



**UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO**

**ESCUELA DE POSGRADO**

**PROGRAMA ACADÉMICO DE MAESTRÍA EN  
PSICOLOGÍA EDUCATIVA**

**Resiliencia y estrés académico en estudiantes del VI ciclo  
de la Institución Educativa Elina Vincés Llanos de  
Túcume**

**TESIS PARA OBTENER EL GRADO ACADÉMICO DE:  
Maestra en Psicología Educativa**

**AUTORA:**

Tafur Rojas, Cinthia Leyla del Pilar (ORCID: 0000-0002-7871-4869)

**ASESOR:**

Mg. Chero Zurita, Juan Carlos (ORCID: 0000-0003-3995-4226)

**LÍNEA DE INVESTIGACIÓN:**

Atención integral del infante, niño y adolescente

CHICLAYO - PERÚ

2022

*Dedicatoria*

*Para mis padres Mario y Nila, por ser las personas que me motivan constantemente y me brindan su apoyo incondicional.*

### *Agradecimiento*

*Al maestro Miguel Coronado Bances, director de la Institución Educativa “Elina Vinces Llanos” de Granja Sasape del Distrito de Túcume, por su apoyo incondicional y confianza para hacer realidad esta investigación.*

*A los padres de familias y estudiantes del VI ciclo del caserío de Granja Sasape del Distrito de Túcume por haber participado en este trabajo de investigación.*

## Índice de Contenido

Carátula.....	i
Dedicatoria .....	ii
Agradecimiento .....	iii
Índice de contenido .....	iv
Índice de tablas .....	v
Índice de figuras .....	v
Resumen.....	vi
Abstract.....	vii
I. INTRODUCCIÓN .....	1
II. MARCO TEÓRICO .....	4
III. METODOLOGÍA .....	14
3.1. Tipo de investigación.....	14
3.2. Variables y operacionalización .....	15
3.3. Población muestra , muestro y unidad de análisis .....	15
3.4. Técnicas e instrumentos de datos.....	16
3.5. Procedimientos .....	17
3.6. Método de análisis de datos.....	17
3.7. Aspectos éticos .....	17
IV. RESULTADOS.....	18
V. DISCUSIÓN.....	23
VI. CONCLUSIONES .....	29
VII. RECOMENDACIONES.....	30
REFERENCIAS.....	31
ANEXOS.....	37

## **Índice de tablas**

Tabla 1 Niveles de asertividad .....	18
Tabla 2 Niveles de las dimensiones de variable resiliencia .....	19
Tabla 3 Niveles de estrés académico.....	20
Tabla 4 Niveles de las dimensiones de la variable estrés académico .....	21
Tabla 5 Relación entre resiliencia y estrés académico.....	22

## **Índice de figuras**

Figura 1. Esquema del diseño de investigación correlacional.....	14
--	----

## Resumen

La presente investigación nació tras observar las dificultades que presentaban los estudiantes para hacer frente a los problemas, además que las actividades académicas han generado un desequilibrio en su salud física y psicológica, teniendo como objetivo determinar la relación entre resiliencia y estrés académico en estudiantes del VI ciclo de la Institución Educativa Elina Vincas Llanos de Túcume. Fue de tipo básico, transversal empleando el diseño descriptivo correlacional, se contó con una población de 70 estudiantes entre varones y mujeres de 11 a 15 años, los datos se recogieron empleando la técnica de la encuesta, usando el cuestionario de resiliencia en adolescentes y el inventario SISCO para estrés académico. Los resultados indicaron que existe relación entre resiliencia y estrés académico, siendo de nivel alto y direccionalidad directa, altamente significativa ( $Rho = -0.893$ ,  $sig < 0.001$ ); además el nivel más resaltante en resiliencia es en bajo (51.4%), y en estrés académico el nivel alto consigue el 50%; concluyendo que los estudiantes que poseen escasas cualidades para sobreponerse ante problemas diarios se relacionan con niveles altos de desequilibrio físico y emocional a causa del estrés académico.

**Palabras clave:** Resiliencia, estrés académico, estudiantes de secundaria, adolescentes.

## Abstract

The present research was born after observing the difficulties that students had to face the problems, in addition to that academic activities have generated an imbalance in their physical and psychological health, aiming to determine the relationship between resilience and academic stress in VI students cycle of the Educational Institution Elina Vinces Llanos de Túcume. It was of a basic type, cross-sectional using the descriptive correlational design, there was a population of 70 students between men and women aged 11 to 15 years, the data were collected using the survey technique, using the resilience questionnaire in adolescents and the SISCO inventory for work stress. The results indicate that there is a relationship between resilience and academic stress, being of high level and direct directionality, highly significant ( $Rho = -0.893$ ,  $sig < 0.001$ ); Furthermore, the most outstanding level in resilience is low (51.4%), and in academic stress the high level reaches 50%; concluding that students who have few qualities to overcome daily problems are related to high levels of physical and emotional imbalance due to academic stress.

**Keywords:** resilience, academic stress, high school students, adolescents.

## I. INTRODUCCIÓN

A lo largo de la vida los seres humanos enfrentan diversas dificultades, para lo cual implementan formas de respuesta, la intención de estas son encontrar soluciones y, así, continuar de manera funcional en la vida, sin embargo, muchos no lo consiguen (Salvatierra, 2019).

Uno de los episodios que implica grandes cambios es la adolescencia, en la cual se dan modificaciones que afectan el desarrollo de áreas cruciales, entre estas la académica; aquí se presenta gran presión sobre los menores para el cumplimiento de consignas, existiendo agotamiento permanente, es así que aparece el estrés académico, afectándolos (Silva, López & Columba, 2019).

En el plano internacional, United Nations Children's Fund UNICEF (2019), señaló que una de las mayores adversidades, de los adolescentes, son las limitaciones que tienen para poder completar sus metas; acusando como causasa la pobreza, los conflictos sociopolíticos y psicosociales. En Sudáfrica, Kenia, Zimbabue y República del Congo el 57% de los menores no logró concretar su proyecto de vida, de este porcentaje el 63% no consiguió concluir sus estudios secundarios, el sobreponerse a las condiciones en las que habitan es una gran labor que implica el uso de habilidades socioafectivas, de las cuales la resiliencia es valorada como práctica necesaria.

Estas problemáticas no sólo se dan en las poblaciones de extrema pobreza; es así que Pulido et.al. (2015) indican que en España el 67% de los estudiantes presentó agotamiento, miedo, ansiedad o algún tipo de malestar que afectó su salud mental, acusando como principales causantes a los aspectos propios del desarrollo educativo, las actividades que desempeñan en aulas, los cambios de los contenidos, inclusive en los estudiantes de años finales quienes ya están familiarizados con las diversidades académicas.

En el Foro político de alto nivel que se desarrolló en Estados Unidos, se evaluó la problemática de América latina y el Caribe, encontrando que en República Dominicana, Ecuador y Colombia los estudiantes no reciben ningún entrenamiento para poder hacer frente a las adversidades cotidianas, encontrando que el 62% de los menores no sabría cómo responder ante una



situación de crisis en la institución educativa, así mismo señalan que los recursos invertidos para el fortalecimiento de habilidades socioafectivas son mínimos, limitando así el crecimiento de sociedades resilientes (Comisión Económica para América Latina y el Caribe, 2018).

Por su parte en el Perú, se encontró datos que reflejan distintas problemáticas en los estudiantes de secundaria, el Ministerio de Salud (2017) realizó un estudio en el cual evaluó las formas de afrontamiento a las adversidades, encontrando que el 64% de la población estudiantil no tiene estrategias para hacer frente a las carencias del medio educativo, al examinar la resiliencia se ubicó que el 58% de los adolescentes no conoce el significado de la palabra, el 42% no identifica esta cualidad en sí mismo, revelando las carencias de promoción en salud mental en la población estudiantil.

El estrés en el área académica se ve también de manifiesto, siendo así que el 46% de menores de instituciones educativas públicas presentaron síntomas de malestar cuando llegó la etapa de evaluaciones o de presentación de trabajos calificados (Ministerio de Educación, 2017). Los estudiantes percibieron estas actividades como adversas y fatigantes, presentando características de malestar corporal, físico y desgaste emocional, lo cual limita la adquisición de los aprendizajes y el cumplimiento de objetivos educativos.

En el distrito de Túcume se encuentra la institución educativa Elina Vincés Llanos, del nivel secundaria donde se labora bajo la modalidad de jornada escolar completa, está ubicada en la zona rural del distrito Lambayecano, alberga 162 estudiantes matriculados de ambos sexos y provenientes de nivel socioeconómico pobre y extremadamente pobre; sin embargo, se ha observado una realidad muy particular en los estudiantes del sexto ciclo de educación regular (primer y segundo grado), ellos cuando tienen problemas no pueden encontrar soluciones idóneas, por lo contrario, se abruman ante las carencias que presentan en sus hogares, además que al atravesar una dificultad se dan por vencido con facilidad, prefiriendo realizar actividades que no contengan exigencias o que sean alcanzables de manera rápida; además que en lo que respecta a la forma de afrontar los retos diarios estos se agotan con continuidad, presentan signos de malestar orgánico cuando se trata de acudir a las labores

educativas, indicaron sentir angustia, molestia o preocupación cuando se les asignó actividades dentro o fuera del aula, aún más que el mismo contexto coyuntural ha empujado a que los canales de comunicación y de educación sean modificados por los medios netamente tecnológicos y a distancia.

Debido a la problemática presentada se planteó el problema de investigación ¿Cuál es la relación entre resiliencia y estrés académico en estudiantes del sexto ciclo de la institución educativa Elina Vinces Llanos de Túcume?

La presente investigación se justificó de forma teórica en la necesidad de actualizar los datos de resiliencia y estrés académicos en los estudiantes, así poder contar con información actualizada y útil; se justificó metodológicamente en que se emplearon instrumentos estandarizados y que cuentan con validez y confiabilidad para el recojo de la información, precisando que en esta población nunca se intervino con algún tipo de estudio que procure ahondar en sus problemáticas, en la justificación práctica se pretendió contar con datos reales que fueron útiles para convertirlos en posibles soluciones por parte de las autoridades de la institución favoreciendo la realidad de la población en estudio.

Para el desarrollo el trabajo de investigación se planteó como objetivo general: Determinar la relación entre resiliencia y estrés académico en estudiantes del sexto ciclo de la institución educativa Elina Vinces Llanos de Túcume. Así mismo se planteó como objetivos específicos: a) Diagnosticar la resiliencia en los estudiantes del sexto ciclo de la institución educativa Elina Vinces Llanos de Túcume; b) Identificar los niveles de estrés académico en estudiantes del sexto ciclo de la institución educativa Elina Vinces Llanos de Túcume; c) Analizar la relación entre resiliencia y estrés académico en estudiantes del sexto ciclo de la institución educativa Elina Vinces Llanos de Túcume.

Como hipótesis se tuvo: Existe relación significativa entre resiliencia y estrés académico en estudiantes del sexto ciclo de la institución educativa Elina Vinces Llanos de Túcume.

## II. MARCO TEÓRICO

Alvarán et al. (2021), llevaron a cabo una investigación en la ciudad de Antioquia, la intención del estudio fue encontrar las frecuencias de la resiliencia en un conjunto de estudiantes adolescentes de los primeros años de educación regular, esta fue basada en el enfoque cuantitativo, empleando el tipo de investigación básica con diseño transversal. Para la muestra se contó con 2185 adolescentes de edad escolarizadas de diversas instituciones de la ciudad, En los resultados se concluye que el 53.9% de los menores se establece en el nivel medio de resiliencia, señalan además que entre las sub ciudades existen diferencias en las frecuencias y porcentajes, sin embargo, se constituye el nivel dominante medio en todas, siendo un constante.

Muchiut et al. (2021), en la ciudad argentina de Chaco, decidieron ejecutar una investigación con la intención de comprobar la relación entre inteligencia, resiliencia, funciones ejecutivas y rendimiento académico, llevando a cabo el estudio en instituciones educativas estatales. El enfoque de investigación responde a un modelo cuantitativo, tipo de investigación no experimental, básicay usando el diseño correlacional descriptivo, para la muestra se sumaron adolescentes en edades escolares de 13 a 14 años, es decir los primeros años de educación secundaria. Dentro de los resultados se encontró que no se determinaron relaciones significativas entre las variables, teniendo que acudir sólo a las dimensiones de las mismas para encontrar alguna asociación sin que estas representen alguna simbolización que señale un criterio de discusión importante, además en los datos descriptivos hallaron que el 32% de los menores consigue un desempeño adecuado en las funciones académicas, mientras que el restante 68% presenta dificultades en las funciones de ejecucióny puntuaciones muy bajas en el rendimiento.

García & Serrano (2018), realizó una investigación en la ciudad de Pusuquí-Ecuador, con la intención de determinar la relación entre resiliencia y estrés académico en un conjunto de estudiantes de la Unidad Educativa Municipal de la ciudad antes mencionada; el tipo de investigación fue de enfoque cuantitativo, de tipo no experimental de diseño correlacional descriptivo. Los resultados indicaron que el 47% se ubicó en el nivel moderado de resiliencia, por su parte

en lo que respecta a estrés académico el mayor acumulado se ubicó en el nivel medio con el 88%; además se acepta la hipótesis nula ( $\chi^2=0.392$ ) no significativa, señalando que la resiliencia no se vincula con el estrés académico.

Berzosa (2017), ejecutó una investigación con el objetivo principal de determinar la relación entre estrés académico y la resiliencia en estudiantes, este estudio se ejecutó en España, para la participación se contó con 175 adolescentes y jóvenes de ambos sexos. La metodología del trabajo fue de enfoque cuantitativo, de tipo no experimental, con diseño correlacional descriptivo, para el recojo de la información se emplearon el inventario SISCO del estrés académico y el inventario Resilience Scale-14. Los hallazgos determinan que el 95% de los sujetos se posicionó en el nivel alto de estrés académico, por su parte en resiliencia el 69% se ubicó en el nivel medio, además se encontró relación inversa altamente significativa entre las variables estudiadas, señalando que las puntuaciones altas de estrés académico se vinculan con los resultados bajos de resiliencia, pudiendo esto afectar a los menores en su desempeño.

