



**UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO**

**ESCUELA DE POSGRADO  
PROGRAMA ACADÉMICO DE MAESTRÍA EN PSICOLOGÍA  
EDUCATIVA**

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

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

**Maestra en Psicología Educativa**

**AUTORA:**

Hurtado Perez, Iemimah de Jesus ([orcid.org/0009-0009-4737-0264](https://orcid.org/0009-0009-4737-0264))

**ASESORA:**

Dra. Cuenca Robles, Nancy Elena ([orcid.org/0000-0003-3538-2099](https://orcid.org/0000-0003-3538-2099))

**LÍNEA DE INVESTIGACIÓN:**

Atención Integral del Infante, Niño y Adolescente

**LIMA – PERÚ**

**2018**

## **DEDICATORIA**

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

## **AGRADECIMIENTO**

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

## ÍNDICE DE CONTENIDOS

CARÁTULA	i
DEDICATORIA	ii
AGRADECIMIENTO	iii
ÍNDICE DE CONTENIDOS	iv
ÍNDICE DE TABLAS	v
ÍNDICE FIGURAS	vi
RESUMEN	vii
ABSTRACT	viii
I. INTRODUCCIÓN	1
II. MARCO TEÓRICO	5
III. METODOLOGÍA	18
3.1 Tipo y diseño de investigación	18
3.2 Variables y operacionalización	19
3.3 Población, muestra y muestreo	19
3.4 Técnica e instrumento de recolección de datos	20
3.5 Procedimiento	21
3.6 Métodos de análisis de datos	21
3.7 Aspectos éticos	21
IV. RESULTADOS	23
V. DISCUSIÓN	28
VI. CONCLUSIONES	33
VII. RECOMENDACIONES	34
REFERENCIAS	35
ANEXOS	41

## ÍNDICE DE TABLAS

	Pág.
<b>Tabla 1</b> Frecuencia y porcentaje de los niveles de la variable afrontamiento al estrés.	23
<b>Tabla 2</b> Descripción de resultados de los niveles de las dimensiones de la variable afrontamiento al estrés	23
<b>Tabla 3</b> Frecuencia y porcentaje de los niveles de la variable ansiedad	24
<b>Tabla 4</b> Descripción de resultados de los niveles de las dimensiones de la ansiedad	24
<b>Tabla 5</b> Relación de la muestra no paramétricas, según Rho Spearman significativa entre la estrategia de afrontamiento al estrés y la ansiedad	25
<b>Tabla 6</b> Relación entre la estrategia de afrontamiento al estrés y la ansiedad de rasgo	26
<b>Tabla 7</b> Relación entre la estrategia de afrontamiento al estrés y la ansiedad de estado	27
<b>Tabla 8</b> Cantidad de los estudiantes de VII ciclo de la Institución Educativa “Virgen Guadalupe” Mala – Cañete, 2018	56
<b>Tabla 9</b> Validación de juicio de expertos	57
<b>Tabla 10</b> Niveles de confiabilidad	57
<b>Tabla 11</b> Estadística de fiabilidad de afrontamiento al estrés	57
<b>Tabla 12</b> Estadística de fiabilidad de la ansiedad	57

## RESUMEN

En la presente investigación cuyo objetivo fue determinar la relación entre la estrategia de afrontamiento al estrés y la ansiedad en los estudiantes de VII ciclo de la Institución Educativa “Virgen Guadalupe” Mala – Cañete, 2018. El tipo de investigación fue básica, enfoque cuantitativo; diseño no experimental de corte transversal. La población fue censal constituida por 92 estudiantes. La técnica fue una encuesta y los instrumentos de recolección de datos fue el cuestionario, fueron debidamente validados a través de juicios de expertos. En la parte descriptiva se arribó que el 54,3% en los estudiantes el afrontamiento al estrés es moderado y el 48,9% en los estudiantes expresan que la ansiedad es alta. Asimismo concluyó que la prueba de Rho de Spearman, en donde el valor del coeficiente de correlación es ( $r = -0.609$ ) lo que indica una correlación negativa y moderada, además el valor de  $p = 0,000$  resulta menor al de  $p = 0,05$  y en consecuencia la relación es significativa al 95% y se rechaza la hipótesis nula ( $H_0$ ) asumiendo que existe relación negativa entre la estrategia de afrontamiento al estrés y la ansiedad en los estudiantes de VII ciclo de la Institución Educativa “Virgen Guadalupe” Mala – Cañete, 2018.

**Palabras clave:** Afrontamiento al estrés, ansiedad, rasgo, estado

## **ABSTRACT**

In the present research, the objective of which was to determine the relationship between the coping strategy to stress and anxiety in the students of VII cycle of the Educational Institution "Virgen Guadalupe" Mala – Cañete, 2018. The type of research was basic, quantitative approach; Non-experimental cross-sectional design. The population consisted of 92 students. The technique was a survey and the data collection instruments were the questionnaire, which were duly validated through expert judgments. In the descriptive part, it was found that 54.3% of students cope with stress moderately and 48.9% of students express that anxiety is high. He also concluded that Spearman's Rho test, where the value of the correlation coefficient is ( $r = -0.609$ ) which indicates a negative and moderate correlation, in addition the value of  $p = 0.000$  is lower than that of  $p = 0.05$  and consequently the relationship is significant at 95% and the null hypothesis ( $H_0$ ) is rejected, assuming that there is a negative relationship between the strategy of coping with stress and anxiety in students of VII cycle of the Educational Institution "Virgen Guadalupe" Mala – Cañete, 2018.

