos.

De acuerdo a la relación entre expresión de ira y la dimensión estresores en estudiantes del nivel secundario (Tabla 7), se verifica que existe correlación positiva baja (0.288\*\*), entre la variable y la sub-escala mencionada se relacionan de manera directa es decir que a mayor expresión de ira mayor serán los estresores que presentan los adolescentes, al comparar con el aporte de Pulido (2011), en su investigación del estrés y reacciones físicas arrojo

(0.288\*\*) en el cual se observa una relación baja. Es decir que este aporte se apoya con Román y Hernández (2014), en donde refiere que el adolescente presenta un nivel resaltante de carácter negativo del nivel de estrés esto se debe de generar por las situaciones que está pasando en su vida diaria.

Al hablar de la relación entre la expresión de ira y la dimensión síntomas y reacciones en estudiantes del nivel secundario (Tabla 8), en donde se evidencia los siguientes resultados de (0.329\*\*) se relacionan de forma directa, al verificar con la investigación de Pulido, (2011) en la correlación del estrés y las reacciones psicológicas se dio como resultado (0.328\*\*), en el cual encontró relación entre las variables mencionadas. Por otro lado en el aporte de Gutiérrez et al. (2010), en cuanto a las exigencias académicas el ritmo de estudio, la intensidad horaria, la exigencia de los docentes, las presiones de grupo, la competencia entre compañeros, genera que los adolescentes se apoyen en conjunto y ver en que están fallando como equipo y buscar las soluciones del conflicto generando un ambiente adecuado en donde se encuentren.

Y por último en la correlación de expresión de ira y la dimensión estrategias de afrontamiento en estudiantes del nivel secundario (Tabla 9) se evidencia en los resultados una puntuación de (0.378\*\*), es decir que existe correlación positiva baja, como también se puede corroborar con el aporte de Pulido (2011), en la correlación de estrés académico y el comportamiento obtuvo como resultado (0.387\*\*), concluyendo que existe relación, en el cual se puede decir que el comportamiento del adolescente es importante ya que se apreciara como actúa el adolescente, si se deja llevar por sus impulsos o se controla y busca la mejor solución frente al conflicto. Así mismo se puede corroborar con el aporte teórico de González y González (2014), refieren que el estrés académico influye en el rendimiento académico del estudiante, al mismo tiempo que pueden fomentar el consumo de diversas sustancias inadecuadas para el adolescente. Por otro lado se puede decir que el estrés es de suma importancia en el cual se debe de prestar atención y apoyar al adolescente en el relajamiento con la finalidad de poder ver mejores resultados en su persona.



## VI. CONCLUSIÓN

1. Al correlacionar el estrés académico y la expresión de ira en el cual se obtuvo la siguiente relación de ( $\rho= 0.354^{**}$ ).
2. Por otro lado se puede verificar los niveles de estrés académico dando con mayor puntuación el nivel profundo con 82% es decir que 268 adolescentes se ubican en dicho nivel.
3. Se determinó los niveles de la expresión de ira en donde predomina el nivel alto con 65.4% en donde están ubicados 214 adolescentes.
4. Al relacionar la variables estrés académico y la escala de estado de ira se arrojó una puntuación de ( $\rho= 0.328^{**}$ ).
5. En la correlación del estrés académico y la escala de rasgo de ira arrojó el resultado de ( $\rho= 0.191^{**}$ ).
6. Al respecto de la correlación del estrés académico y expresión de ira y control de ira en el cual arrojó el puntaje de ( $\rho= 0.195^{**}$ ).
7. En los resultados la correlación entre expresión de ira y la dimension estresores se obtuvo el siguiente puntaje de ( $\rho= 0.288^{**}$ ).
8. Sin embargo en la correlación entre expresión de ira y la dimensión síntomas reacciones en donde la puntuación es de ( $\rho= 0.329^{**}$ ).
9. Finalmente en la correlación de expresión de ira y la dimensión estrategias de afrontamiento, arrojando la siguiente puntuación de ( $\rho= 0.378^{**}$ ).