Prieto, Bermejo, & Ferrandíz (2017), realizaron un trabajo de investigación en la región de Murcia – España, la intención del trabajo doctoral fue encontrar la relación entre resiliencia y rendimiento académico, además de reconocer las incidencias de la inteligencia emocional y el tipo de relación de las familias con referencia a los estudiantes; el trabajo fue dirigido a estudiantes del nivel medio, adolescentes entre 11 a 18 años, siendo de ambos sexos, sumando un total de 362 menores de colegios públicos. La metodología del estudio fue de enfoque cuantitativo, de diseño descriptivo. Los resultados señalaron que no existió relación alguna entre las variables resiliencia y rendimiento académico, sin embargo, se detalló que existió incidencia entre inteligencia emocional de los padres y las dimensiones de resiliencia, es así que la dimensión intrapersonal e interpersonal (inteligencia emocional) se relacionó de forma positiva con la dimensión competencia social (resiliencia)  $r=0.330$  y  $r=0.331$  respectivamente; además la dimensión estado de ánimo (inteligencia emocional) con fortaleza positiva (resiliencia)  $r= 0.360$ , estas con significancia  $p<0.01$ .

Alonso, Beltrán & Máfara (2016), llevaron a cabo un estudio en Argentina con la intención de determinar la relación que pudiese existir entre rendimiento académico y resiliencia en los estudiantes de una entidad tecnológica, la muestra estuvo compuesta por 125 adolescentes y jóvenes entre los 16 y 18 años. La metodología de la investigación fue de enfoque cuantitativo, de tipo no experimental, transversal, con diseño descriptivo correlacional. Los resultados indicaron que existió relación entre las variables, a nivel altamente significativo de tipo directo ( $r=0.64$ ) lo cual indicaría que, a mejores formas de afrontar los problemas, mayores son las posibilidades de tener éxito en las actividades académicas que se le presentan a los evaluados.

Márquez et al. (2016), llevó a cabo un estudio en México, con la intención de encontrar la relación entre disposiciones resilientes y las situaciones de victimización en un grupo de adolescentes, los cuales estuvo compuesta por un total de 798 menores entre 11 a 17 años, de ambos sexos. El enfoque de la investigación fue cuantitativo, transversal, de tipo no experimental, con diseño correlacional descriptivo. Los resultados indicaron que el 95% señaló haber sido víctima de algún tipo de violencia, sólo el 38% de los evaluados consiguió obtener niveles altos de disposición a la resiliencia, encontrando además que no existe relación entre las variables evaluadas.

Huamán & Ramos (2021), llevaron a cabo un estudio en la ciudad de Ica, el objetivo de la investigación detalló en determinar y analizar la relación entre resiliencia y estrés académico en una universidad privada de la ciudad, para este estudio se contó con estudiantes del primer semestre los cuales se encontraron entre las edades de 16 a 18 años, siendo un total de 85 estudiantes. El trabajo fue de enfoque cuantitativo, de tipo no experimental, transaccional, de diseño correlacional descriptivo. Para el recojo de los datos se emplearon los instrumentos de escala de resiliencia y el inventario SISCO. Los resultados indicaron que existió relación de intensidad media baja ( $Rho - 0.358$ ), altamente significativa ( $p < 0.05$ ) entre las variables estudiadas, estableciendo que a mayor resiliencia menor es el estrés académico. En los resultados descriptivos se encuentra que el 58.8% se establece en el nivel alto de resiliencia, el 37.6% en el nivel moderado y el 3.5% en el nivel bajo, en la variable estrés académico el

54.2% se estableció en el nivel medio, el 25.9% en el nivel bajo y el 20% en el nivel alto.

Verástegui (2020), ejecutó una investigación en la ciudad de Lima en la cual su finalidad fue encontrar la relación entre las variables estrés académico y resiliencia, este estudio se llevó a cabo con los estudiantes de los primeros ciclos de una institución privada de nivel universitario, los adolescentes y jóvenes transitaron en edades de 16 a 19 años, siendo un total de 392. El enfoque de la investigación fue cuantitativo, tipo de investigación no experimental, transaccional, básica de diseño correlacional descriptiva. Los resultados encontrados señalaron en estrés académico el 39% se estableció en medianamente alto, el 31.4% en el nivel medio, el 13.8% en el medianamente bajo el 9.7% en el alto y el 6.1% en el bajo, en resiliencia el 31.1% se encontró en el nivel bajo, el 25.8% en el nivel medianamente bajo, el 17.6% en el nivel medio, el 14.8% se encontró en el nivel medianamente alto y el 10.7% en el alto, además existió relación inversa entre las variables  $r=-0.616$ , siendo significativa al nivel  $<0.01$ .

Morales (2017), ejecutaron un estudio en la ciudad de Lima con la finalidad de encontrar la relación entre resiliencia y estrés académico, esta investigación se realizó en la facultad de ciencias de la salud de una universidad de la capital peruana, la muestra estuvo compuesta por 91 sujetos de ambos sexos de edades entre los 16 a 19 años. El enfoque del estudio fue de tipo cuantitativo, de tipo no experimental, transaccional de diseño correlacional descriptivo, para la toma de los datos se emplearon pruebas estandarizadas y adaptadas al ámbito nacional. Los resultados evidenciaron que el mayor conglomerado se encontró en el nivel alto de resiliencia (78%), sólo el 2% puntúa con nivel bajo; en la dimensión autodeterminación el mayor puntaje se ubica en el nivel alto (59%), en la dimensión autoconfianza el nivel alto alcanzó 59%; en lo que respecta al afrontamiento al estrés académico el 59% consiguió el nivel medio, el 34% el nivel alto y el 7% nivel bajo; además se encontró que existió relación directa de intensidad baja ( $r=0.182$ ).

Landuro (2016), ejecutó un estudio en el cual se planteó determinar la relación entre habilidades sociales y resiliencia, esta investigación fue aplicada

en una institución educativa de nivel secundaria de Chiclayo, para la muestra se contó con adolescentes entre 11 a 18 años, siendo una totalidad de 131 estudiantes de ambos sexos. El enfoque de la investigación fue cuantitativo, de tipo básica transaccional, de diseño correlacional descriptivo. Los resultados señalaron que el 97% de los estudiantes consiguió establecerse en los niveles alto y medio, el 68.18% consiguió resultados bajo en habilidades sociales, además que no se encontró relación entre las variables estudiadas.

Alva (2016), hizo una investigación en la ciudad de Chiclayo, la intención del estudio planteó encontrar la relación entre resiliencia y funcionamiento familiar, la población estuvo conformada por adolescentes que formaban parte de un programa de reinserción social de dicha ciudad. La metodología de la investigación fue de enfoque cuantitativo, de tipo transversal, no experimental, con diseño básico descriptivo correlacional. Los resultados indicaron que el 32.5% de los evaluados alcanzaron el nivel alto de resiliencia, el 37.5% consiguió el nivel moderado en funcionamiento familiar, en el resultado correlacional se determinó que existió relación directa entre las variables de estudio.

Las bases teóricas sustentaron supuestos y aportes bibliográficos que describieron de manera objetiva las variables en estudio, la teoría humanista es una de las corrientes que más avala el concepto de resiliencia, esta señaló que el ser humano contiene, dentro de sí, todas las cualidades necesarias para sobrevivir y cubrir sus necesidades, siendo cada una de ellas mayor que la otra y que las va fortaleciendo en el transcurso del tiempo, basados en sus experiencias, y retos que se le plantean, así mismo señala que si bien es cierto existen ámbitos externos que podrían limitar algunas situaciones en los seres humanos, las personas poseen en su interior la posibilidad de desarrollar cualidades, destrezas o competencias que consigan modificar su medio externo con la intención de que estas sean cómodas para sí.

Basado en los aportes de la teoría humanista se puede ubicar el modelo de Wagnild & Young (citados en Salvatierra, 2019), quienes insertaron una forma particular de describir la resiliencia, indicando así que esta es una peculiaridad que poseen las personas inmersas en su personalidad la cual posibilita el resistir, asimilar y hacer frente a las adversidades o condiciones

negativas extrañas, las cuales provienen de su medio, consiguiendo superarlas y adicionalmente consiguiendo entrenar otras cualidades, fortaleciendo sus habilidades de resolución.

Márquez & Verdugo (2016), hacen de manifiesto que el término resiliencia fue utilizado por primera vez en la década de los 80 por Emmy Werner; siendo emitida de manera formal dentro de una investigación con infantes en Hawái (Nobre, Vicente, & Maldonado, 2018); el estudio observó comportamientos de un grupo de habitantes que sufría situaciones agobiantes y de estrés durante su estadio de niñez, en el cual se pudo concluir que gran conjunto de menores al llegar a la adolescencia mostraba comportamientos adversos como conductas violentas, embarazos prematuros, pandillaje, consumo de sustancias, sin embargo un tercio de los menores conseguía no emitir los mismos patrones que los otros a pesar que provenían de contextos similares, a estos niños se les denominó “resilientes” (Nobre, Maldonado & Vicente, 2017).

The Gale encyclopedia of psychology (2016), indica que la resiliencia se refiere a la capacidad que tienen los seres humanos para poder acomodarse a las situaciones que vivencia, posibilitando así potenciar las cualidades de hacerse fuerte frente la adversidad o cuando atraviere situaciones conflictivas de tristeza, desesperanza, crisis.

Esta destreza se refiere, generalmente, a la cualidad de recuperarse a situaciones agobiantes, las cuales podrían causarle un trauma cualquier ser humano, sin embargo, esta capacidad propicia que se le cambie la visión y se consiga potenciar las áreas de adaptación creando con esto nuevos caminos hacia una posible solución (Liesel, 2020). Es preciso señalar que ser una persona resiliente no involucra que los conflictos que se vivan no afecten a las personas o que las conviertan en seres sin sensaciones o emociones (Acle, Basurdo, Lozada & Ordaz, 2015); quienes desarrollan esta capacidad pueden sentir, tristeza, malestar, dolor o cualquier otra sensación adversa tras experimentar un hecho problemático, no obstante estas personas pueden hacer frente a estas situaciones lo cual les permite superarlas, sin dejar de ser funcionales cuando estén transitando el camino de crisis (Gómez, Zayas, Ruiz & Guil, 2018).



Prieto, Bermejo, & Ferrandíz (2017), indican que se realizó un estudio años previos en un conjunto de personas que habían atravesado situaciones difíciles, sin embargo, esta población fue revisada por un periodo de tiempo más prolongado, lo cual implicaba conocer qué otras dificultades asumirían, observando que las estrategias que emplearon para superar “crisis” pasadas las empleaban en las nuevas, brindando resultados favorables.

Walsh (2019), el concepto de resiliencia hace referencia a la capacidad individual de sobreponerse ante los problemas que pueden presentarse. Esta cualidad compromete creencias y actividades efectivas para poder restablecerse luego de un desequilibrio vivido, a etiquetadas como “crisis”; además de poder confrontar a las carencias que pueden existir en su vida, integrando aquí la solución de conflictos diarios. Una de las principales áreas vinculadas a la resiliencia es la relación con el círculo familiar, es decir los vínculos que se estructuran con el núcleo parental son los que brindan las herramientas a los infantes y niños para poder construir sus capacidades resilientes.

Wagnild & Young (citado en Salvatierra, 2019), indican que la resiliencia se puede dividir en cinco dimensiones, la primera de ella es la autosuficiencia, indicando que es la cualidad que poseen las personas para poder identificar sus cualidades y con ello poder emplearlas al momento de afrontar un problema sin que exista el requerimiento de ayuda externa, además puede visualizar las partes débiles que son parte de este y así fortalecerlas; la segunda dimensión es la soledad existencial, esta se refiere a la comodidad que tienen las personas para encontrarse solo, en la cual consiguen analizar partes de sí que requieren cuidado, en este apartado la introspección y revisión individual es primordial, cada individuo brinda un tiempo para poder reconocerse (Pimentel & De Freitas, 2015); la tercera dimensión es la ecuanimidad, en este se hace reconocimiento a la forma en que el ser humano consigue mantener su mente libre de los malestares que le pueden causar los daños ocasionados por las adversidades del medio, aquí se reconocen el equilibrio del ser humano para identificar el momento de afrontamiento y el momento de pasividad (Sagone & De Caroli, 2016); la dimensión perseverancia, en el cual la voluntad y sostenimiento de una acción se realiza sin impedimento o interrupción, aquí se identifican las actitudes

para poder continuar a pesar que se han presentado carencias o contrapuestos (Cassarino & Dell'Áglio, 2015); la dimensión cinco es la significación, la cual está comprendida en encontrar valor referente a la vida, poder darle relevancia a las cosas que se consiguen o a los objetivos alcanzados, aquí cada uno consigue promover el reconocimiento sobre las acciones que ejecutan en su favor (Hernández, 2018).

Por otro lado en lo que respecta a el estrés académico, la teoría fisiológica señala que el cuerpo responde ante todos los estímulos que se le presentan, estas reacciones innatas son inamovibles, puesto que estas garantizan la sobrevivencia humana, reconociendo algún hecho, evento o elemento como amenaza en el cual la amígdala se activa para dar respuesta y así encontrar alternativa de huida ante lo que está ocurriendo, con el pasar de la evolución las respuestas han ido modificándose para hacerse más aceptables socialmente, sin embargo el proceso orgánico es el mismo (Arguro, 2021).

Otra teoría es la social cognitiva, uno de los representantes es Four (2019), estos aportes proponen que el ser humano va adquiriendo conocimientos en base al medio exterior, en el cual va reconociendo de manera particular cuáles son los hechos que le provocan variaciones en sus estados emocionales, es necesario señalar que estos atributos que consiguen los cambios en el individuo son netamente externos, es decir no podrían existir sin que los sujetos se vinculen con su contexto, luego de la valoración del medio y sus estímulos es que cada persona va reconociendo qué podría hacer daño o no.