**Keywords:** Coping to stress, anxiety, trait, State

## I. INTRODUCCIÓN

En la región latinoamericana, exclusivamente en Colombia, se perpetró una indagación con beneficiarios de la asistencia psicológica con el designio de indagar la conceptualización del bienestar psicológico. Al examinar acerca de los constituyentes que entorpecen su bienestar psicológico, un 54,79% marcó talentos de índole personal, tales como ansiedades, incertidumbres, estrés e inconvenientes en general, con una orientación especial en el medio emocional. En relación con las habilidades psíquicas, un 21,92% aludió la carencia de autoestima, la discapacidad para efectuar acciones con miras a beneficios porvenires, la intolerancia, la falta de control ante circunstancias del exterior, la desmotivación y la falta de práctica. El 16,44% de las contestaciones hacen reseña a la subcategoría de emociones, insinuando la ansiedad, la soledad, la congoja, la tristeza y el mal humor (Ballesteros, Medina & Caycedo, 2006). Esto evidencia de manera irrefutable que las personas hallan inconvenientes para obtener un estado de bienestar psíquico que les imposibilita estimar plenitud y satisfacción, tanto a nivel personal como en la correlación con los otros.

En Perú, en el informe del módulo de indagación epistemológica esmerado por el ministerio de salud (2014) mencionó que el 40% de la población peruana sufre de cierto trastorno mental; en el transcurso de su vida, aproximadamente 11 millones de peruanos percibirán algún inconveniente de salud intelectual. El disturbio de ansiedad es lo habitual en la urbe adulta mayor, ya que la abatimiento y el trance de suicidio son más prevalentes en la juventud y la adultez. Por ende, al no divisar las estadísticas como un signo del creciente acrecentamiento de estos trastornos psíquicos, se forja una inestabilidad mental en las vidas al observar que la generalidad no aborda de manera oportuna las jactancias emocionales.

De la misma forma, los hallazgos acopiados por el postremo censo ejecutado por el Instituto Nacional de Estadística e Informática (INEI, 2007) exteriorizó que hay 3.380.998 adolescentes, que contienen más del 10% de la población general, con edades intuidas entre 13 y 18 años. Durante esta fase de transformación y crecimiento constante, los jóvenes manejan distintas habilidades personales, tanto cognoscitivas



como emocionales y conductuales, para desafiar los retos y compromisos propios de la adolescencia.

Hoy en día, diversos adolescentes aprecian un entorno menos sólido en balance con los de hace una o más décadas. Constituyentes como el acrecentamiento en las tasas de divorcio, las gestaciones y la falta de estabilidad sobresaliente territorial de los hogares favorecen aquella falta de persistencia en la existencia de los adolescentes. Una particularidad apreciable es que no instituyen un grupo homogéneo y, de hecho, son compactos aquellos que desafían trances para recorrer exitosamente hacia la madurez adulta (García, 2013).

Las investigaciones revelan que la exposición amplia a factores estresantes sociales durante este ciclo se discurre un elemento que atribuye en la aparición de depresión o nuevos trastornos psíquicos. En el plan pandémico perpetrado por el INSM HD–HN (2002) respecto a los jóvenes de Lima y Callao, se visualizó que superior al 50% de los habitantes poseía experiencia cierto modo de maltrato en cierto punto de sus existencias. La injusticia psicológica fue el más habitual, perturbando al 41.7%, continuado por el abuso físico, que logró el 27.3%. Al mismo lapso, se revela que los adolescentes perciben un aumento en la insatisfacción con su apariencia física y comprensión en cotejo con los adultos (16.1% y 10.9% respectivamente, enuncian sentirse muy poco o nada orgullosos). Mientras tanto, la generalidad de ellos se sitúa en la calidad "regular" en un rango del 43% al 53% en la suma de los espacios de satisfacción.

Los educandos de VII ciclo de la Entidad Académica “Virgen Guadalupe” Mala – Cañete, 2018, presentan comportamientos definidos en dependencia con la gestión del estrés, ya que aprecian conflictos en su desempeño didáctico, resisten inestabilidad en el ámbito familiar y escasean de un acecho académico individualizado conforme. Esto les incita al retar inconvenientes académicos, substancialmente durante los exámenes, al solucionar tareas, al ostentar ansiedad frente a la clase y asimismo perturba su confianza en sí mismas. Por ende, suelen efectuar trabajos añadidas para disipar el problema, inclusive llegando al punto de autolesionarse. Su falla de concentración en los estudios se debe a que prevalecen sus complicaciones propias, y también tienen conflictos para alcanzar conjeturas, lo que rastra en

frecuentes llamamientos de atención por su comportamiento. En sus conexiones interpersonales, tiende a cooperar sus sentimientos con amigos, rebuscando apoyo emocional de su círculo cercano, e indagan simpatía y comprensión. Asimilan a través de la experiencia, lo que los lleva a retar las complicaciones, a tiempos postergando otras diligencias como los saberes.