## **VII. RECOMENDACIONES**

- Realizar programas en los cuales los adolescentes puedan mejorar sus relaciones con los demás y establecer lazos duraderos, con la finalidad de mostrar si son capaces de mantener una conversación adecuadamente con la otra persona.
- Brindar escuela de padres con la propósito de mejorar las emociones e ir educando el manejo de frustración frente a las situaciones de su alrededor.
- Participar en talleres los cuales pueden interactuar con sus compañeros del aula e ir conociéndose y analizar los puntos débiles en los cuales necesitan mejorar como el carácter o el dominio de las situaciones frente a los conflictos.
- Asistir a consejerías psicológicas con la finalidad de ayudar a cada adolescente con el objetivo de que sean evaluados y reciban la ayuda de un profesional para el mejor manejo de su persona.
- Participar en actividades en conjunto con los padres, permitiendo mejorar la relación en el hogar y sobre todo conocer en que están fallando y buscar las soluciones al problema.
- Participar en actividades integradoras, con la finalidad de mantenerse en actividad en sus ratos libres.



## VII. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Barraza, A. (2012). *Inventario SISCO del estrés académico*. Madrid: Investigación Educativa
- Barraza, A. (2003). *El estrés académico en los alumnos de postgrado* (Tesis de maestría). Universidad pedagógica de durango, Guadalajara.
- Barraza, A. (2014). *Características del estrés académico de los alumnos de educación media superior*. (Tesis de licenciatura). Universidad de Durango; Madrid. Recuperado en: <http://www.psicologiacientifica.com/>
- Barraza, M. (2014). Propiedades psicométricas del Inventario SISCO del estrés académico. *PsychosocialIntervention*, 15(2), 10–15. Recuperado en: [revistapsicologiacientifica.com](http://revistapsicologiacientifica.com).
- Beltrán, Estrada, Martínez y Navarro (2010). Como afecta y se relaciona el estrés con el rendimiento académico en estudiantes de segundo año de la carrera de medicina del cum-u (Trabajo de investigación). Universidad de san juan de Guatemala sac. <http://digi.usac.edu.gt/encuentro2011/uploads/encuentro2010/4Experiencia%20estudiantil/EstresCUM.pdf>
- Díaz, Y. (2013). *Estrategias y Estilos de Afrontamiento al Estrés Académico en estudiantes de medicina*. (Tesis de maestría). Universidad de Colombia. Recuperado en: <http://www.redie.org/librosyrevistas/libros/investigaciones.pdf>
- González, M. &González, S. (2014). Estrés académico en el nivel medio superior. *RevElectronCienc*, 1(2), 37.
- González, M. (2012). Percepción de estrés, experiencias académicas estresantes y afrontamiento en los estudios. *Educación/PUCP*, 17(32), 49-66.

- Gutiérrez, J., Montoya, L., Toro, B., Briñon, M., Rosas, E. & Salazar, L. (2010). Depresión en estudiantes universitarios y su asociación con el estrés académico. *Revista CES Medicina*, 24(1), 7-17.
- Hernández, R., Fernández, C. & Baptista, P. (2010). *Metodología de la Investigación*. (5ta. Ed.). México, D.F.: Mc Graw Hill.
- Izard, C. (2013). Organizational and motivational functions of discrete emotions. *Handbook of emotions*, 15(2), 631-642.
- Lewis, M. (2013). *El surgimiento de las emociones humanas*. (5ta. Ed.). New York: The Guilford Press. (223 - 235)
- Oblitas, L. (2004). Psicología de la salud y calidad de vida. *Psicología de la salud*, 5(2), 20-35.
- Oliva, F. & Calleja, N. (2010). Medición de la ira en el deporte de combate. *Revista de Psicología*, 16(1), 52-59. Recuperado de: <http://redalyc.uaemex.mx/src/inicio/ArtPdfRed.jsp?iCve=68615511006>
- Oliva, F., Hernández, M. & Calleja, N. (2010). Validación de la versión mexicana del inventario de expresión de ira estado-rasgo. *Revista Colombiana de Psicología*, 13(2), 107-117. Recuperado de: <http://www.redalyc.org/src/inicio/ArtPdfRed.jsp?iCve=79819279010>
- Pulido, C. (2011). Una aproximación psicosocial al estrés escolar. *Educación y Educadores*, 2(10), 11-22.
- Román, C. & Hernández, Y. (2014). El estrés académico: una revisión crítica del concepto desde las ciencias de la educación. *RevElectronPsicol Iztacala*, 14(2), 7.