Por su parte Gonsen (2020), señala que el estrés es el agotamiento físico que expresa el organismo humano como manera de defensa ante adversidades que se le presentan en el día a día, a la cual el ser humano va afrontando para continuar con sus actividades diarias, estos atributos son netamente externos los cuales se vinculan de manera espontánea con los sujetos, pudiendo ser dañinos si es que las personas no consiguen afrontar sanamente.

Acosta, Lapuro & Osorio (2021), indican que el estrés académico es la visualización consciente de tensión y presión que tiene el individuo en el entorno académico, esto suele ocurrir cuando las exigencias del ambiente

escolar son mayores a las competencias personales que se poseen, en la cual el sujeto visualiza que se estanca, no pudiendo concretar las metas establecidas a corto plazo, estos autores indican que el estrés trae beneficios porque activa al sujeto en estado de alerta, motivando su atención para satisfacer las necesidades, sin embargo, cuando no logra consolidar la meta existe un daño, el cual provoca una experiencia negativa como recuerdo.

Barraza (citado por Herdian & Itsna, 2021), señala que el estrés académico es el padecimiento que sufren los sujetos que se encuentran en etapa escolar o en el desarrollo de áreas académicas, en la cual los vínculos externos propician estímulos adversos generando daño y detenimiento en las metas que se plantean en esta área, los estresores que dañan al sujeto son factores netamente de vínculo académico.

Este autor señala además que el estrés académico involucra una secuencia adaptativa, principalmente psicológica, en la cual el estudiante recibe una serie de estímulos de su medio educativo los cuales son reconocidos como nuevos, estos implican un conjunto de demandas del contexto educativo el cual provoca un desequilibrio en el sujeto, esto ocasiona señales en el cuerpo de quien lo padece, luego de esto la persona debe asumir posiciones de enfrentamiento al medio para poder recuperar el equilibrio.

Así mismo indican que son tres las dimensiones las que conforman el estrés académico, a) estresores académicos, estos son aquellos estímulos externos que se vinculan al sujeto para causarle malestar, originan los signos en quienes lo sufren, es necesario remarcar que los indicadores que conforman la dimensión de estresores, son estipulados por los propios modelos que se encuentran dentro del contexto escolar, aquí se conforman los elementos del ambiente que participan dentro de los ritmos del aprendizaje, y que se vinculan con los menores en el aspecto educativo, pudiendo encontrarse en estos los horarios educativos, los ritmos de las clases, las actividades que pueden brindarse de forma alternada, así mismo se recoge las percepciones que tienen los menores sobre su mundo inmediato, como el escaso apoyo, la falta de elementos, entre otros; b) síntomas, los cuales pueden darse de manera psicológica o física, es la forma en que responde el organismo y mente como alternativa a lo que viene atravesando, esta dimensión alberga tres grupos importantes, los cuales

describen de manera precisa las respuestas que vivencian los estudiantes cuando se encuentran en estado de presión y desequilibrio ante las exigencias de su medio educativo, o ante situaciones que para ellos les parezcan distintas, los síntomas físicos hacen referencia al actuar fisiológico de los estudiantes ante estos contextos, pudiendo repercutir de manera directa en el funcionamiento natural de sus sistemas inmunológicos u operativo corporal, lo cual trae como consecuencia el experimentar enfermedades agudas o hasta crónicas, según la intensidad del estrés, en otros casos se manifiesta no con la enfermedad plena, pero sí experimentando sintomatología, lo cual puede señalarse como somatización, en lo que respecta a los síntomas psicológicos, se hace mención a todas las repercusiones que involucran en el normal funcionamiento del estado psicológico de los adolescentes, en estos se encuentran las ideas que pueden paralizar a los menores, además de los pensamientos negativos que estos pueden tener, trayendo como consecuencia emociones que se les haga difícil gestionar, además que de sentimientos adversos hacia otras personas o situaciones que se relacionen con la escuela, creando una percepción global negativa de todo lo que involucra la educación, los síntomas de comportamiento se refieren a las formas en que responden los alumnos ante las situaciones de estrés, aquí se toman en cuenta a las conductas como forma de respuesta, asumiendo posiciones de rechazo, negativa a actuar, o formas de respuestas hostiles antes las actividades escolares; c) estrategias de afrontamiento, son las formas que utiliza el estudiante para hacer frente a las dificultades que atraviesa, en esta dimensión se señala las formas en las que los estudiantes pretenden hacerle frente a las situaciones que le causan malestar en el área educativa, esta dimensión pretende evaluar cuánto ha adquirido el estudiante en su medio para poder salir victorioso ante estas experiencias.

### III. METODOLOGÍA

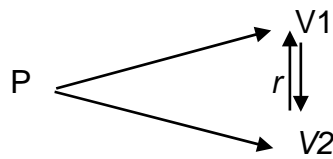
#### 3.1. Tipo de investigación

El estudio se basó en un enfoque cuantitativo, debido a que el resultado se brindó utilizando cifras, o datos cuantificables, así mismo la información se recibió con instrumentos que posean estas características Hernández & Mendoza (2018). Así mismo el tipo de investigación fue básica según la clasificación del Concytec (2020), señalando que estas investigaciones tienen como finalidad del análisis de datos sin la modificación de la realidad; además es correlacional porque procuró encontrar la relación entre las variables en estudio.

Según el diseño fue una investigación no experimental debido a que no se manipularon variables, además transaccional porque se empleó un determinado momento para el recojo de información (Sánchez, et al. 2018).

El diseño correlacional basado en el objetivo que fue hallar la posible vinculación de dos variables (Bernal, 2016).

**Figura 1.** *Esquema del diseño de investigación correlacional*



*Nota.* La figura muestra el diseño de investigación que se aplicará.

Fuente: Hernández & Mendoza (2018)

Leyenda:

P= Población de estudio

V1= Resiliencia

V2= Estrés Académico

r= relación.

### **3.2. Variables y operacionalización**

Variable 1: Resiliencia

Definición conceptual:

Wagnild & Young (citados en Salvatierra, 2019), una peculiaridad que poseen las personas inmersas en su personalidad la cual posibilita el resistir, asimilar y hacer frente a las adversidades o condiciones negativas extrañas, las cuales provienen de su medio, consiguiendo superarlas y adicionalmente consiguiendo entrenar otras cualidades, fortaleciendo sus habilidades de resolución.

Variable 2: Estrés académico

Definición conceptual:

Barraza (citado por Herdian & Itsna, 2021), es el padecimiento que sufren los sujetos que se encuentran en etapa escolar o en el desarrollo de áreas académicas, en la cual los vínculos externos propician estímulos adversos generando daño y detenimiento en las metas que se plantean en esta área, los estresores que dañan al sujeto son factores netamente de vínculo académico.

La descripción total de las variables se encuentra en la Operacionalización de las variables.

### **3.3. Población, muestra ,muestreo ,unidad de análisis**

Hernández & Mendoza (2018), indica que la población es el conjunto de sujetos que poseen las mismas características y las cuales tienen peculiaridades comunes. La población que conformó la presente fueron estudiantes pertenecientes al VI ciclo de educación.

Criterios de inclusión:

Estudiantes matriculados que cursaban el sexto ciclo (primero y segundo) de secundaria.

Estudiantes que poseyeron medios virtuales para ser evaluados con los instrumentos que midieron las variables establecidas.

Estudiantes que tuvieron participación consecutiva en las clases virtuales/presenciales, no menor de tres meses secuenciales.

Criterios de exclusión:

Estudiantes que no estuvieron sido registrados dentro del periodo establecido por la institución educativa.

Estudiantes que estuvieron atravesando algún tipo de suspensión o intervención extra escolar.

Estudiantes que excedieron la edad de 15 años.

Estudiantes que no estuvieron completado al 100% los cuestionarios.

Luego de examinar a los participantes y aplicando los criterios de inclusión y exclusión, se determina que la población total de la investigación estuvo compuesta por 81 estudiantes.

### **Muestra**

La muestra es un grupo menor de la población, a los cuales se les atribuye las mismas características (Bernal, 2016), para la presente la muestra estuvo compuesta por 70 estudiantes del VI ciclo de la institución educativa.

### **Muestreo**

Otzen & Manterola (2017), el muestreo no probabilístico intencional es aquel en el cual se acogen a los sujetos más convenientes para el estudio, en este caso aquellos que tuvieron canal para el recojo de información.

### **Unidad de análisis**

El estudiante del VI ciclo de la institución educativa Elina Vincés de Llanos de Túcume.

## **3.4. Técnicas e instrumentos de recolección de datos**

Se empleó la técnica de censo, la cual consistió en la aplicación colectiva de un determinado instrumento, cuyo propósito es la medición o la exploración de un determinado fenómeno (Bernal, 2016).

Para el recojo de la información se emplearon dos instrumentos, el

primero para medir resiliencia fue: Cuestionario de resiliencia en adolescentes, cuyos autores son Wagnild y Young, sin embargo, para la aplicación de la presente investigación se utilizará el validado por Salvatierra en el año (2019). Para evaluar la segunda variable se utilizó el instrumento Inventario SISCO, cuyo autor original es Barraza, más para el presente estudio se empleó la versión adaptada y validada por Salvatierra (2019). Los detalles de los instrumentos de encuentran en el Anexo 3. Instrumentos de recolección de datos.

### **3.5. Procedimientos**

Se hicieron los acercamientos con los directivos de la entidad para coordinar las acciones a realizar, identificando así de manera clara el objeto de estudio y delimitando la población en donde se vivencian los problemas, se ejecutaron las acciones correspondientes para la formalización de los permisos y autorizaciones, luego se pretendió el acercamiento con los padres para conseguir los permisos indicados para el recojo de la información con los estudiantes, aplicando correspondientemente los protocolos necesarios y los indicadores de rigor científico y ético, luego se aplicó los instrumentos y analizaron.

### **3.6. Método de análisis de datos**

Tras el recojo de información (llenado de cuestionarios), habiendo utilizado los canales idóneos para la conectividad, estos datos fueron vertidos en una sábana de datos para posteriormente, aplicando los instrumentos tecnológicos (SPSS y Excel) se obtuvieron los resultados en figuras y tablas, consiguiendo así dar respuesta al problema planteado.

### **3.7. Aspectos éticos**

En el presente se tuvo en cuenta el cuidado íntegro de las personas que se vean involucraron en la investigación, entre estos se encontraron: la búsqueda del beneficio y restricción del daño (beneficiencias, no maleficiencia), los cuales refiere a que los sujetos no fueron expuestos a peligros; otro de los principios es el de autonomía, en el cual los estudiantes dispusieron de decisión de poder retirarse de la investigación en el momento de que ellos lo desean (Acevedo, 2018).



## IV. RESULTADOS

### 4.1. Resultados descriptivos

**Tabla 1**

*Niveles de asertividad*

Niveles	Estudiantes	%
Bajo	36	51.4%
Medio	13	18.6%
Alto	21	30.0%
Total	70	100%

*Nota.* La tabla 1 muestra los niveles de asertividad en los estudiantes del VI de la Institución Educativa Elina Vincés Llanos. Fuente: Elaboración según instrumento

En la tabla 1 se observa la distribución de los niveles en la dimensión resiliencia, encontrando que el mayor acumulado se establece en el nivel bajo, el 51.4% (36) de la población señala poseer en nivel bajo esta cualidad, sin embargo, el 30% (21) alcanzó puntuaciones que los establecen en el nivel alto; por su parte el 18.6% (13) puntuó en el nivel medio, indicando así la diversidad de la población en lo que concierne a la variable resiliencia, esto quiere decir que la mitad de la comunidad estudiantil presenta niveles de asertividad bajo, donde se debe reforzar las habilidades para expresar de manera adecuada frente a otra persona.

**Tabla 2***Niveles de las dimensiones de la variable resiliencia*

Nivel	Confianza		Sentirse bien solo		Perseverancia		Ecuanimidad		Aceptación de uno mismo	
	<i>n</i>	%	<i>n</i>	%	<i>n</i>	%	<i>n</i>	%	<i>n</i>	%
Bajo	35	50	33	48.6	33	47.1	35	50	34	48.6
Medio	21	30	14	20	16	22.9	14	20	15	21.4
Alto	14	20	23	31.4	21	30	21	30	21	30
Total	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100

*Nota.* La tabla 2 muestra los niveles de asertividad en los estudiantes del VI de la Institución Educativa Elina Vincés Llanos. Fuente: Elaboración según instrumento.

La tabla 2 precisa la distribución de las dimensiones de la primera variable, en la cual en la dimensión confianza el 50% (35) se ubica en el nivel bajo, el 30% (21) en el nivel medio y el 20% (14) en el nivel alto; en la dimensión sentirse bien solo el 48.6% (33) se establece en el nivel bajo, el 20% (14) en el medio y el 31.4% (23) en el nivel alto; en la dimensión perseverancia el 47.1% (33) se encuentra en el nivel bajo, por su parte el 22.9% (16), en el nivel medio y el 30% (21) en el nivel alto; en la dimensión ecuanimidad el 50% (35) de los menores se concentra en el nivel bajo, el 20% (14) en el nivel medio y el 30% (21) en el nivel alto; en la dimensión aceptación de uno mismo el 48.6% (34) se establece en el nivel bajo, el 21.4% (15) en el nivel medio y el 30% (21) en el nivel alto.

**Tabla 3**

*Niveles de estrés académico*

Niveles	Estudiantes	%
Bajo	21	30.0%
Medio	14	20.0%
Alto	35	50.0%
Total	70	100%

*Nota.* La tabla 3 muestra los niveles de estrés académico de la variable estrés académico en los estudiantes del VI ciclo de la Institución Educativa Elina Vinces Llanos. Fuente. Elaboración según instrumento

En la tabla 2 se observa la distribución de los niveles de estrés académico encontrado en los estudiantes del VI ciclo de la Institución Educativa Elina Vinces Llanos de Túcume, evidenciando que el 50% (35) de la población señala tener nivel alto de estrés académico; por otro lado el 30% (21) de los menores señala encontrarse en nivel bajo, y el 20% (14) alcanza puntuaciones de nivel medio; esto quiere decir que la mitad de la comunidad estudiantil presenta afectaciones que han conseguido el desequilibrio físico, emocional y comportamental en sus personas, percibiendo distintos factores estresores en su medio inmediato educativo, además de indicar que no cuentan que las estrategias de afrontamiento mínimas para poder confrontar estas adversidades externas.