Es primordial elaborar la investigación concerniente con las variables insinuadas para adquirir resultados e instaurar un plan de contingencia frente a posibles retos en el establecimiento pedagógico determinado Virgen de Guadalupe. Por lo expuesto se plantea el problema general: ¿Cuál es la dependencia entre la estrategia de afrontamiento al estrés y la ansiedad en los estudiantes de VII ciclo de la Institución Educativa “Virgen Guadalupe” Mala – Cañete, 2018? En tal modo, se sugirió los problemas específicos: (a) ¿Cuál es la relación entre la estrategia de afrontamiento al estrés y la ansiedad de rasgo en los estudiantes de VII ciclo de la Institución Educativa “Virgen Guadalupe” Mala – Cañete, 2018? (b) ¿Cuál es la relación entre la estrategia de afrontamiento al estrés y la ansiedad de estado en los estudiantes de VII ciclo de la Institución Educativa “Virgen Guadalupe” Mala – Cañete, 2018?

De acuerdo a los criterios analizados se consideró la investigación de justificación teórica debido que, esta indagación busca ser una contribución teórica para investigaciones novicias al revelar el enlace entre la habilidad de afrontamiento al estrés y la angustia en el distrito de Mala - Cañete, brindando también una comprensión buena del contexto en esa ubicación.

Igualmente, la presunción de Hembree (1990) atestiguó que: En el contexto educativo, la ansiedad se revela como un estado emocional influenciado por turbaciones como la desconfianza y el terror. Esta sensación desagradable se define por generar sentimientos de inseguridad e ineptitud frente a circunstancias descubiertas como amenazantes, antedicho por Castro (2011). También, Gaudry y Spielberg (1971) explicaron que los maestros han expuesto un gran interés en el impacto de la ansiedad en el medio colegial, ya que han observado que algunos educandos apalean provechos académicos inferiores en circunstancias con niveles eminentes de ansiedad.

Además, la justificación práctica también ha sido parte de la investigación, debido que la investigación admite, con asiento en los resultados cogidos, se busca asistir al mejoramiento del medio social en el que se efectúa la indagación, además de irradiar la información sobre los rasos de abatimiento y las pericias de contrarresto al estrés. Mientras que, a partir de la apariencia metodológica, los hallazgos asisten a investigaciones futuras concernientes con las inconstantes de estudio y prestan una orientación de producción de información que suministrará la identificación de derivaciones diversos. Además, en lo que venera a la justificación metodológica, se manejó la escalada de congoja rasgo del inventario de ansiedad: rasgo – estado, aquello fue esmerado por Spielberger, Gorsuch y Lushene en 1970 e informada al hispano por Spielberger, Martínez, Gonzales, Natalacio y Díaz en 1975, en el apoyo de conocedores de 10 naciones latinoamericanos, entre aquellos se halla el Perú.

De la misma forma, se detalló el objetivo general: Determinar la relación entre la estrategia de afrontamiento al estrés y la ansiedad en los educandos de VII ciclo de la Institución Educativa “Virgen Guadalupe” Mala – Cañete, 2018. Igualmente, se señaló los objetivos específicos: (a) Determinar la relación entre la estrategia de afrontamiento al estrés y la ansiedad de rasgo en los estudiantes de VII ciclo de la Institución Educativa “Virgen Guadalupe” Mala – Cañete, 2018. (b) Determinar la relación entre la estrategia de afrontamiento al estrés y la ansiedad de estado en los educandos de VII ciclo de la Unidad Educativa “Virgen Guadalupe” Mala – Cañete, 2018.

También, la hipótesis general: Existe relación negativa entre la estrategia de afrontamiento al estrés y la ansiedad en los estudiantes de VII ciclo de la Institución Educativa “Virgen Guadalupe” Mala – Cañete, 2018. De igual forma, las hipótesis específicas: (a) Existe relación negativa entre la estrategia de afrontamiento al estrés y la ansiedad de rasgo en los estudiantes de VII ciclo de la Institución Educativa “Virgen Guadalupe” Mala – Cañete, 2018. (b) Existe relación negativa entre la estrategia de afrontamiento al estrés y la ansiedad de estado en los educandos de VII ciclo de la Unidad Educativa “Virgen Guadalupe” Mala – Cañete, 2018.

## II. MARCO TEÓRICO

Se mencionó los antecedentes nacionales, Gonzales y Quiroga (2016) en su trabajo apaleó como fin comprobar la conexión entre Personalidad y Habilidades de afrontamiento en alumnos de una Unidad Académica Nacional – Monsefú, se esgrimió la delineación transversal. La muestra fue de 245 educandos de 4° y 5° del nivel secundario, de los dos géneros. Los instrumentales esgrimidos coexistieron el Cuestionario de Personalidad “Big Five” (BFQ) y la Escala de Afrontamiento para Adolescentes (ACS). Los hallazgos en la exploración exteriorizan a la característica sobresaliente en damas es la perseverancia, ya que en hombres es la fijeza emocional. En lo que atribuye a las pericias de resistencia, los dos géneros cooperan el uso de habilidades como buscar entretenimientos relajantes y aspirar al triunfo. Presenta correspondencia efectiva entre la dimensión Energía y la tácticas de contrarresto.

Sauna (2016) en su tesis se determinó la correspondencia de las dos variables, el tipo de indagación fue elemental con un diseño sin experimentación de corte transversal. Se esgrimió una orientación cuantificada, descriptiva y correlativa con el designio de inquirir el vínculo entre la ansiedad, las pericias de afrontamiento y la irritación en adolescentes de Alto Trujillo – Trujillo en 2016. La población centro de estudio radicó en 337 adolescentes, y se optó una muestra de 206 individuos con edades percibidas de 13 y 18 años. Se determina que más del 50% de los adolescentes (56,8%) revelan niveles imperceptibles o modosos de ansiedad. Además, se observa que la táctica de Falta de Afrontamiento sobresale en ellos (9,2%). En cuanto a los rasos de agresividad, se enfatiza un nivel medio que altera entre el 43.7% y el 74.8% en dimensiones como irritabilidad, embestida verbal, acometida indirecta, resentimiento y desconfianza.