- Román, C. (2012). *Estudio del estrés académico en estudiantes latinoamericanos de la carrera de Medicina*. (Tesis de licenciatura). Escuela latinoamericana de medicina, Cuba. Recuperado en: <http://www.rieoei.org/2371.htm>
- Scafarelli, L. & García, R. (2010). *Estrategias de afrontamiento al estrés en una muestra de jóvenes universitarios Uruguayos*. (Tesis de licenciatura). Universidad Católica de Uruguay.
- Smith, T. (2004). Concepts and methods in the study of anger, hostility and health. *Revista de psicología hostility and health*, 8(2), 25.
- Seiffge, K., et al. (2010). Placing romantic stress in the context of other. *International Journal of Behavioral Development*, 34(2), 106-112.
- Tobal, J., Casado, M., Cano, A. & Spielberger, C. (2001). *Inventario de expresión de la ira estado-rasgo staxi-2*. Madrid, España: TEA Ediciones.
- Valderrey, P. (2010). *Extracción del conocimiento a partir del análisis de datos*. México: Ed. Rama.
- Vasallo, F. (2013). *Propiedades psicométricas de expresión de ira estado – rasgo en estudiantes secundarios – la esperanza*. (Tesis de licenciatura). Universidad CesarVallejo, Trujillo. Perú

## **ANEXOS**

### **Anexo 1**

#### **Consentimiento Informado**

El propósito de esta ficha es proveer a los participantes con una explicación clara de la naturaleza de la misma, así como su rol en ella.

La presente investigación es conducida por: Mariños Rojas, Betsy Juliana, de la carrera profesional de psicología, de la facultad de Humanidades de la Universidad Cesar Vallejo de Chimbote.

La meta de este estudio es hallar la relación entre “Estrés académico y expresión de ira en estudiantes del nivel secundario de las Instituciones Públicas del distrito de Coishco”; y de esta manera cumplir con los objetivos institucionales.

La información que se recoja será confidencial y no se usará para ningún otro propósito fuera de los de esta investigación. Por lo que sus respuestas son anónimas

Si tiene alguna duda sobre la investigación, puede hacer preguntas en cualquier momento.

La decisión sobre tu participación en este estudio es completamente voluntaria. La presente investigación está autorizada por el Responsable de Recursos Humanos de la institución.

**POR FAVOR COMPLETE ESTA PARTE DEL DOCUMENTO,**

Lea la información a continuación y marque uno de los recuadros.

ACEPTO participar en las encuestas para esta investigación.

NO ACEPTO participar en las encuestas para esta investigación.

Desde ya le agradecemos su participación.

---

**FIRMA DEL PARTICIPANTE**

## Anexo 2

### Estrés académico

#### INVENTARIO SISCO DEL ESTRÉS ACADÉMICO V2

*Dr. Arturo Barraza Macías*

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

- Sí  
 No

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

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

1	2	3	4	5

#### 3.- DIMENSIÓN ESTRESORES

3.- En el siguiente cuadro señala con una **X** con qué frecuencia te inquietaron las siguientes situaciones:

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

#### 4.- DIMENSIÓN SÍNTOMAS (REACCIONES)

4.- En el siguiente cuadro señala con una **X** con qué frecuencia tuviste las siguientes reacciones físicas, psicológicas y comportamentales cuando estabas preocupado o nervioso.

	Nunca	Rara vez	Algunas veces	Casi siempre	Siempre
10.- Trastornos en el sueño (insomnio o pesadillas)					
11.- Fatiga crónica (cansancio permanente)					
12.- Dolores de cabeza o migrañas					
13.- Problemas de digestión, dolor					

abdominal o diarrea					
	Nunca	Rara vez	Algunas veces	Casi siempre	Siempre
14.- Rascarse, morderse las uñas, frotarse, etc.					
15.- Somnolencia o mayor necesidad de dormir					
	Nunca	Rara vez	Algunas veces	Casi siempre	Siempre
16.- Inquietud (incapacidad de relajarse y estar tranquilo)					
17.- Sentimientos de depresión y tristeza (decaído)					
18.- Ansiedad, angustia o desesperación.					
19.- Problemas de concentración					
20.- Sentimiento de agresividad o aumento de irritabilidad					
	Nunca	Rara vez	Algunas veces	Casi siempre	Siempre
21.- Conflictos o tendencia a polemizar o discutir					
22.- Aislamiento de los demás					
23.- Desgano para realizar las labores escolares					
24.- Aumento o reducción del consumo de alimentos					
25.Otra _____ (Especifique)					

### 5.- DIMENSIÓN ESTRATEGIAS DE AFRONTAMIENTO

5.- En el siguiente cuadro señala con una **X** con qué frecuencia utilizaste las siguientes estrategias para enfrentar la situación que te causaba la preocupación o el nerviosismo.