**Tabla 4***Niveles de las dimensiones de la variable estrés académico.*

Niveles	estresores		Síntomas						Estrategias	
	<i>n</i>	%	Físicos <i>n</i>	%	Psicológicos <i>n</i>	%	Comportamiento <i>n</i>	%	<i>n</i>	%
Bajo	22	31.4	35	30	21	30	21	30	31	44.28
Medio	13	18.6	14	20	14	20	16	22.9	16	22.86
Alto	35	50	21	50	35	50	33	47.1	23	32.86
Total	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100

*Nota.* La tabla 4 muestra los niveles de estrés académico de la variable estrés académico en los estudiantes del VI ciclo de la Institución Educativa Elina Vincés Llanos. Fuente. Elaboración según instrumento

En la tabla 4 se aprecian los niveles de la dimensión estresores, en esta se detalla que el 50% (35) de la población evaluada identifica en el nivel alto los estresores presentes en su medio, mientras que el 31.4% (22) señala que son bajos la presencia de los elementos que los desequilibran, por su parte el 18.6% (13) señala puntúan dentro del nivel medio; además en la dimensión síntomas, en los síntomas físicos el 50% (35) señala estar en el nivel alto, mientras que en el nivel bajo se sitúa el 30% (21), por su parte el nivel medio consigue la frecuencia de 20% (14), en lo síntomas psicológicos el 50% (35) indica tener niveles altos, por su parte el 30% (21) señala tener nivel bajos desíntomas, el 20% (14) nivel medio, en los síntomas comportamentales el 47.1% (33) participantes califican en el nivel alto, el 30% (21) indica nivel bajoy el 22.9% (16) consigue establecerse en el nivel medio; en la dimensión estrategias de afrontamiento el se aprecia que la mayor frecuencia se ubica en el nivel bajo, el 44.28% (31) de la muestra obtiene puntajes que refieren a ese nivel, por su parte en nivel alto el 32.86% (23) de los evaluados se posiciona en esta categoría, además se evidencia que el 22.86% (16) de los estudiantes se perciben en el nivel medio.

## 4.2. Contrastación de hipótesis.

H0: No existe relación entre resiliencia y estrés académico en estudiantes del VI ciclo de la institución educativa Elina Vincés Llanos de Túcume.

H1: Existe relación entre resiliencia y estrés académico en estudiantes del VI ciclo de la institución educativa Elina Vincés Llanos de Túcume.

**Tabla 5**

*Relación entre resiliencia y estrés académico*

			Resiliencia	Estrés Académico
Rho de Spearman	Resiliencia	Coeficiente de correlación	1.000	-.893**
		Sig. (bilateral)	.	<.001
		N	70	70
Estrés Académico	Estrés Académico	Coeficiente de correlación	-.893**	1.000
		Sig. (bilateral)	<.001	.
		N	70	70

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

*Nota:* La tabla 4 Relación entre resiliencia y estrés académico en los estudiantes del VI ciclo de la Institución Educativa Elina Vincés Llanos. Fuente. Elaboración según instrumento.

Tras el análisis estadístico se encontró que el valor p es menor a 0.05, pudiendo rechazar la H0, por lo tanto, se acoge y acepta la hipótesis alternativa, confirmando la existencia de relación entre resiliencia y estrés académico, esta es de direccionalidad negativa de intensidad alta (Rho= - 0.893), altamente significativa (<0.01). Lo cual señalaría que las puntuaciones altas de resiliencia se asocian a los niveles bajos de estrés académico, además que si existen puntuaciones bajas de rendimiento académico se consigan valoraciones altas en el estrés académico, tal como ha ocurrido en la población evaluada

## V. DISCUSIÓN

La presente investigación nació a partir de la necesidad encontrada en la población estudiantil, la cual presentaba indicadores de problemas con las habilidades para sobreponerse a los problemas, además de desequilibrio en su salud física y emocional a causa de los requerimientos académicos en los estudiantes de los primeros años de secundaria regular, es así que el objetivo principal del estudio fue determinar la relación entre la resiliencia y el estrés académico en los estudiantes del VI ciclo de la Institución educativa Elina Vincés Llano del distrito de Túcume; se contó con una muestra de 70 menores, entre varones y mujeres, los cuales oscilaban entre las edades de 11 a 15 años, mostrando así la heterogeneidad de los evaluados, a continuación se realizará el análisis de los resultados encontrados y discusión que se plasma tras contrastar los hallazgos con los trabajos previos y las teorías que forman parte del mismo; para resolver el objetivo general se estableció como meta objetivos específicos, siendo expuestos a continuación.

Como primer objetivo específico se buscó hallar los niveles de resiliencia en los estudiantes evaluados, encontrando que el mayor acumulado se establece en el nivel bajo, el 51.4% (36) de la población señala poseer en nivel bajo esta cualidad, sin embargo, el 30% (21) alcanzó puntuaciones que los establecen en el nivel alto; por su parte el 18.6% (13) puntuó en el nivel medio, indicando así la diversidad de la población en lo que concierne a la variable resiliencia; además en la descripción se las dimensiones que conforman esta variable se estableció que en la dimensión confianza de la variable resiliencia, el 50% (35) de los estudiantes obtienen valores pertenecientes al nivel bajo, el 30% (21) se ubica en el nivel alto y el 20% (14) en el nivel medio; así mismo, en la dimensión sentirse bien solo el nivel con mayor frecuencia es el bajo posicionándose aquí el 48.6% (33) de los evaluados, por su parte el 31.4% (22) de estudiantes señala tener nivel alto, mientras que el 20% (14) alcanza el nivel medio; mientras tanto en la dimensión perseverancia, en el cual se encuentra que el 47.1% (33) de los menores se ubica en el nivel bajo, por su parte el 30% (21) de los evaluados consigue puntajes de nivel alto y el 22.9% (16) alcanzó el nivel medio; por su parte el 50% (35) de los evaluados se percibe en el nivel bajo de la dimensión

ecuanimidad, siendo este el nivel con mayor inclinación; en el nivel alto se establece el 30% (21), mientras que en el nivel medio lo consiguen el 20% (14); en la dimensión aceptación de uno mismo de la variable resiliencia, en la cual se aprecia que el 48.6% (34) de los estudiantes del VI ciclo se encuentra en el nivel bajo, por su parte en el nivel alto el 30% (21) de los evaluados, mientras que el 21.4% (15) de la población se situó en el nivel medio. Los resultados antes mencionados coinciden con los hallazgos encontrados por García & Serrano (2018), quien realizó una investigación en la ciudad de Pusuquí-Ecuador, y sus resultados indicaron que el 47% se ubica en el nivel moderado de resiliencia, siendo este el más resaltante; así mismo los resultados encontrados en la presente refuerzan lo que demostró Berzosa (2017), quien ejecutó una investigación con el objetivo principal de determinar la relación entre estrés académico y la resiliencia en estudiantes de secundaria, encontrando que en resiliencia el 69% de los evaluados alcanza puntuaciones de nivel medio; por su parte en el estudio que ejecutó Márquez et al. (2016), sólo el 38% de los evaluados consiguió obtener niveles altos de disposición a la resiliencia, señalando así que la mayor acumulación se establece en los niveles débiles de resiliencia; otro informe con el que se asemejan los resultados fue el que llevó a cabo Alva (2016), quien encontró que el 32.5% de los participantes alcanzaron el nivel alto de resiliencia, es decir la mayoría de los encuestados no poseen las cualidades pertinentes para hacer frente a sus dificultades; lo mencionado revelaría la diversidad de estudios que replican los bajos índices de resiliencia en los adolescentes, poniendo de manifiesto que los estudiantes de secundaria carecen de herramientas que les permitan el enfrentar los problemas y poder salir triunfantes de estos, o que por lo menos consigan valorar las adversidades para fortalecer sus virtudes luego de atravesar crisis.

Por otro lado, se han encontrado aportes previos que se contraponen a lo encontrado en la presente investigación, encontrando entre estos a Huamán & Ramos (2021), quienes llevaron a cabo su estudio en Ica, determinando que el 58.8% de estudiantes evaluados se estableció en el nivel alto de resiliencia, el 37.6% en el nivel moderado y el 3.5% en el nivel bajo; señalando así el predominio de los niveles elevados de esta habilidad; además Verástegui(2020), quien desarrolló su informe en la ciudad de Lima, contrasta con los

hallazgos de la presente, narrando que en resiliencia el 31.1% de su muestra se encontró en el nivel bajo, el 25.8% en el nivel medianamente bajo, el 17.6% en el nivel medio, el 14.8% se encontró en el nivel medianamente alto y el 10.7% en el alto, es decir, el mayor acumulado pertenece a los niveles adecuados de resiliencia; así mismo el porte de Morales (2017), evidencia que el mayor conglomerado se encuentra en el nivel alto de resiliencia (78%), sólo el 2% puntúa con nivel bajo, siendo este uno de los más resaltantes debido a la gran diferencia que se observa en comparación con este informe; mientras que Landuro (2016), en sus resultados señaló que el 97% de los estudiantes consiguen establecerse en los niveles alto y medio. Desde los aportes teóricos se señala que la habilidad de resiliencia involucra la participación de patrones no comunes en las personas que la poseen, puesto que estos sujetos deciden romper las barreras comunes y consiguen entablar nuevas formas de enfrentar los problemas (Nobre et al.2017), siendo así que Liesel (2020), indica que esta destreza se refiere, generalmente, a la cualidad de recuperarse a situaciones agobiantes, las cuales podrían causarle un trauma cualquier ser humano; además es preciso señalar que ser una persona resiliente no involucra que los conflictos que se vivan no afecten a las personas o que las conviertan en seres sin sensaciones o emociones (Acle et al, 2015); dentro de esta habilidad se ven involucradas las creencias y actividades efectivas para poder restablecerse luego de un desequilibrio vivido, a etiquetadas como “crisis”; además de poder confrontar a las carencias que pueden existir en su vida, integrando aquí la solución de conflictos diarios (Walsh, 2019). Con lo expuesto anteriormente se revelaría la complejidad que puede existir en el estudio de poblaciones adolescentes, sobre todo en aquellos que cursan los primeros años de educación media, encontrando poblaciones en las cuales los niveles resaltantes de resiliencia son los elevados y en otros los mayores resultados se establecen en los niveles inadecuados, posiblemente las características de los participantes así como los ambientes en los cuales se desarrollan pueden ser factores que afecten la percepción de los niveles de resiliencia, además de tener en cuenta las edades de los menores.

En el segundo objetivo, el cual buscó identificar los niveles de estrés académico en los estudiantes del VI ciclo de educación, se encontró que el 50%



(35) de la población señaló tener nivel alto de estrés académico; por otro lado el 30% (21) de los menores señaló encontrarse en nivel bajo, y el 20% (14) alcanza puntuaciones de nivel medio; esto quiere decir que la mitad de la comunidad estudiantil presenta afectaciones que han conseguido el desequilibrio físico, emocional y comportamental en sus personas, percibiendo distintos factores estresores en su medio inmediato educativo, además de indicar que no cuentan con las estrategias de afrontamiento mínimas para poder confrontar estas adversidades externas. Así mismo al profundizar en las dimensiones de estrés académico, se detalla que el 50% (35) de la muestra evaluada identificó en el nivel alto los estresores presentes en su medio, mientras que el 31.4% (22) señala que son bajos la presencia de los elementos que los desequilibran, por su parte el 18.6% (13) puntuaron dentro del nivel medio en esta dimensión; en el análisis de la segunda dimensión (síntomas), en los síntomas físicos el 50% (35) señaló estar en el nivel alto, mientras que en el nivel bajo se situó el 30% (21), por su parte el nivel medio consigue la frecuencia de 20% (14), en los síntomas psicológicos el 50% (35) indica tener niveles altos, por su parte el 30% (21) señala tener nivel bajo de síntomas, el 20% (14) muestra nivel medio, en los síntomas comportamentales el 47.1% (33) participantes los califican en el nivel alto, el 30% (21) indica nivel bajo y el 22.9%

(16) consigue establecerse en el nivel medio. En la dimensión estrategias de afrontamiento se aprecia que la mayor frecuencia se ubica en el nivel bajo, el 44.29% (31) de la muestra obtiene puntajes que refieren a ese nivel, por su parte en nivel alto el 32.86% (23) de los evaluados se posiciona en esta categoría, además se evidencia que el 22.86% (16) de los estudiantes se perciben en el nivel medio. Estos resultados concuerdan con lo descubierto por García & Serrano (2018), quienes realizaron una investigación en Ecuador, detallando que en estrés académico el mayor acumulado se ubicó en el nivel medio con el 88%, siendo este el no ideal para los adolescentes, por su parte hallazgos parecidos se describen en el estudio de Berzosa (2017), cuyos hallazgos determinan que el 95% de los sujetos se posicionan en el nivel alto de estrés académico, señalando así la presencia de notorias dificultades en los estudiantes para poder desarrollar con normalidad sus actividades educativas, presentando múltiples carencias que obstaculizan el libre desarrollo y

desenvolvimiento de los adolescentes en sus ocupaciones educativas. Sin embargo, se encontraron, también, investigaciones que discrepan con los resultados vertidos en la presente, pudiendo identificar así a Verástegui (2020), quien halló que en estrés académico el 39% de participantes se estableció en el nivel medianamente alto, el 31.4% en el nivel medio, el 13.8% en el medianamente bajo, el 9.7% en el alto y el 6.1% en el bajo; ocurriendo algo similar con el estudio de Morales (2017), señalando que en lo que respecta al afrontamiento al estrés académico el 59% consigue el nivel medio, el 34% el nivel alto y el 7% nivel bajo, rescatando que existen grupos estudiantiles que pueden hacerle frente a los retos que involucra el área académica sin que esta traiga como consecuencia secuelas físicas o emocionales que empuje a los menores a atravesar desequilibrios. Desde las revisiones teóricas se rescatan las contribuciones de Gonsen (2020), señalando que el estrés es el agotamiento físico que expresa el organismo humano como manera de defensa ante adversidades que se le presentan en el día a día; por su parte Pérez et al. (2012), resalta que el estrés académico ocurre cuando las exigencias del ambiente educativo son mayores a las supuestas capacidades que se poseen, en la cual el sujeto visualiza que se estanca, no pudiendo concretar las metas establecidas a corto plazo, estos autores indican que el estrés trae beneficios porque activa al sujeto en estado de alerta, motivando su atención para satisfacer las necesidades, sin embargo cuando no logra consolidar la meta existe un daño, el cual provoca una experiencia negativa como recuerdo.