Alvarado (2015) en su plan se determinó el enlace entre las tácticas para hacer frente a situaciones y el nivel de ansiedad en jóvenes de 14 a 16 años en una unidad pedagógica estatal fue reconocida manejando ensayos psicológicos concretos, como la "Escala de Afrontamiento para Adolescentes de Frydenberg y Lewis" y el "Inventario de Ansiedad Estado-Rasgo de Spielberger". La intención residió en analizar el vínculo de tales tácticas de contrarresto con el ras de ansiedad en adolescentes dentro de una entidad pública, manejando un enfoque característico y un diseño de indagación sin

experimental de tipo transversal. Se divisó un ras dentro de la congoja tanto en el estado como en la fisonomía, adyacente con una aplicación habitual de la habilidad de enfocarse en disipar complicaciones y preocupaciones. Además, se observará una estimación directa entre la ansiedad en el estado y en la fisonomía, y una depreciación de la tensión. Además, se halló una conexión entre la ansiedad en el estado y la autoinculpación, así como una restricción con pericias de evasión como no oponer el problema, ignorarlo y acogerlo para sí. En cuanto a la ansiedad en la fisonomía, se emparejó una asociación con la falta de afrontamiento, la directriz a desconocer el inconveniente, autoincriminarse y atesorar para sí. Además, se evidencia la débil retractación contradictoria entre la ansiedad en el estado y pericias como concentración en disipar problemas, encauzarse en lo positivo e indagar apoyo espiritual. También se evidencia una conexión débil entre las escalas de ansiedad en la fisonomía y el pasatiempo físico. Deduciendo que hay enlace entre ciertas categorías de tácticas para hacer frente a circunstancias y los distintos niveles de ansiedad temporal y persistente.

Cruz (2013) elaboró un estudio acerca de la personalidad y las pericias de afrontamiento en adolescentes, con el designio de referir ambas variables. La guía de la exploración fue básica, de horizonte descriptivo, y la delineación efectuada fue no experimental. Perpetró un análisis con 54 educandos de los dos géneros, aquellas edades fluctuaban entre 17 y 18 años. Se aprovecharon el Cuestionario "Big Five" (BFQ) y la Escala de Afrontamiento para Adolescentes (ACS) como aparejos de medición. Los resultados indicaron una conexión arbitraria entre las dimensiones de la personalidad y las pericias de afrontamiento en adolescentes. Se observará una correspondencia hondamente significativa y desfavorable entre la magnitud de energía y la habilidad de afrontar la falta, así como correspondencias negativas peculiaridades entre la dimensión de afabilidad y la pericia ausente en el afrontamiento, y entre la dimensión de tesón y la destreza de falta de afrontamiento. Igualmente, se topó una dependencia efectiva característica entre la dimensión de fijeza emocional y la destreza de buscar apoyo espiritual, y dependencias negativas características con las tácticas de falta de afrontamiento y autoinculpase. También se asemejó una dependencia positiva indicadora entre la dimensión de fijeza emocional y la destreza

de distracción física. En última petición, no se evidencia una conexión entre la dimensión de iniciación intelectual y las destrezas de afrontamiento.

Alegre (2013) en su estudio se estableció la correspondencia de la ansiedad ante escrutinios con las tácticas de amaestramiento en educandos de cuarto y quinto nivel de formación secundaria de centros nacionales de Lima Metropolitana. Se optó la muestra de carácter pensada, dispuesta por 469 educandos de cuatro centros estatales en Lima Metropolitana, con un 45.6% de partícipes masculinos y un 54.4% femeninos. Se destinará el Cuestionario de Ansiedad y Rendimiento (CAR) y la Escala de Estrategias de Aprendizaje (ACRA) para ajustar a los escolares. Los resultados revelaron rases de ansiedad ante escrutinios en sus tres dimensiones: Inquietud, expresión emocional y ayuda, junto con las condiciones de amaestramiento (estimadas en cuatro semblantes: obtención, programación, recobro y respaldo al proceso de la información), exhibieron similitudes poco acentuadas y en ciertos casos desfavorables, todas ellas con preeminencia estadística.

DE modo similar, antecedentes internacionales de acuerdo a Cosios (2014) en su tesis el propósito fue comprobar la dependencia entre la depresión y la ansiedad en los muchachos, el diseño del estudio fue no experimental y de corte transversal, de naturaleza básica, con la contribución de 386 escolares. Se manipuló la herramienta 23 del Ministerio de Salud Gubernamental del Ecuador para elaborar la investigación. Los resultados ostentaron que, de los 386 adolescentes cuestionados, 171 eran damas, lo que incorpora el 44%, y 215 eran caballeros, perteneciendo al 56%. Además, se apreciará una evaluación efectiva modosa entre la depresión y la congoja.