	Nunca	Rara vez	Algunas veces	Casi siempre	Siempre
26- Habilidad asertiva (defender nuestras preferencias, ideas o sentimientos sin dañar a otros)					
27.- Elaboración de un plan y ejecución de sus tareas					
28.- Elogios a sí mismo					
29.- La religiosidad (oraciones o asistencia a misa)					
30.- Búsqueda de información sobre la situación					
31.- Ventilación y confidencias (verbalización de la situación que preocupa).					
32Otra _____ (Especifique)					

## Anexo 3

### Expresión de ira

#### Parte 1

#### INSTRUCCIONES

A continuación se presentan una serie de afirmaciones que la gente usa para describirse a sí misma. Lea cada afirmación y rodee con un círculo una de las letras que encontrará a la derecha, la letra que mejor indique **CÓMO SE SIENTE AHORA MISMO**, utilizando la siguiente escala de valoración:

<b>A</b> NUNCA EN ABSOLUTO	<b>B</b> ALGO	<b>C</b> MODERADAMENTE	<b>D</b> MUCHO
----------------------------	---------------	------------------------	----------------

#### CÓMO ME SIENTO EN ESTE MOMENTO

- |    |   |   |   |   |   |
|----|---|---|---|---|---|
| 1  | Estoy furioso .....                           | A | B | C | D |
| 2  | Me siento irritado .....                      | A | B | C | D |
| 3  | Me siento enfadado .....                      | A | B | C | D |
| 4  | Le pegaría a alguien .....                    | A | B | C | D |
| 5  | Estoy quemado .....                           | A | B | C | D |
| 6  | Me gustaría decir lacos .....                 | A | B | C | D |
| 7  | Estoy cabreado .....                          | A | B | C | D |
| 8  | Daría puñetazos a la pared .....              | A | B | C | D |
| 9  | Me dan ganas de maldecir a gritos .....       | A | B | C | D |
| 10 | Me dan ganas de gritarle a alguien .....      | A | B | C | D |
| 11 | Quiero romper algo .....                      | A | B | C | D |
| 12 | Me dan ganas de gritar .....                  | A | B | C | D |
| 13 | Le tirarfa algo a alguien .....               | A | B | C | D |
| 14 | Tengo ganas de abofetear a alguien .....      | A | B | C | D |
| 15 | Me gustaría echarle la bronca a alguien ..... | A | B | C | D |

**NO ANOTE NADA  
EN ESTE ESPACIO  
O PODRÍA INVALIDAR  
SU EJERCICIO**

#### Parte 2

#### INSTRUCCIONES

A continuación se presentan una serie de afirmaciones que la gente usa para describirse a sí misma. Lea cada afirmación y rodee con un círculo la letra que mejor indique **CÓMO SE SIENTE NORMALMENTE**, utilizando la siguiente escala de valoración:

<b>A</b> CASI NUNCA	<b>B</b> ALGUNAS VECES	<b>C</b> A MENUDO	<b>D</b> CASI SIEMPRE
---------------------	------------------------	-------------------	-----------------------

#### CÓMO ME SIENTO NORMALMENTE

- |    |   |   |   |   |   |
|----|---|---|---|---|---|
| 16 | Me caliente rápidamente .....   | A | B | C | D |
| 17 | Tengo un carácter irritable .....                                       | A | B | C | D |
| 18 | Soy una persona exaltada .....  | A | B | C | D |
| 19 | Me molesta cuando hago algo bien y no me lo reconocen .....             | A | B | C | D |
| 20 | Tiendo a perder los estribos .....                                      | A | B | C | D |
| 21 | Me pone furioso que me critiquen delante de los demás .....             | A | B | C | D |
| 22 | Me siento furioso cuando hago un buen trabajo y se me valcra poco ..... | A | B | C | D |
| 23 | Me cabreo con facilidad .....   | A | B | C | D |
| 24 | Me enfado si no me salen las cosas como tenía previsto .....            | A | B | C | D |
| 25 | Me enfado cuando se me trata injustamente .....                         | A | B | C | D |