En el tercer objetivo específico se dedica al análisis de la relación entre la resiliencia y estrés académico, hallando que se acoge y acepta la hipótesis alternativa, confirmando la existencia de relación entre resiliencia y estrés académico, esta es de direccionalidad negativa de intensidad alta ( $Rho = -0.893$ ), altamente significativa ( $<0.01$ ). Lo cual señalaría que las puntuaciones altas de resiliencia se asocian a los niveles bajos de estrés académico, además que si existen puntuaciones bajas de rendimiento académico se consiguen valoraciones altas en el estrés académico, tal como ha ocurrido en la población evaluada. Estos hallazgos replican lo que alguna vez encontró Verástegui (2020), quien estudió las mismas variables y encontró que existe relación inversa entre las variables  $r = -0.616$ , siendo significativa al nivel  $<0.01$ ;

ocurriendo lo mismo con el estudio de Berzosa (2017), señalando que las puntuaciones altas de estrés académico se vinculan con los resultados bajos de resiliencia, pudiendo esto afectar a los menores en su desempeño; por su parte los resultados de Alonso, Beltrán & Máfara (2016), en Argentina, indicaron que existe relación entre las variables, señalando un punto de vinculación estrecho, pudiendo asumir que una interviene en la otra, por su parte Huamán & Ramos (2021), demostraron que existe relación de intensidad media baja ( $Rho -0.358$ ), altamente significativa ( $p < 0.05$ ) entre las variables estudiadas, estos aportes sustentan lo encontrado en este informe, aseverando la existencia de vinculaciones entre las variables. Sin embargo, se han identificado un reporte que anuncian lo contrario, García & Serrano (2018), indicaron como aceptada la hipótesis nula ( $X^2 = 0.392$ ) no significativa, señalando que la resiliencia no se vincula con el estrés académico.

El presente estudio consigue comprobar que la resiliencia y el estrés académico se relacionan entre sí, planteando que los estudiantes que poseen mejores condiciones para hacer frente a los problemas, pudiendo sobreponerse a los mismos, se asocian a mejores resultados en la evaluación de estrés académico, es decir la afectación de los aspectos externos no repercutirán de manera negativa en los menores.

## VI. CONCLUSIONES

1. Los niveles de resiliencia se distribuyen de tal manera que el mayor acumulado se estableció en el nivel bajo con el 51.4%, mientras que el 30% se los estudiantes se perciben en el nivel alto, además que el 18.6% de los menores evaluados indicó encontrarse en el nivel medio; demostrando las debilitadas cualidades que poseen los estudiantes de los primeros años de educación secundaria, pudiendo verse afectados de manera continua por los problemas cotidianos y causando malestar en su desarrollo natural.
2. El estrés académico denota una problemática que se resaltaba desde la narración de la realidad problemática, en esta se encuentra que el 50% de la muestra señaló encontrarse en el nivel más riesgoso de estrés académico(nivel alto); por otro lado el 30% de los adolescentes señaló encontrarse en nivel bajo, y el 20% alcanza puntuaciones de nivel medio; enmarcando así los conflictos que atraviesan los estudiantes para poder adaptarse al nivel secundario y poder lidiar con los retos que involucra el campo educativo, repercutiendo su salud física y emocional, además de discernir los factores externos que afectan su equilibrio dando paso al estrés académico.
3. Se encontró que la resiliencia y el estrés académico se relaciona de manera negativa, consiguiendo una intensidad alta y significativa, logrando así rechazar la hipótesis nula y abrazando la hipótesis alterna, es decir los sujetos que consiguieron bajos puntajes en la variable resiliencia consiguieron además altos puntajes en estrés académico, mientras que aquellos menores que consiguieron puntuaciones altas en la forma de afrontar sus adversidades, además, se establecieron en los niveles bajos de estrés académico.

## VII. RECOMENDACIONES

1. A los tutores de primero y segundo grado de la Institución Educativa a insertar dentro de sus actividades y experiencias educativas las temáticas de resiliencia, para así poder fortalecer en los menores sus cualidades y habilidades para poder hacer frente a sus dificultades diarias, además de buscar la integración y reconocimiento de fortalezas internas, implementando estas acciones en sus planes de trabajo de tutoría anual y pudiendo motivarlas en sus acompañamientos con los padres, para que estos desde el conocimiento del diagnóstico de sus hijos puedan entrenar estas competencias desde casa.
2. A los coordinadores de tutoría y pedagógicos de la Institución Educativa, tomar en cuenta los resultados encontrados en la presente investigación , tomando detenimiento en el análisis en las elevadas cifras de estrés académico para generar estrategias que puedan reducir la percepción de malestar y carga de las actividades escolares en los estudiantes, pudiendo establecer lineamientos internos que posibiliten a los menores una visión de despeje de cargas, propiciando espacios de soporte grupal e individual que se puedan gestionar desde el ámbito directivo y ejecutar de manera conjunta para brindar el acompañamiento a los estudiantes que lo requieran.
3. Al equipo directivo, comisión de tutoría y orientación educativa a establecer en sus planes de trabajo al próximo año acciones que promocionen y prioricen la salud mental de los estudiantes, generando programas en fortalecimiento de la resiliencia de los menores para que así puedan emplear esta habilidad cuando se les presenten retos académicos que sean mayores a sus posibilidades, pudiendo así, tener una forma más adecuada de cómo hacer frente al estrés académico, reduciendo estos índices.

## REFERENCIAS

- Abdollali, A., Panahipour, S., Akhavan, M., Allen, K. (2020). Academic hardiness as a mediator for the relationship between school belonging and academic stress. *Psychology in the Schools*, 57(5), 823-832. Obtenido de 10.1002/pits.22339
- Acevedo, I. (2012). Aspectos éticos en la investigación científica. *Ciencia y enfermería*, 8(15), 15-18. Obtenido de <https://www.scielo.cl/pdf/cienf/v8n1/art03.pdf>
- Acle, G.; Basurdo, L.; Lozada, R.; Ordaz, G. (2015). Social validity by parents of special education programs based on the ecological risk / Resilience model. *Acta colombiana de psicología*, 18(2), 151-161. Obtenido de <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=79841776012>
- Alonso, R., Beltrán, Y., & Máfara, R. (s.f.). Relación entre rendimiento académico y resiliencia en una universidad tecnológica. *Revista de investigaciones sociales*, 2(4), 38-49.
- Alva, Y. (2016). Funcionamiento familiar y resiliencia en adolescentes en conflicto con la ley penal del programa justicia juvenil restauradora, Chiclayo 2016. Universidad Privada Señor de Sipán.
- Alvarán, S., Bedoya, S., & Grisales, J. (2021). Valoración de la resiliencia en escolarizados: línea base para programas de intervención, Antioquia, 2018. *Hacia la Promoción de la Salud*, 26(1), 83-101. doi:10.17151/hpsal.2021.26.2.7
- Álvarez, L., Gallagos, R., & Herrera, P. (2018). Academic stress in higher technology students. *Revista de Ciencias Sociales y Humanas*, 28(1), 193- 209.
- Anastácio, Z. (2016). Self-esteem seritiveness and resilience in adolescents institutionalized. *International Journal of Developmental and Educational Psychology*, 1(1), 315-321. Obtenido de <https://www.redalyc.org/journal/3498/349851776035/html/>

- Arguro, J. (2021). Expressive Writing to Relieve Academic Stress at University Level. *Profile Issues in Teachers` Professional Development*, 23(2), 17-33. Obtenido de <https://www.redalyc.org/journal/1692/169268200002/html/>
- Barraza, A. (2007). El estrés académico en alumnos de maestría y sus variables moduladoras: un diseño de diferencia de grupos. *Revista científica de América Latina*, 26(2), 270-289.
- Berzosa, R. (2017). Estrés académico, engagement y resiliencia en estudiantes de enfermería. Valladolid, España: Universidad de Valladolid.
- Bernal, C. (2018) Metodología de la investigación. Latinoamericana. México.
- Bravo, H. (2021). Intrafamily relations and resilience as protectors against depressive symptoms in Mexican high school students. *Salud Mental*, 44(3), 127-134. Obtenido de <https://www.redalyc.org/journal/582/58268346004/html/>
- Bravo, H., Gonzales, F., Ruvalcaba, N., López, J., Orosco, M. (2019). Psychometric properties of the Resilience Questionnaire for children and adolescents in Mexican high school students. *Acta Colombiana de Psicología*, 22(2), 306-318. Obtenido de <https://www.redalyc.org/journal/798/79860419014/html/>
- Callata, Z., Vargas, K. (2021). Happiness in times of pandemic and virtual education: a study in university students from the Altiplano. *Comunicación*, 12(2), 111-119. Obtenido de <http://dx.doi.org/10.33595/2226-1478.12.2.493>.
- Carazo, V. (2018). Resilience and Neuro-Environmental Coevolution. *Education*, 42(2), 1-31. Obtenido de <https://www.redalyc.org/journal/440/44055139033/html/>
- Cassarino, L.; Dell'Aglio, D. (2015). Processos de resiliencia em adolescentes com diabetes mellitus tipo 1. *Psicologia em Estudo*, 20(1), 45-56. Obtenido de <https://www.redalyc.org/journal/2871/287142227006/html/>
- Chachapoyas, M., Silva, Y., & Vargas, L. (2016). Manifestaciones de estrés en estudiantes de enfermería de una universidad de Lambayeque al iniciar prácticas hospitalarias 2015.

- Comisión Económica para América Latina y el Caribe (2018). Reporte Económico de América Latina y el Caribe. Comisión de América Latina y el Caribe. Bogotá.
- Concytec (2020). *Bases de la metodología para las investigaciones*. Informe de investigación, ciencia y tecnología peruana. Lima
- García, M., & Serrano, C. (2018). Relación entre resiliencia y estrés académico en los estudiantes de la unidad educativa municipal Eugenio Espejo, Pusuquí. Recuperado el 05 de Junio de 2021, de Universidad Central del Ecuador: <http://www.dspace.uce.edu.ec/handle/25000/16515>
- Gomes, A., Coimbra, R., Botrell, D., Noltemeyer, A. (2017). Resilience processes within the school context of adolescents with sexual violence history. *Educação em Revista*, 33(1), 1-9. Obtenido de <https://www.redalyc.org/journal/3993/399362370024/html/>
- Gomez, R.; Zayas, A.; Ruiz, P.; Guil, R. (2018). Optimisd resilience amog university students. *International Journal of Developmental and Educational Psychology*, 147-154, 1(1). Obtenido de <https://www.redalyc.org/journal/3498/349855553017/html/>
- Hernández, P. (2018). Vicarious Resilience: A Comprehensive Review. *Revista de estudio sociales*, 66(1), 9-17. Obtenido de [redalyc.org/journal/815/81557369002/html/](http://www.redalyc.org/journal/815/81557369002/html/)
- Huamán, J., & Ramos, R. (2021). Resiliencia y estrés académico en los estudiantes de una universidad privada de Ica, en el contexto de emergencia sanitaria. Universidad Autónoma de Ica.
- Landuro, J. (2016). Habilidades sociales y resiliencia en estudiantes de secundaria de una I.E. de Chiclayo, 2015. Universidad Privada Señor de Sipán.
- Liesel, E. (2020). Collective resilience to global challenge: a collective wellbeing agenda to transform towards sustained equitable education. *Praxis educativa*, 15(1), 1-8. Obtenido de <https://www.redalyc.org/journal/894/89462860061/html/>



- Muchuit, Á., Vaccaro, P., & Pietto, M. (2021). Inteligencia, funciones ejecutivas y rendimiento académico de adolescentes de 13 y 14 años de Resistencia (Chaco, Argentina). *Interdisciplinaria*, 38(2), 83-102. Obtenido de <https://www.redalyc.org/journal/180/18067032005/18067032005.pdf>
- Márquez, C., Verdugo, J., Villarreal, L., Montes, R., & Sigales, S. (2016). Resilience in adolescent victims of school violence. *International journal of developmental and educational psychology*, 1(2), 485-497.
- Ministerio de Salud. (2017). La salud mental de las niñas, niños y adolescentes en las escuelas, informe sectorial 2017. Lima, Perú.
- Ministerio de Educación (2017). Reporte bimensual de la educación en el estado de emergencia. Ministerio de educación. Lima.
- Misson, J. (2021). Relationship between academic stress, sleep quality and depression in university nursing students, Relationship between academic stress in nursing students, sleep quality and depression. *Journal of Convergence Information*, 11(9), 58-64. Obtenido de <http://www.earticle.net/Article.aspx?sn=399958>
- Morales, H. (2017). Resiliencia y estrés académico en estudiantes de la facultad de ciencias de la salud de la universidad de Ciencias y Humanidades. Universidad Nacional de Educación Enrique Guzmán y Valle.
- Nobre, S.; Vicente, F.; Maldonado, J. (2018). Enhance democracy: Resilience and meritocracy. *International Journal of Developmental and Educational Psychology*, 1(1), 37-42. Obtenido de <https://www.redalyc.org/journal/3498/349855553004/html/>
- Nobre, S.; Maldonado B.; Vicente, F. (2017). Resilience psychophysiology: preventing breakdown the biomarkers that could enhance resilience and breakdown prevention. *International Journal of Developmental and Educational Psychology*, 1(1). 77-83. Obtenido de <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=349852544008>
- Osorno, M., De Hoyos, M., García, M., & Córdoba, V. (2020). El estrés académico y resiliencia en madres universitarias colombianas con y sin apoyo institucional en el cuidado de sus hijos. *PsicoEspacios*, 14(25), 1-25.