Figuroa et al. (2013) perpetraron una exploración cuyo fin fue instituir la conexión entre las dos variables fue el objetivo principal. Se perpetraron investigaciones con una muestra de 150 adolescentes que acuden a la escuela, incluyendo tanto a hombres como a mujeres. Los investigadores aprovecharon la Escala de Afrontamiento para Adolescentes (ACS) en su transcripción en español, imprimida por TEA, y la Escala de Bienestar Psicológico para Adolescentes indicada por Casullo (BIEPS-J), ambas enjuiciadas por su confiabilidad, validez y normas instituidas. Los hallazgos exteriorizaron disconformidades características en la ejecución de técnicas de afrontamiento entre adolescentes con disímiles rangos de

bienestar psíquico, así como en la elección de tácticas según el género. En los varones, las tácticas preponderantes envuelven la distracción física y la omisión del problema, mientras que en las mujeres se acentúan la generación de ilusiones, la pesquisa de apoyo social y espiritual, la autoinculpación, la falta de arrostramiento y la reajuste de la tensión. .

Alcoser (2012) en su investigación estableció las destrezas de afrontamiento manejadas por las muchachas de 12 a 15 años con gestaciones sin proyecto, beneficiarias del Centro de Cuidado Integral del adolescente Área 17 del Cantón Durán. El actual estudio es un plan descriptivo, aprovechado a una muestra de 10 muchachas beneficiarias del Centro de Atención Integral del Adolescente del Cantón Durán. En la ejecución del propósito sugerido se prefirió el plan cuantificado a través de la diligencia del instrumento (Escala de afrontamiento para adolescentes, Frydenberg y Lewis, Publicación española, 2000) aquello justipreció las destrezas de afrontamiento manejadas por las muchachas con gestaciones no proyectados. Además, se aprovecharon métodos cualitativos como la terminación de frases y la ejecución de entrevistas para emparejar y referir las destrezas de afrontamiento empleadas por las adolescentes. Los hallazgos encontrados se defienden en develamientos de indagaciones preliminares que puntúan la relación auténtica entre una manera de afrontamiento inconveniente y un deterioro mayor en la salud. Asimismo, provee nueva certeza sobre la calidad de manejar tácticas de afrontamiento correctas para adquirir un bienestar integral.

Cánchig (2012) en su plan, el fin fue emparejar de qué modo las destrezas de afrontamiento inquietan la gestión del rango de ansiedad en damas exteriorizadas a la intimidación psíquica. En cláusulas metodológicos, se manejó un diseño cuantificado sen experimentar con una orientación correlativo, ya que se inquirió la dependencia entre el grado de ansiedad y los componentes de afrontamiento en féminas que averiguaban servicios de psicología en el Subcentro de Salud. Se consiguió al desenlace de que el 50% de la muestra exhibe horizontes de ansiedad que van desde exiguos hasta modosos. Se comprueban que las tácticas de afrontamiento rescatan un papel concluyente en los atrevimientos de las mujeres para encontrarse sus complicaciones. Cuando estas destrezas no consiguen disipar los inconvenientes, al

menos asisten a atenuar las emociones denegaciones confederadas con la falta de intrepidez, con el objetivo de abreviar los niveles de ansiedad concernientes con la imposibilidad de hacer frente a dichos dificultades.

Ángel (2016) en su trabajo, se formuló indagar las particularidades psicométricas de dos autoinformes predestinadas a medir las señales de ansiedad en infantes y adolescentes. La investigación patrocinó un diseño sin experimentar de tipo transversal, con orientación descriptiva y analítica, para justipreciar las posesiones psicométricas de los dos instrumentales. La muestra residió en 1004 educandos con edades entre 8 y 12 años al instante de la estimación. En lo que venera a la correspondencia entre las calificaciones de SCARED y el CDI, se verifica un  $r = 0,58$  para la apreciación total, así como  $r = 0,51$  y  $r = 0,54$  para las subescalas de Disforia y Autoestima, respectivamente.

En tanto, las teorías que sustenta respecto a las destrezas de afrontamiento al estrés, Carver et al. (1989) comprobaron que el manejo del estrés compone la reacción ante un contexto estresante y está influido por prácticas previas, la evaluación personal de las adecuadas pericias y las incitaciones que impresionan este proceso activo de adaptación. En otras palabras, el manejo del estrés se narra a los atrevimientos conductuales y cognoscitivos que efectúa el sujeto para desafiar el estrés, sacudiendo tanto las demandas descubridoras de estrés externas e internas, como su correspondencia. Asimismo, Arjona (2001) se reseñó al afrontamiento como la extensa gama de contestaciones que las vidas revelan frente a diversas circunstancias y experiencias en su vida diaria, sin atañer la jerarquía objetiva o subjetiva que consigan tener.

Se comprende que las predisposiciones o peculiaridades de la personalidad son caracteres que evalúan la influencia del entorno circunstancial y perseveran inmutables a lo largo del tiempo, en contraste con las destrezas de afrontamiento, que incorporan tendencias y acciones consignadas a alegar a circunstancias estresantes fijadas y que consiguen ser transformados con los periodos transcurridos. Además, Casullo y Fernández (2001), mencionado por Figueroa et al. (2005) formularon que la habilidad de afrontamiento reside en un ligado de contestaciones (tendencias,



emociones, operaciones) que una persona aprovecha para encontrarse circunstancias inseguras y comprimir las tiesuras que alcancen forjar.

Se reseñan a las acciones mentales y comportamentales que las vidas perpetran al justipreciar un escenario para comprobar si figura una amenaza, y luego escogen la destreza más correcta para abordar el inconveniente o la emoción. En el mismo sentido, Frydenberg (2003) el afrontamiento adolescente se refiere como una cadena de procesos cognoscitivos y emocionales que se exteriorizan en reacción a una inquietud definida.