**NO ANOTE NADA  
EN ESTE ESPACIO  
O PODRÍA INVALIDAR  
SU EJERCICIO**

### Parte 3

#### INSTRUCCIONES

A continuación se presentan una serie de afirmaciones que la gente usa para describir sus reacciones cuando se siente enfadada. Lea cada afirmación y rodee con un círculo la letra que mejor indique CÓMO REACCIONA O SE COMPORTA CUANDO ESTÁ ENFADADO O FURIOSO, utilizando la siguiente escala:

A	CASI NUNCA	B	ALGUNAS VECES	C	A MENUDO	D	CASI SIEMPRE
---	------------	---	---------------	---	----------	---	--------------

#### CUANDO ME ENFADO O ENFUREZCO

26.	Controlo mi temperamento .....	A	B	C	D
27.	Expreso mi ira .....	A	B	C	D
28.	Me guardo para mí lo que siento .....	A	B	C	D
29.	Hago comentarios irónicos de los demás .....	A	B	C	D
30.	Mantengo la calma .....	A	B	C	D
31.	Hago cosas como dar portazos .....	A	B	C	D
32.	Ardo por dentro aunque no lo demuestro .....	A	B	C	D
33.	Controlo mi comportamiento .....	A	B	C	D
34.	Discuto con los demás .....	A	B	C	D
35.	Tiendo a tener rencores que no cuento a nadie .....	A	B	C	D
36.	Puedo controlarme y no perder los estribos .....	A	B	C	D
37.	Estoy más enfadado de lo que quiero admitir .....	A	B	C	D
38.	Digo barbaridades .....	A	B	C	D
39.	Me irrito más de lo que la gente se cree .....	A	B	C	D
40.	Pierdo la paciencia .....	A	B	C	D
41.	Controlo mis sentimientos de enfado .....	A	B	C	D
42.	Rehuyo encararme con aquello que me enfada .....	A	B	C	D
43.	Controlo el impulso de expresar mis sentimientos de ira .....	A	B	C	D
44.	Respiro profundamente y me relajo .....	A	B	C	D
45.	Hago cosas como contar hasta diez .....	A	B	C	D
46.	Trato de relajarme .....	A	B	C	D
47.	Hago algo sosegado para calmarme .....	A	B	C	D
48.	Intento distraerme para que se me pase el enfado .....	A	B	C	D
49.	Pienso en algo agradable para tranquilizarme .....	A	B	C	D

NO ANOTE NADA  
EN ESTE ESPACIO  
O PODRÍA INVALIDAR  
SU EJERCICIO

NO ANOTE NADA EN ESTE ESPACIO  
O PODRÍA INVALIDAR SU EJERCICIO



## Anexo 4

**Tabla 10**

*Distribución de la población según el grado de dos Instituciones Públicas del distrito de Coishco.*

Institución	Año	Sección	H	M	Población
1° Colegio	3	A	12	8	20
		B	11	11	22
		C	12	8	20
	4	A	9	12	21
		B	9	10	19
		C	8	11	19
	5	A	9	10	19
		B	8	11	19
		C	8	13	21
2° Colegio	3	A	15	10	25
		B	8	13	21
		C	9	12	21
	4	A	6	16	22
		B	11	15	26
		C	13	11	24
	5	A	19	8	27
		B	17	15	32
TOTAL					378

## Anexo 5

**Tabla 11**

*Distribución por estratos según el grado de dos instituciones públicas del distrito de Coishco.*

Grado	N° Total	M/P	Hombres	Mujeres
3	45	114	51	63
	43	109	51	28
	21	104	53	21
	129			
4	43	107	57	50
	45	112	62	50
	43	107	50	57
	131			
5	46	0	50	78
	51	141	55	86
	21	58	22	36
	118			

## Anexo 6

**Tabla 12**

*Prueba de normalidad*

Kolmogorov-Smirnov <sup>a</sup>			
	Estadístico	GI	Sig.
Estrés académico	0.074	327	0.000
Expresión de ira	0.078	327	0.000

a. Corrección de la significación de Lilliefors

En los resultados, de la prueba de normalidad de estrés académico y expresión de ira, las puntuaciones no se distribuyen normalmente (p-valor, menor a 0.05), Por lo que la correlación entre las variables se realizó con el coeficiente de correlación Rho de Spearman