Obtenido de  
<https://revistas.iue.edu.co/index.php/Psicoespacios/article/view/1367/1538>

Otzen, T. & Monterola, C. (2017). Técnicas de muestreo a una población de estudio. *International Journal Morpholy*. 35(1), 227-232. Obtenido de <https://scielo.conicyt.cl/pdf/ijmorphol/v35n1/art37.pdf>

Pérez, J. (2017). *Trata de estrés con PNL*. Universidad Ramón Areces Editorial.

Pérez, J., & Merino, M. (2012). *Definición de programa*. Recuperado el 01 de Junio de 2021, de Definiciones: <http://definición.de/estrés/programa>

Pimentel, C.; De Freitas, L. (2015). The Importance of Resilience for Well-Being in Retirement. *Paidéia*, 25(61), 119-199. Obtenido de <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=305439005007>

Prieto, D., Bermejo, D., & Ferrandíz, C. (2017). *Inteligencia emocional, familia y resiliencia: un estudio en adolescentes de la región de Murcia*. Murcia: Universidad de Murcia. Obtenido de <https://www.tdx.cat/handle/10803/462915#page=3>

Pulido, M., Saavedra, U., Gallardo, D., Ortega, V., Rojas, M., & Villegas, M. (2015). Validez y confiabilidad de dos escalas cortas para medir estrés académico. *Psicología Iberoamericana*, 23(1), 28-39. Obtenido de <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=133944230004>

Ramirez, M. (2020). Academic Stress, Risk Taking Propensity and Internal Locus of Control in Mexican and Bolivian University Entrepreneurs. *European Journal of Contemporary Education*, 9(4), 854-865. Obtenido de [10.13187/ejced.2020.4.854](https://doi.org/10.13187/ejced.2020.4.854)

Resilience. (2016). In J. L. Longe (Ed.), *The Gale Encyclopedia of Psychology* (3rd ed., Vol. 2, pp. 998-1000). Gale.

<https://link.gale.com/apps/doc/CX3631000659/GVRL?u=univcv&sid=bookmark-GVRL&xid=1201de76>Salvatierra, L. (2019). Resiliencia y estrés académico en estudiantes de un conservatorio de música público de Trujillo.

Salvatierra, L. (2019). Resiliencia y estrés académico en estudiantes de un conservatorio de música público de Trujillo.

Sagone, E; De Caroli, M. (2016). Psychological resilience and self-efficacy in

- adolescents. *International Journal of Developmental and Educational Psychology*, 1(1), 141-148. Obtenido de <https://www.redalyc.org/journal/3498/349851776016/html/>
- Sánchez, L. (2018). *Metodología para la investigación científica*. Octava edición. McGraw-Hill. Toronto.
- Silva, M., López, J., & Columba, M. (2019). Academic stress in university students. *Investigación y ciencia*, 29(79), 75-83. Obtenido de <https://www.redalyc.org/journal/674/67462875008/html/>
- Tammayan, M., Jantaratnotai, N., Pachimsawat, P. (2021). Differential responses of salivary cortisol, amylase, and chromogranin A to academic stress. *Plos one*, 16(8), 1-12. Obtenido de [10.1371/journal.pone.0256172](https://doi.org/10.1371/journal.pone.0256172)
- UNICEF. (Marzo de 2019). Risk-informed Education Programming for Resilience. *Unicef Education Section*. Obtenido de <https://www.unicef.org/media/65436/file/Risk-informed%20education%20programming%20for%20resilience:%20Guidance%20note.pdf>
- Verástegui, M. (2020). Estrés académico y resiliencia en estudiantes de la universidad Privada de Lima Norte 2019. Universidad Privada del Norte.
- Walsh, F. (2019). Resilience. In J. J. Ponzetti, Jr. (Ed.), *Macmillan Encyclopedia of Families, Marriages, and Intimate Relationships* (Vol. 2, pp. 746-751). Macmillan Reference USA. <https://link.gale.com/apps/doc/CX7751500252/GVRL?u=univcv&sid=bookmark-GVRL&xid=727db3f0>
- Wagnild, G. & Young, H. (1993). *Escala de resiliencia*. Instrumentos de evaluación. Pasadena.

## ANEXO 1

### Operacionalización de variables

VARIABLES DE ESTUDIO	DEFINICIÓN CONCEPTUAL	DEFINICIÓN OPERACIONAL	DIMENSIONES	INDICADORES	ESCALA DE MEDICIÓN
<b>Resiliencia</b>	Wagnild & Young (1993), una peculiaridad que poseen las personas inmersas en su personalidad la cual posibilita el resistir, asimilar y hacer frente a las adversidades o condiciones negativas extrañas, las cuales provienen de su medio, consiguiendo superarlas y adicionalmente consiguiendo entrenar otras cualidades, fortaleciendo sus habilidades de resolución.	Forma en la que los estudiantes pueden utilizar sus cualidades para poder afrontar las dificultades de los retos académicos, siendo medido a través del inventario de Resiliencia.	Confianza en sí mismo	Puede reconocer sus virtudes. Utiliza sus habilidades para afrontar las situaciones adversas. Toma decisiones para continuar con sus objetivos. Utiliza tiempo para analizar sus experiencias y cualidades.	Escala ordinal  Escala de resiliencia (Wagnild & Young, 1993) adaptación Salvatierra (2019)
			Ecuanimidad	Identifica las situaciones adversas. Puede reconocer los problemas y saber cómo distanciarse de ellos. Mantiene la calma a pesar de los	

					momentos conflictivos.	
				Perseverancia	Mantiene la voluntad cuando decide actuar ante los problemas. Los problemas que afronta no limitan el continuar con sus demás actividades.	
				Satisfacción personal	Le encuentra valor a las acciones que realiza. Reconoce como importante sus habilidades y capacidades.	Escala ordinal
				Sentirse bien solo	Utiliza tiempo para poder conocerse. Se siente cómodo cuando no presenta compañía.	Inventario SISCO del estrés académico
<b>Estrés académico</b>	Barraza (2007), es el padecimiento que sufren los sujetos que se encuentran en etapa escolar o en el desarrollo de áreas	Respuesta que tiene el estudiante ante las demandas académicas a las que se enfrenta, teniendo un conjunto de	Estresores	Las áreas que cursa son complicadas. Los materiales empleados no son entendibles.	(Barraza, 2007) Adaptación peruana	

académicas, en la cual los vínculos externos propician estímulos adversos generando daño y detenimiento en las metas que se plantean en esta área, los estresores que dañan al sujeto son factores netamente de vínculo académico.	síntomas físicas y psicológicas, siendo evaluado a través del cuestionario SISCO.	No se cuenta con los medios necesarios para las actividades académicas.	Salvatierra (2019).	
		Síntomas		Síntomas físicos.
		Estrategias de afrontamiento		Síntomas psicológicos Comportamentales Realiza actividades para poder continuar con sus labores escolares. Buscas soluciones a los estresores externos. Emplea técnicas o estrategias para reducir los síntomas.

*Nota.* Operacionalización de las variables. Fuente: Creación propia



9	Siento que puedo manejar varias cosas almismo tiempo								
10	Soy decidido								
11	Rara vez me pregunto cuál es la finalidad detodo								
12	Tomo las cosas una por una								
13	Puedo enfrentarme las dificultades porque lashe experimentado anteriormente								
14	Tengo autodisciplina								
15	Me mantengo interesado en las cosas								
16	Por lo general, encuentro algo de que reírme								
17	El creer en mí mismo me permite atravesartiempos difíciles								
18	En una emergencia soy una persona en quiense puede confiar								
19	Generalmente puedo ver una situación devarias maneras								
20	Algunas veces me obligo a hacer cosas,aunque no quiera								
21	Mi vida tiene significado								



22	No me lamento de las cosas por las que no puedo hacer nada								
23	Cuando estoy en una situación difícil generalmente encuentro una salida								
24	Tengo la energía suficiente para hacer lo que debo hacer								
25	Acepto que hay personas a las que yo no les agrado								

## ANEXO 3

### FICHA TÉCNICA

#### ESCALA DE RESILIENCIA

NOMBRE	:	Escala de resiliencia de – ER
ADAPTACIÓN	:	Salvatierra (2019)
ADMINISTRACIÓN	:	Individual y colectiva
DURACIÓN	:	15 minutos
OBJETIVO	:	Evaluar el nivel de resiliencia en adolescentes
APLICACIÓN	:	Adolescentes y jóvenes en Trujillo

VALIDEZ Y CONFIABILIDAD: La validez se consiguió través de juicio de expertos, la cual fue adaptada en la ciudad de Trujillo por Salvatierra (2019), consolidando así la validez de contenido; para la confiabilidad se empleó la población de la presente investigación alcanzando Alfa de Cronbach de 0.990

ITEMS	:	25
DIMENSIONES	:	Confianza (2,3,4,5,6) Sentirse bien solo (8,15,16,17,18) Perseverancia (1,10,21,23,24) Ecuanimidad (7,9,11,12,14) Aceptación de uno mismo (19,20,22,25)

## ANEXO 4

### INVENTARIO DE SISCO- ESTRÉS ACADÉMICO

Nombres y Apellidos: \_\_\_\_\_

Edad: \_\_\_\_\_ Sexo: \_\_\_\_\_ Fecha: \_\_\_\_\_

#### Instrucciones:

A continuación, te vamos a presentar una serie de enunciados, donde las cuales debes responder con total sinceridad. La sinceridad con que respondan a los cuestionamientos será de una gran utilidad para la investigación. La información que se proporcione será totalmente confidencial y solo se manejarán resueltos globales. Recuerda que no existen respuestas buenas o malas.

Marca con una X en los casilleros correspondientes.

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

SI		NO	
----	--	----	--

En caso de seleccionar la alternativa "NO", el cuestionario se da por concluido, en caso de seleccionar la alternativa "SI", pasar la pregunta número y continuar con el resto de las preguntas.

2.- Con la idea 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

una escala del 1 al 5 donde:

1. Nunca 2. Rara Vez 3. Algunas veces 4. Casi siempre 5. Siempre

3 Señala con qué frecuencia te inquietaron las siguientes

Nº	Pregunta	1	2	3	4	5
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 investigaciones, 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					

4.- Señale con qué frecuencia tuviste las siguientes relaciones físicas, psicológicas y ambientales cuando estabas preocupado nervioso

Reacciones Físicas		1	2	3	4	5
1	Trastornos en el sueño (insomnio o pesadillas)					
2	Fatiga crónica (cansancio permanente)					
3	Dolor de cabeza o migrañas					
4	Problemas de digestión, problemas abdominales o diarrea					
5	Rascarse, morderse las uñas ,frotarse , etc					
6	Somnolencia o mayor necesidad de dormir					

Reacciones Psicológicas		1	2	3	4	5
1	Inquietud (incapacidad de relajarse y estar tranquilo)					
2	Sentimientos de depresión y tristeza (decaído)					
3	Ansiedad, angustia o desesperación					
4	Problemas de concentración					
5	Sentimiento de agresividad o aumento de irritabilidad					

Reacciones Comportamentales		1	2	3	4	5
1	Conflictos o tendencias a polemizar o discutir					
2	Aislamiento de los demás					
3	Desgano para realizar las labores escolares					
4	Aumento o reducción del consumo de alimentos					

5.- Señale con qué frecuencia utilizaste las siguientes estrategias para enfrentar situación que te causa preocupación o nerviosismo.

		1	2	3	4	5
1	Habilidades asertiva(defender nuestras preferencias,ideas o sentimientos sin dañar a los otros )					
2	Elaboración de un plan y ejecución de sus taras					
3	Elogios de si mismo					
4	La regiosilidad ( oraciones o asistencia a misa)					
5	Búsqueda de la información sobre la situación					
6	Ventilación y confidencias ( verbalización de la situaciónque te preocupa)					

**ANEXO 5 FICHA TÉCNICA**  
**SISCO DEL ESTRÉS ACADÉMICO**

NOMBRE	:	Inventario SISCO para el estrés académico
AUTOR	:	Arturo Barraza Macías
AÑO	:	2007
PROCEDENCIA	:	México
ADAPTACIÓN	:	Trujillo
ADMINISTRACIÓN	:	Individual y colectivo
DURACIÓN	:	25 minutos aproximadamente
APLICACIÓN	:	adolescentes y jóvenes, aplicados en la ciudad de Trujillo, Perú.
OBJETIVO	:	Evaluar estrés académico en adolescentes y jóvenes
<p>VALIDEZ Y CONFIABILIDAD: Se tomará la validez conseguida por Salvatierra (2019), quien la ejecutó a través de la evaluación por expertos, por su parte la confiabilidad con el coeficiente de Alfa de Cronbach de 0.992</p>		
ITEMS	:	29
DIMENSIONES	:	Estresores (1-8) Síntomas (9-24) Estrategias de afrontamiento (25-29)







- Cuestionario de Resiliencia

**MATRIZ DE VALIDACIÓN DE INSTRUMENTO**

**NOMBRE DEL INSTRUMENTO:** Cuestionario de Resiliencia

**OBJETIVO:** Determinar la relación entre la resiliencia y el estrés académico en estudiantes de un conservatorio de música público de Trujillo.