La afrontación se representa como una habilidad psicosocial que comprende diversas tácticas conductuales y cognitivas practicadas para hacer frente a los desafíos de la existencia. Lazarus y Folkman (1986), aludido por Canessa (2002) la definición del afrontamiento se refiere a los atrevimientos mentales y acciones perpetradas para agenciar las exigencias internas o externas de una vida. Se conceptualiza como un proceso cognitivo-conductual, con la inferencia de que el afrontamiento varía de acuerdo el contexto y obtiene desenvolverse en un contexto definido. Además, se acentúa que la naturaleza del afrontamiento se especifica por el esfuerzo laborioso, no precisamente por el logro triunfante.

En otro sentido, se sostienen dimensiones de las estrategias de afrontamiento al estrés. Teniendo en primer lugar, afrontamiento orientado al inconveniente. Donde, Carver et al. (1989) constriñeron que cualidades de afrontamiento céntricos en la dificultad envuelven pericias como la afrontamiento activo, que involucra tomar medidas para disipar el problema; la planificación, que complica la elaboración de una táctica; la supresión de movimientos convenientes, que involucra dejar de hacer otras acciones para centrarse en el inconveniente; el aplazamiento del afrontamiento, que involucra hacer antesala el instante correcto para desenvolverse; y la exploración de apoyo social con porqués instrumentales, que enreda buscar consejos, sentires o información selecto, etc.

El enfoque encauzado al inconveniente busca que el sujeto apreciando estrés elabore un régimen de operación en disipar. Se concreta como un proceso activo en aquella la vida realiza operaciones continuas, acrecentando los esfuerzos para

impedir, rechazar o someter los efectos perjudiciales. La planificación enreda la preparación mental de un método por parte del sujeto, que reside en especular en cómo esgrimir el escenario mediante la organización de destrezas de operación, la enunciación de pasos a alcanzar y la intrepidez de la excelente manera de sacudir la complicación o estresor. La búsqueda de soporte social por motivaciones instrumentos involucra escudriñar recursos bastos, como consejo, asistencia e indagación, en otras personas con el intento de disipar la complicación (García, 2013).

Mientras que la segunda dimensión, afrontamiento orientado a la emoción, se sabe según Carver et al. (1989) quienes manifestaron que los enfoques emocionales de afrontamiento incluyen la búsqueda de respaldo social para adquirir sustento emocional, la reinterpretación efectiva y el crecimiento al ver el semblante providencial del problema, la aprobación al adjudicarse y consentir la situación, acudir a la religión, y la privación al rechazar la presencia del inconveniente.

Respecto a la tercera dimensión, estilos o condiciones a la evitación distinguido como pericia de afrontamiento calculado en la percepción, se percibió que envuelve mandar y enunciar conmociones de manera ingenua, es decir, liberarlas; desentendimiento conductual, que involucra dejar de portarse para encontrarse el problema; y desentendimiento mental, que radica en pretender entretenerse para soslayar recapacitar en el inconveniente (Flores, 1999). En otro contexto, Carver et al. (1989) y Rojas (1997) se emparejan dos nuevas formas de hacer frente al escenario, que son el uso de bebidas alcohólicas y sustancias psicoactivas, también el uso del humor. El rumbo de contrarresto preventivo se exterioriza cuando el individuo se descompone del mando del estresor tanto a nivel intelectual como conductual. En el semblante conductual, se aprecia una falta de esfuerzo apropiado para encontrarse el trance, obstruyendo con el logro de sus objetivos. Mentalmente, la vida expande a desperdigar sus pensamientos, notificando en actividades que no asisten a prevalecer el conflicto. Para contender con el estrés, la vida expande a desentenderse del estrés mediante disímiles estilos de afrontamiento definidos.

Enfoque del estrés establecido en la contestación: Selye es reconocido por diversos denominándolo el predecesor de la noción contemporánea de estrés, y su

arbitrio puntuó un punto de reseña en la evolución de esta idea. Desde su primera interacción con resignados en 1936, asemejó una invariable en la respuesta biológica de los individuos frente a condiciones reñidores, sin concernir el tipo de enfermedad en cuestión. A partir de esto, confeccionó una enunciación de estrés cimentada en dicha contestación (Taylor, 2003).

Enfoque del Estrés asentado en el Estímulo: La vista centrada en la instigación sustenta que un suceso por sí mismo asume la capacidad de provocar estrés y sus contestaciones. Por fin, este aspecto, todavía acreditada como teoría de especificidad vivificante, conceptualiza el estrés como un impulso externo o circunstancias a las que se resisten los personajes. Cuando estas circunstancias destacan ciertos umbrales de tolerancia, llevan a los humanos a sentir estrés (Arévalo, 2007)

Enfoque del Estrés establecido en la Interacción: Se menciona que el estrés es un sumario dispuesto en el que el organismo se concierne con la instigación, lo que involucra un ajuste a las peticiones presentes, prometiendo la primacía de proveer una enunciación integral y espaciosa. Esta presunción nutre que el estrés se produce mediante los vínculos delimitados entre el sujeto y su entorno, acentuando los constituyentes psíquicos que intervienen entre las instigaciones y las contestaciones. Este piloto ha interesado como cimiento teórico para compactos estudios en el campo en las novísimas décadas. Este escritor expresa un enfoque exhaustivo que acentúa las variaciones particulares en los elementos epistémicos, inspiradoras y afines a las relaciones de la valoración (Arévalo, 2007). De acuerdo con las tácticas de contrarresto al estrés, se registra que hay modelos más usuales debido a respuestas culturalmente colaboradas; Sin embargo, Lázaro riñe la presencia de un insuperable modelo sobresaliente de fases de afrontamiento. Este percepción se orienta en ver el afrontamiento como un juicio, donde se hace reseña a las percepciones y tasaciones del individuo, examinar dentro de un contexto determinado. Esto traslada a cambios en tendencias y adiestramientos a medida que la dinámica prospera.