**DIRIGIDO A:** Estudiantes de un conservatorio de música, Trujillo 2019

**APELLIDOS Y NOMBRES DEL EVALUADOR:** Dial Abanto Luis Enrique

**GRADO ACADÉMICO DEL EVALUADOR:** Dr en Educación

**VALORACIÓN:**

Es aplicable	No es aplicable
--------------	-----------------

Dial  
FIRMA DEL EVALUADOR  
DNI 1807403

**MATRIZ DE VALIDACIÓN**  
**TÍTULO DE LA TESIS: Resiliencia y estrés académico en estudiantes de un conservatorio de música público de Trujillo**

VARIABLE	DIMENSIÓN	ITEMS	OPCIÓN DE RESPUESTA						CRITERIOS DE EVALUACIÓN						OBSERVACIÓN Y/O RECOMENDACIONES				
			Totamente en desacuerdo	Desacuerdo	Algo en desacuerdo	Ni en desacuerdo ni de acuerdo	Algo de acuerdo	Acuerdo	Totamente de acuerdo	RELACIÓN ENTRE LA VARIABLE Y LA DIMENSIÓN	RELACIÓN ENTRE EL INDICADOR Y EL ITEMS	RELACIÓN ENTRE EL ITEMS Y LA OPCIÓN DE RESPUESTA	SI	NO		SI	NO	SI	NO
Resiliencia	Ecuanimidad	Usualmente veo las cosas a largo plazo																	
		Soy amigo de mí mismo																	
		Rara vez me pregunto cuál es la finalidad de todo.																	
		Tomo las cosas una por una.																	
		Por lo general, encuentro algo de qué reírme.																	
		Mi vida tiene significado.																	
	Satisfacción	No me lamento de las cosas por las que no puedo hacer nada.																	
		Acepto que hay personas a las que yo no les agrado																	
		Dependo más de mí mismo que de otras personas.																	
		Puedo estar solo si tengo que hacerlo																	
		Generalmente puedo ver una situación de varias maneras																	
		Me siento orgulloso de haber logrado cosas en mi vida.																	
Sentirse solo	Siento que puedo manejar vanas cosas al mismo tiempo.																		
	Soy decidido.																		
	Puedo enfrentar las dificultades porque las he experimentado																		
	El creer en mí mismo me permite atravesar tiempos difíciles																		
	En una emergencia soy una persona en quien se puede confiar.																		
	Confianza en sí mismo																		



**MATRIZ DE VALIDACIÓN DE INSTRUMENTO**

**NOMBRE DEL INSTRUMENTO:** Cuestionario de Resiliencia

**OBJETIVO:** Determinar la relación entre la resiliencia y el estrés académico en estudiantes de un conservatorio de música público de Trujillo.

**DIRIGIDO A:** Estudiantes de un conservatorio de música, Trujillo 2019

**APELLIDOS Y NOMBRES DEL EVALUADOR:** SALDÍVAR CABADA RICARDO

**GRADO ACADÉMICO DEL EVALUADOR:** MAGISTER

**VALORACIÓN:**

Es aplicable     No es aplicable

  
Mg. Ricardo Saldivar Cabada  
PSICÓLOGO  
C.Ps.P. 19159

**FIRMA DEL EVALUADOR**

**MATRIZ DE VALIDACIÓN**  
 TÍTULO DE LA TESIS: Resiliencia y estrés académico en alumnos de un conservatorio de música público de Trujillo

VARIABLE	DIMENSIÓN	ITEMS	OPCIÓN DE RESPUESTA						CRITERIOS DE EVALUACIÓN						OBSERVACIÓN Y/O RECOMENDACIONES			
			Totamente en desacuerdo	Desacuerdo	Algo en desacuerdo	Ni en desacuerdo ni de acuerdo	Algo de acuerdo	Acuerdo	Totamente de acuerdo	RELACIÓN ENTRE LA VARIABLE Y LA DIMENSIÓN	RELACIÓN ENTRE EL INDICADOR Y EL ITEMS	RELACIÓN ENTRE EL ITEMS Y LA OPCIÓN DE RESPUESTA	SI	NO		SI	NO	
Resiliencia	Ecuanimidad	Usualmente veo las cosas a largo plazo																
		Soy amigo de mí mismo																
	Satisfacción	Rara vez me pregunto cuál es la finalidad de todo.																
		Tomo las cosas una por una.																
	Sentirse solo	Por lo general, encuentro algo de qué reirme.																
		Mi vida tiene significado.																
	Confianza en sí mismo	No me lamento de las cosas por las que yo no les agrado																
		Acepto que hay personas a las que yo no les agrado																
		Dependo más de mí mismo que de otras personas.																
		Puedo estar solo si tengo que hacerlo																
		Generalmente puedo ver una situación de varias maneras																
		Me siento orgulloso de haber logrado cosas en mi vida.																
		Siento que puedo manejar vanas cosas al mismo tiempo.																
		Soy decidido.																
	Puedo enfrentar las dificultades porque las he experimentado																	
	El creer en mí mismo me permite atravesar tiempos difíciles																	
		En una emergencia soy una persona en quien se puede confiar.																



**MATRIZ DE VALIDACIÓN DE INSTRUMENTO**

**NOMBRE DEL INSTRUMENTO:** Cuestionario de Resiliencia

**OBJETIVO:** Determinar la relación entre la resiliencia y el estrés académico en alumnos de un conservatorio de música público de Trujillo.

**DIRIGIDO A:** Estudiantes de un conservatorio de música, Trujillo 2019

**APELLIDOS Y NOMBRES DEL EVALUADOR:** Scarvetha Villacres Willy

**GRADO ACADÉMICO DEL EVALUADOR:** Doctor en Ciencias de la Educación

**VALORACIÓN:**

<input checked="" type="checkbox"/> Es aplicable	<input type="checkbox"/> No es aplicable
--	--

  
FIRMA DEL EVALUADOR



## Anexo 07

### Validez y confiabilidad de los instrumentos de recolección de datos

- Cuestionario de Estrés académico

#### MATRIZ DE VALIDACIÓN DE INSTRUMENTO

**NOMBRE DEL INSTRUMENTO:** INVENTARIO SISCO DEL ESTRÉS ACADÉMICO

**OBJETIVO:** Determinar la relación entre la resiliencia y el estrés académico en alumnos de un conservatorio de música público de Trujillo.

**DIRIGIDO A:** Estudiantes del conservatorio de música ,2019.

**APELLIDOS Y NOMBRES DEL EVALUADOR:** Sandra Villacrez Willy

**GRADO ACADÉMICO DEL EVALUADOR:** Doctor en Ciencias de la Educación

**VALORACIÓN:**

Es Aplicable	No es aplicable
<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>



FIRMA DEL EVALUADOR

**TÍTULO DE LA TESIS: Resiliencia y estrés académico en alumnos de un conservatorio de música público de Trujillo**

**MATRIZ DE VALIDACIÓN**

VARIABLE	Dimensiones	Indicadores	ITEMS	OPCIÓN DE RESPUESTA				CRITERIOS DE EVALUACIÓN								OBSERVACIÓN Y/O RECOMENDACIONES			
				Nunca	Rara vez	Algunas veces	Casi siempre	Siempre	RELACIÓN ENTRE LA VARIABLE Y LA DIMENSIÓN		RELACIÓN ENTRE LA DIMENSIÓN Y EL INDICADOR		RELACIÓN ENTRE EL INDICADOR Y EL ITEMS		RELACIÓN ENTRE EL ITEMS Y LA OPCIÓN DE RESPUESTA				
									SI	NO	SI	NO	SI	NO	SI		NO		
Estrés Académico	Estrés	Competencias	3.1.-La competencia con los compañeros del grupo						X										
									X										
									X										
									X										
									X										
		Sobrecargas	Personalidad y carácter	3.2.-Sobrecarga de tareas y trabajos escolares						X									
									X										
									X										
									X										
									X										
	Evaluaciones	La personalidad y el carácter del profesor	3.3.-Las evaluaciones de los profesores (exámenes, ensayos, trabajos de investigación, etc.)						X										
								X											
								X											
								X											
								X											
	Tipo de trabajos	No entender	3.4.El tipo de trabajo que te piden los profesores (consulta de temas, fichas de trabajo, ensayos, mapas conceptuales, etc.)						X										
								X											
								X											
								X											
								X											
	Participación	Tiempo libre	3.5- El tipo de trabajo que te piden los profesores (consulta de temas, fichas de trabajo, ensayos, mapas conceptuales, etc.)						X										
								X											
								X											
								X											
								X											
	Algun otro estresor	físicas	3.6.- No entender los temas que se abordan en la clase						X										
								X											
								X											
								X											
								X											
Síntomas			3.7.- Participación en clase (responder a preguntas, exposiciones, etc.)						X										
									X										
									X										
	Algun otro estresor		3.8.- Tiempo limitado para hacer el trabajo						X										
								X											
								X											
	Otra _____		4.1.- Trastornos en el sueño (insomnio o pesadillas)						X										
								X											
								X											
			4.2.- Fatiga crónica (cansancio permanente)						X										
								X											
								X											
			4.3.- Dolores de cabeza o migrañas						X										
								X											
								X											



**MATRIZ DE VALIDACIÓN**  
**TÍTULO DE LA TESIS: Resiliencia y estrés académico en estudiantes de un conservatorio de música público de Trujillo**

VARIABLE	Dimensiones	Indicadores	ITEMS	OPCIÓN DE RESPUESTA				CRITERIOS DE EVALUACIÓN								OBSERVACION Y/O RECOMENDACIONES																								
				Nunca	Rara vez	Algunas veces	Casi siempre	Siempre	RELACIÓN ENTRE LA VARIABLE Y LA DIMENSIÓN	RELACIÓN ENTRE LA DIMENSIÓN Y EL INDICADOR	RELACIÓN ENTRE EL INDICADOR Y EL ITEMS	RELACIÓN ENTRE EL ITEMS Y LA OPCIÓN DE RESPUESTA	SI	NO	SI		NO	SI	NO																					
Estrés Académico	Estrés	Competencias	3.1.-La competencia con los compañeros del grupo																																					
				Sobrecargas	Personalidad y carácter	Evaluaciones	3.2.-Sobrecarga de tareas y trabajos escolares																																	
								Tipo de trabajos	3.3.-Las evaluaciones de los profesores (exámenes, ensayos, trabajos de investigación, etc.)	3.4.El tipo de trabajo que te piden los profesores (consulta de temas, fichas de trabajo, ensayos, mapas conceptuales, etc.)																														
											No entender	Participación	Tiempo libre	3.5.- El tipo de trabajo que te piden los profesores (consulta de temas, fichas de trabajo, ensayos, mapas conceptuales, etc.)																										
															Algun otro estresor	Otra _____	3.6.- No entender los temas que se abordan en la clase																							
																		Síntomas físicas:	4.1.- Trastornos en el sueño (insomnio o pesadillas)	4.2.- Fatiga crónica (cansancio permanente)	4.3.- Dolores de cabeza o migrañas																			



**MATRIZ DE VALIDACIÓN DE INSTRUMENTO**

**NOMBRE DEL INSTRUMENTO:** INVENTARIO SISCO DEL ESTRÉS ACADÉMICO

**OBJETIVO:** Determinar la relación entre la resiliencia y el estrés académico en estudiantes de un conservatorio de música público de Trujillo.

**DIRIGIDO A:** Estudiantes del conservatorio de música ,2019.

**APELLIDOS Y NOMBRES DEL EVALUADOR:** Díaz Danto Luis Enrique

**GRADO ACADÉMICO DEL EVALUADOR:** Dr. en Educación

**VALORACIÓN:**

Es Aplicable <input checked="" type="checkbox"/>	No es aplicable <input type="checkbox"/>
--	--

Díaz Danto  
FIRMA DEL EVALUADOR  
DNI 18574043







## ANEXO 08

Resultado de confiabilidad del instrumento.

### **Análisis de la confiabilidad.**

El instrumento elaborado por la investigadora fue sometido a este proceso con la finalidad de probar la confiabilidad del mismo y poder llevar a cabo la investigación. La herramienta empleada para determinar la confiabilidad del instrumento "Cuestionario de resiliencia" fue el alfa de Cronbach, proceso que se basa en el análisis de la consistencia interna y que fue seleccionado teniendo como base las características de la investigación. Se debe resaltar que si el valor del coeficiente obtenido se halla entre  $0.7 < r < 1$ , "el instrumento se puede considerar confiable".

### **Cuestionario para medir resiliencia en los estudiantes del sexto ciclo de la Institución Educativa Elina Vincas Llanos de Túcume**

#### **Análisis del alfa de cronbach**

En la tabla siguiente, se presentan los resultados del análisis de confiabilidad, calculado a través del coeficiente alfa de cronbach.

Tabla 1

*Resumen de confiabilidad de cuestionario de resiliencia*

alfa de cronbach	alfa de cronbach basada en elementos estandarizados	n de elementos
.990	.990	25

Se observa, el cuestionario elaborado para evaluar la resiliencia de los estudiantes del sexto ciclo de la institución educativa Elina Vincas Llanos del distrito de Túcume, ha obtenido un coeficiente alfa de cronbach de 0.990 y de 0.990 si se tipifican los resultados, valores que denotan un nivel de confiabilidad aceptable.