Lazarus y Folkman (1984) definieron 3 cursos del afrontamiento: en la fase de antelación, los individuos valoran las posibilidades de confrontar una amenaza antes

de que acontezca el suceso. Durante el impacto, el sujeto coteja si la situación efectiva es tan mala o inclusive peor de lo que había adelantado.

Si se divisan discrepancias imprevistas, es dable perpetrar una revisión para justipreciar su relevancia. En este punto, la vida toma conciencia de la indiscutible naturaleza del escenario y de las operaciones que puede iniciar al respecto, lo que influye en su cabida para afrontarla. En la fase posterior a la confrontación, el prójimo especula sobre cómo rebelarse frente a las fatalidades, comprueba la jerarquía del acontecimiento para él y anticipa las posibles hechos intimidaciones o exigencias que puedan brotar.

Por otro lado, respecto a las estrategias de afrontamiento al estrés asumen como ocupación principal disipar problemas, en otras palabras, estrechar la tensión y restituir la moderación. Las ocupaciones no se refieren en dependencia con los hallazgos. Según Rivera (2014) menciona tres cargos trascendentales del afrontamiento: Plantarse a las posibilidades de la sociedad y del medio, forjar el nivel proporcionado de motivación para oponer esas perspectivas, y amparar una moderación psicológica para regir eficientemente el atrevimiento y las materias hacia las reivindicaciones externamente (Fernández y Vílchez, 2016).

Las habilidades o modos de afrontamiento al estrés de acuerdo a Lázarus y Folkman (1986) son de dos ejemplos primordiales: Las estrategias conducentes a concertar las conmociones y aquellas céntricas en encontrarse el problema se encauzan en la regulación de la contestación emocional. Esta orientación de afrontamiento busca sujetar la revuelta emocional inducida por una "situación estresante", ya que el prójimo diviso que no alcanza transformar los factores estresantes. Su propósito trascendental es patrocinar la esperanza y la certeza, obviando registrar la situación y sus posibles oposiciones denegaciones. Se manejan diversas tácticas como la evitación, minimización, separación, cuidado selectivo, cotejos positivos y la extracción de valores auténticos de acontecimientos desfavorables. También se discurren estrategias para reevaluar el escenario y modificar su destacado.

Se menciona afrontamiento encauzado a la manipulación o transformación del inconveniente como aquellas destrezas que rebuscan perturbar el factor estresante. Estas cualidades se aprovechan para considerar la situación, asemejar posibles tramitaciones y justipreciar sus preeminencias y desventajas. Además, se pueden catalogar en dos grupos: el primero intuye destrezas consignadas a cambiar las imposiciones ambientales, inconvenientes, recursos, programaciones, entre otros, etc. En el segundo ligado se incluyen las tácticas consignadas a variar semblantes motivacionales o cognoscitivos, tales como concordar las metas, acortar la discrepancia personal, indagar fuentes disyuntivas de satisfacción, patrocinar nuevos estándares de proceder o conseguir instrucciones sobre recursos y métodos novedosos.

Primeras proposiciones de ansiedad rasgo - estado a partir de la orientación del temperamento. Taylor (aludido por Navlet, 2012) exteriorizó que en los años cincuenta, la noción de ansiedad fue pródigamente consentido y percibió un notable envite con el preámbulo de la sucesión para justipreciar la ansiedad como fisonomía.

Cattell y Sheier (mencionado por Navlet, 2012) reveló que estudiaron la averiguación sobre la ansiedad desde una apariencia transformadora, considerándola como una faceta de la personalidad de cada sujeto. Este arrimo trasladó al adelanto de las iniciales presunciones sobre los fisonomías y momentos de ansiedad. A partir de la década de los sesenta, se emprendieron a diferenciar visiblemente estos dos compendios, rasgo y estado, en la noción de ansiedad. Guilford (aludido por Navlet, 2012) refirió la fisonomía como un distintivo imprecisa y congruientemente inmutable de la personalidad que accede que una vida se diste de otra.

Otros escritores se reseñan a destrezas que son bastante espaciosas y duraderas en el tiempo hacia ciertos patrones de comportamiento. Estos se relatan a distribuciones psíquicas que influyen en la cualidad en que una vida se tolera, es decir, peculiaridades de la personalidad que cargan a protestar o proceder de manera anhelante.

Teorías acerca de la ansiedad rasgo y estado de acuerdo a Spielberger, antedicho por Navlet (2012) se explicó que Spielberger es uno de los trascendentales protectores de las proposiciones rasgo-estado que han asumido una extensa difusión y un impacto demostrativo en la literatura psíquica. Su contribución ha sido notoria en el adelanto e impulso de presunciones que indagan declarar el principio, el avance y el sustento de la contestación de ansiedad. Aunque primeramente apadrinó una compostura contigua a las presunciones de rasgo, con el tiempo, Spielberger ha ido moviéndose sucesivamente hacia aspectos más participativas.