**tabla 2***Estadísticas resumen de los ítems en relación con el cuestionario completo*

items	scale mean ifitem deleted	scale variance ifitem deleted	corrected item-total correlation	cronbach's alpha if item deleted
1. cuando planteo algo lo realizo	90,14	1921,863	,881	,989
2. generalmente me las arreglo de una manera u otra	90,06	1920,171	,888	,989
3. dependo más de mí mismo que de otras personas	89,91	1905,384	,893	,989
4. es importante para mí mantenerme interesado en las cosas	89,99	1928,507	,858	,990
5. puedo estar solo si tengo que hacerlo	89,93	1916,589	,886	,989
6. me siento orgulloso de haber logrado cosas en mi vida	89,94	1914,373	,925	,989
7. usualmente veo las cosas a largo plazo	90,06	1911,707	,891	,989
8. soy amigo de mí mismo	90,00	1904,609	,892	,989
9. siento que puedo manejar varias cosas al mismo tiempo	89,89	1923,987	,872	,989
10. soy decidido	89,79	1903,881	,897	,989
11. rara vez me pregunto cuál es la finalidad de todo	89,99	1924,565	,879	,989
12. tomo las cosas una por una	90,20	1925,467	,879	,989
13. puedo enfrentarme las dificultades porque las he experimentado anteriormente	89,99	1909,203	,894	,989
14. tengo autodisciplina	89,80	1913,380	,906	,989
15. me mantengo interesado en las cosas	89,96	1922,940	,891	,989

16. por lo general, encuentro algo de que reírme	89,91	1917,58 7	,872	,989
17. el creer en mí mismo me permite atravesar tiempos difíciles	90,07	1912,67 6	,898	,989
18. en una emergencia soy una persona en quien se puede confiar	89,86	1920,44 3	,883	,989
19. generalmente puedo ver una situación de varias maneras	90,14	1924,90 7	,880	,989
20. algunas veces me obligo a hacer cosas, aunque no quiera	90,13	1917,50 5	,908	,989
21. mi vida tiene significado	90,13	1906,80 9	,887	,989
22. no me lamento de las cosas por las que no puedo hacer nada	90,01	1904,88 4	,910	,989
23. cuando estoy en una situación difícil generalmente encuentro una salida	90,01	1923,08 7	,876	,989
24. tengo la energía suficiente para hacer lo que debo hacer	89,97	1935,24 6	,872	,989
25. acepto que hay personas a las que yo no les agrado	89,96	1921,54 9	,875	,989

La tabla 2 muestra la correlación exacta entre cada ítem y el total de la escala, así como la influencia de su eliminación en la confiabilidad total del instrumento. de esta manera se puede dar cuenta de los errores y posibles modificaciones que son necesarias en la estructura del instrumento de medición bajo estudio.

teniendo en cuenta lo antes mencionado y el valor del alfa de 0.989, se ha hallado homogeneidad, y confiabilidad del instrumento, y es que todos los ítems conformantes del instrumento tienen una presencia importante para con el instrumento global, descartando la posibilidad de que al eliminar algún ítem el coeficiente general incremente.

## **Cuestionario para medir estrés académico en estudiantes del sexto ciclo de la institución educativa Elina Vences Llanos de Túcume**

### **Análisis del alfa de cronbach**

En la tabla siguiente, se presentan los resultados del análisis de confiabilidad, calculado a través del coeficiente alpha de cronbach.

**Tabla 1**

*Resumen de confiabilidad de cuestionario de estrés académico*

alfa de cronbach	alfa de cronbach basada en elementos estandarizados	n de elementos
.992	.992	29

Tal como se observa, el cuestionario elaborado para evaluar el estrés académico de los estudiantes del sexto ciclo de la institución educativa Elina Vences Llanos del distrito de Túcume, ha obtenido un coeficiente alpha de cronbach de 0.992 y de 0.992 si se tipifican los resultados, valores que denotan un nivel de confiabilidad aceptable.

**Tabla 2***Estadísticas resumen de los ítems en relación con el cuestionario completo*

Items	scale mean if item deleted	scale variance if item deleted	corrected item-total correlation	cronbach h's alpha if item deleted
1. la competencia con los compañeros del grupo	91,00	1261,739	,891	,992
2. sobrecarga de tareas y trabajos escolares	91,19	1261,313	,901	,992
3. la personalidad y el carácter del profesor	91,01	1267,608	,887	,992
4. las evaluaciones de los profesores (exámenes, ensayos, trabajos de investigaciones, etc)	91,07	1265,835	,891	,992
5. el tipo de trabajo que te piden los profesores (consulta de temas, fichas de trabajo, ensayos, mapas conceptuales, etc)	91,07	1264,270	,880	,992
6. no entender los temas que se abordan en la clase	91,03	1258,666	,912	,992
7. participación en clase (responder a preguntas, exposiciones ,etc.)	91,06	1261,562	,899	,992
8. tiempo limitado para hacer el trabajo	91,00	1267,913	,882	,992
9. trastornos en el sueño(insomnio o pesadillas)	91,14	1258,037	,907	,992
10. fatiga crónica (cansancio permanente)	91,04	1272,158	,878	,992
11. dolor de cabeza o migrañas	91,11	1262,190	,894	,992

12. problemas de digestión, problemas abdominales o diarrea	90,94	1265,765	,900	,992
13. rascarse, morderse las uñas ,frotarse , etc.	91,01	1255,319	,912	,992
14. somnolencia o mayor necesidad de dormir	91,01	1262,217	,901	,992
15. inquietud (incapacidad de relajarse y estar tranquilo)	91,07	1266,183	,909	,992
16. sentimientos de depresión y tristeza (decaído)	91,00	1257,420	,909	,992
17. ansiedad, angustia o desesperación	90,97	1267,390	,899	,992
18. problemas de concentración	90,97	1263,622	,896	,992
19. sentimiento de agresividad o aumento de irritabilidad	91,10	1269,077	,875	,992
20. conflictos o tendencias a polemizar o discutir	91,17	1266,840	,889	,992
21. aislamiento de los demás	90,93	1268,676	,875	,992
22. desgano para realizar las labores escolares	90,96	1263,056	,894	,992
23. aumento o reducción del consumo de alimentos	90,99	1263,406	,907	,992
24. habilidades asertivas (defender nuestras preferencias, ideas o sentimientos sin dañar a los otros )	91,19	1267,922	,888	,992
25. elaboración de un plan y ejecución de sus tareas	90,91	1261,848	,911	,992
26. elogios de sí mismo	91,20	1269,409	,905	,992
27. la religiosidad ( oraciones o asistencia a misa)	91,11	1262,480	,897	,992
28. búsqueda de la información sobre la situación	91,11	1258,277	,914	,992

29. ventilación y confiancias (verbalización de la situación que te preocupa)	91,01	1266,855	,887	,992
---	-------	----------	------	------

La tabla 2, muestra la correlación exacta entre cada ítem y el total de la escala, así como la influencia de su eliminación en la confiabilidad total del instrumento. de esta manera se puede dar cuenta de los errores y posibles modificaciones que son necesarias en la estructura del instrumento de medición bajo estudio teniendo en cuenta lo antes mencionado y el valor del alfa de 0.992, se ha hallado homogeneidad, y confiabilidad del instrumento, y es que todos los ítems conformantes del instrumento tienen una presencia importante para con el instrumento global, descartando la posibilidad de que al eliminar algún ítem el coeficiente general incremente

## ANEXO 09

### Distribución de normalidad

<b>Prueba de Kolmogorov-Smirnov</b>			Resilien ci a	Estrés Académic o
N			70	70
Parámetros	Media		89.9857	94.3000
normales <sup>a,b</sup>	Desv. estándar		43.69442	36.81775
Máximas	Absoluta		.203	.220
diferencias	Positivo		.203	.186
extremas	Negativo		-.155	-.220
Estadístico de prueba			.203	.220
Sig. asin. (bilateral) <sup>c</sup>			<.001	<.001
Sig.			.000	.000
Sig. Monte Carlo (bilateral) <sup>d</sup>	Intervalo de confianza al 99%	Límite inferior	.000	.000
		Límite superior	.000	.000





*Nota.* La tabla 3 muestra la distribución de normalidad. Fuente. Elaboración según instrumento

- a. La distribución de prueba es normal.
- b. Se calcula a partir de datos.
- c. Corrección de significación de Lilliefors.
- d. El método de Lilliefors basado en las muestras 10000 Monte Carlo con la semilla de inicio 2000000.

Se observa que la sig. de resiliencia  $<0.001$  la cual es menor a 0.05, así mismo en la variable estrés académico se encontró sig.  $<0.001$  la cual es menor a 0.05, debiendo aceptarse las hipótesis alternas, indicando así su no normalidad; es decir no se ajustan a una distribución paramétrica; por lo tanto, se usó los comandos del estadístico Rho de Spearman, por corresponder de manera idónea a las particularidades de las variables.



**ANEXO 10**  
**Carta de Autorización**

	<b>GERENCIA REGIONAL DE EDUCACIÓN LAMBAYEQUE</b> <b>"UNIDAD DE GESTIÓN EDUCATIVA LOCAL LAMBAYEQUE"</b>	
		<b>I.E. IPS N° 10228 "ELINA VINCE LLANOS"</b> <b>GRANJA SASAPE – TÚCUME</b> <b>CÓDIGOS MODULARES 1557578-0347054-06480</b>
 <b>"AÑO DEL BICENTENARIO DEL PERU 200 AÑOS DE INDEPENDENCIA"</b>  		
<b>Granja Sasape, 15 de noviembre del 2021</b>		
 <b>OFICIO N° 0030-2021-D-I-E.IPS N°10228 –EVLL /G.ST/UGEL-L</b>		
<b>SEÑORA:</b> Dra. Mercedes Alejandrina Collazos Alarcón. Jefa de la escuela de posgrado.		
<b>ASUNTO:</b> Conceder la Autorización para llevar a cabo la investigación de tesis de Posgrado, denominada "Resiliencia y estrés académico en estudiantes del VI ciclo de la Institución Educativa Elina Vinces Llanos de Túcume".		
<b>REFERENCIA:</b> Carta de Solicitud de fecha 06 de noviembre del 2021, firmado por la Dra. Mercedes Alejandrina Collazos Alarcón		
<p>Tengo el agrado de dirigirme a usted para saludarla, en atención al documento de referencia en la que solicita autorización, para llevar a cabo la investigación de tesis de posgrado del maestrante Cinthia Leyla del Pilar Tafur Rojas, denominada "Resiliencia y estrés académico en estudiantes del VI ciclo de la Institución Educativa N° 10228 Elina Vinces Llanos de Túcume".</p> <p>Mi despacho concede la autorización solicitada por usted en su calidad de jefa de la Escuela de Posgrado de la Universidad César Vallejo – Filial Chiclayo; para llevar a cabo en el mes de noviembre del 2021.</p> <p>Es propicia la oportunidad para expresarle las muestras de mi especial consideración y estima.</p>		
<p>Atentamente</p>		
	 <b>I.E.P.S. N° 10228 "ELINA VINCES LLANOS"</b> <b>TÚCUME</b> <b>Mg. Miguel Angel Coronado Bances</b> <b>DIRECTOR</b>	

# ANEXO 11

## Base de Datos de recolección de datos

The image shows a screenshot of an Excel spreadsheet. The title bar reads "Resiliencia y estrés académica - Excel (Error de activación de productos)". The ribbon includes "Archivo", "Inicio", "Insertar", "Diseño de página", "Fórmulas", "Datos", "Revisar", "Vista", and "¿Qué desea hacer?". The formula bar shows "Z1" and "P1". The spreadsheet grid has columns labeled p1 through p28 and rows numbered 1 through 46. The data consists of numerical values (1, 2, 3, 4, 5) arranged in a grid. A watermark "Activar Windows" is visible in the bottom right corner of the spreadsheet area. The Windows taskbar at the bottom shows the search bar, taskbar icons, system tray with date and time (16/12/2021, 21:41), and volume/temperature indicators.

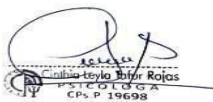


**ANEXO 12**

## Consentimiento Informado

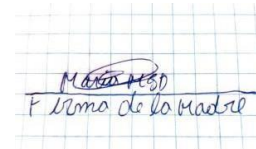
Esta investigación tiene como objetivo determinar la relación entre resiliencia y estrés académico en estudiantes del sexto ciclo de la institución educativa Elina Vines Llanosde Túcume. Es realizada por Cinthia Leyla del Pilar Tafur Rojas, maestrante de la Maestría en Psicología Educativa de la Universidad César Vallejo. Con esa finalidad, le pedimos colabore respondiendo a los cuestionarios de RESILIENCIA Y ESTRÉS ACADÉMICO que le tomará aproximadamente 30 minutos. Su participación es enteramente voluntaria.

Este cuestionario contiene una serie de afirmaciones, las cuales tienen diversas categorías de respuesta. Le solicitamos que lea con atención cada una de ellas para responderlas adecuadamente. Se le agradece nos proporcione una respuesta SINCERA y HONESTA. La información recopilada a través de estos cuestionarios será manejada únicamente por la investigadora y con el único fin de este estudio. Si tiene dudas por favor consúltela con quien le hizo llegar el presente cuestionario. Si desea dejar de responder el cuestionario puede hacerlo en el momento que usted lo desee. Ante cualquier duda o consulta escribir a: [psicologia.clptr@gmail.com](mailto:psicologia.clptr@gmail.com) o llamar al número telefónico 979139705. MUCHAS GRACIAS POR SU COLABORACIÓN



Cinthia Leyla del Pilar Tafur Rojas  
CP, P. 19698

Firma de la evaluadora



María Matilde Santamaria Damián  
Firma de la Madre

Firma del apoderado(a)

Yo, **María Matilde Santamaria Damián**, con **DNI 47654109**, he sido informado(a) de las condiciones en las cuales acepto participar en la investigación.



**UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO**

**ESCUELA DE POSGRADO  
MAESTRÍA EN PSICOLOGÍA EDUCATIVA**

**Declaratoria de Autenticidad del Asesor**

Yo, CHERO ZURITA JUAN CARLOS, docente de la ESCUELA DE POSGRADO MAESTRÍA EN PSICOLOGÍA EDUCATIVA de la UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO SAC - CHICLAYO, asesor de Tesis titulada: "RESILIENCIA Y ESTRÉS ACADÉMICO EN ESTUDIANTES DEL VI CICLO DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA ELINA VINCES LLANOS DE TÚCUME", cuyo autor es TAFUR ROJAS CINTHIA LEYLA DEL PILAR, constato que la investigación cumple con el índice de similitud establecido, y verificable en el reporte de originalidad del programa Turnitin, el cual ha sido realizado sin filtros, ni exclusiones.

He revisado dicho reporte y concluyo que cada una de las coincidencias detectadas no constituyen plagio. A mi leal saber y entender la Tesis cumple con todas las normas para el uso de citas y referencias establecidas por la Universidad César Vallejo.

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 vigentes de la Universidad César Vallejo.

CHICLAYO, 12 de Enero del 2022

<b>Apellidos y Nombres del Asesor:</b>	<b>Firma</b>
CHERO ZURITA JUAN CARLOS <b>DNI:</b> 16689094 <b>ORCID</b> 0000-0003-3995-4226	Firmado digitalmente por: CZURITAJC el 12-01- 2022 08:53:32

Código documento Trilce: TRI - 0267291