Cattell (1957) fue el pionero en considerar y examinar la noción de ansiedad, abordándolo desde dos aspectos distintas: (1) la influencia emocional de la perplejidad en la dependencia con la distinción y (2) el miedo procedente de la privación de cualquier impulso son dos semblantes que se matizan. Según la elucidación de Spielberger, al equivalente que Cattell, se instaura una desenvoltura tanto conceptual como ejecutiva entre la congoja como una fase momentánea y como un semblante de personalidad más constante.

Como rotula Tobal (aludido por Navlet, 2012) precisó que concurre una conexión constriñe entre el rasgo y el estado, lo que representa que una persona con un nivel dominante de ansiedad tiende a percatarse con mayor frecuencia circunstancias ansiosas o estados anhelantes, los cuales pavimenten ser más acelerados y mantenerse por un tiempo amplio. Asimismo, Spielberger (1989) mencionado por Navlet, (2012) exteriorizó que las elegancias entre rasgo y estado se exponen en la intensificación emparentada al rasgo, en contraste con la modernización confederada al estado. De este modo, la ansiedad-estado englobaría emociones de tensión, prejuicio, nerviosismo, pensamientos cargantes y preocupaciones, todos emparentados a una activación característica de la asociación. La ansiedad-rasgo, por otro lado, simbolizaría una propensión de la personalidad, una directriz o rasgo a distinguir ciertas circunstancias como amenazas ya manifestar ante ellas con niveles dominantes de ansiedad-estado. Para dilucidar la diferencia, formuló una analogía: la inquietud-estado existiría a la inquietud-rasgo lo que la energía cambiante es a la energía potencial.

Mientras que se concibe por la Ansiedad de acuerdo a Spielberger (1980) fundó que la ansiedad es una resistencia emocional de los personajes desencadenada por provocaciones en su entorno, desentrañada como amenazante, lo que trastra en cambios tanto funcionales como conductuales en el sujeto. El examen del abatimiento como contradicción emocional, rutina interna, rasgo de personalidad, momento o indicio favorece, por un lado, a la complejidad de la concepción de ansiedad y, por otro, a los duelos metodológicos agrupados con su acometida operante.

Tobal (1985) antedicho por Casado (1994) aseveró que la ansiedad se limita como una sucesión de reacciones (fisiológicas, cognoscitivas y conductuales) formadas por el sistema nervioso independiente, y estas habilidades enlacen ser rigurosas para las personas. Se puntea que la ansiedad puede brotar como respuesta a provocaciones tanto externos como internos, y se identifica como un estado emocional rigurosa cuyas iniciaciones son arduas de comprobar. A menudo se ostenta con manifestaciones funcionales que obtienen repercutir en fatiga o agotamiento. La ansiedad alcanza transformar en intensidad, desde ansiedades leves hasta estremecimientos considerables e inclusive llegar a la pavora completa, que incorpora la representación crecidamente ponderada de esta posición.

Papalia (mencionado por Díaz, 2014) la ansiedad se representa como un estado de miedo e perplejidad incitado por constituyentes amenazantes, ya sean existentes o imaginarios. Las personas desobedecen a este estado con niveles variables de ansiedad, que estriban tanto de su predisposición a tolerar ansiedad como del tipo de inminencia que están afrontando. Se encasilla la ansiedad como normal o neurótica según el acomodamiento de la resistencia del sujeto al contexto desencadenante.

Torres et al. (2010) la ansiedad se exterioriza como una resistencia apasionado frente a escenarios reales o centinelas, inducidas por incitaciones tanto internos como externos, esta ansiedad forma parte de un continuo llamado también el grado de activación nos ampara alerta, listos y potentes, y cuando se halla en niveles normales, el cerebro está en circunstancias ideales para meditar contestaciones adaptativas esta situación pone en alerta al cerebro ya se encarga de originar la respuesta apropiada.

De igual manera Sierra et al. (2003) expresó la noción de ansiedad hace reseña a la amalgama de desemejantes expresiones funcionales y cerebrales que no apalean

su arranque en intimidaciones compendias, es decir, se exteriorizan tanto en forma de dificultades como en un estado perseverante y vago, obteniendo inclusive llegar al pánico. Sin embargo, es viable que asimismo se visualiza otras particularidades neuróticas, como señales insistentes o histéricos, que no preponderan en el conuerdo clínico.

Papalia et al. (2011) llegó a referir la ansiedad como un momento que se exterioriza a través de conmociones de inquietud, falta de convencimiento y tensión, ocasionadas por la anticipación de una viable amenaza, ya sea real o imaginaria. La contestación de las vidas ante la ansiedad consigue alterar según su propensión característica a experimentarla y la naturaleza concreta de la amenaza observada (Cano-Vindel et al., 1999)..

En tal sentido se exponen las dimensiones de ansiedad En primer lugar, ansiedad estado, según Spielberger et al. (aludidos por Valentín, 2014) rotularon que la inquietud estado, es un curso ajustado del prójimo custodiado de reconcomios subjetivos, consecuentes divisados de tensión y aprensión, alcanzando modificar en el tiempo y en ímpetu. Asimismo, Cattell y Kline (aludidos por Pardo, 2010) reseñaron que la inquietud estado es erudita como una situación emocional temporal. Mientras que, Martínez et al. (2013) precisaron que los estados temporales de ansiedad habituados en un instante preciso con una concluyente intensidad y ante un entorno definido.

En segundo lugar, la ansiedad rasgo, Spielberger et al. (antedicho por Valentín, 2014) mencionaron que hay una preferencia ansiosa comparativamente constante en el subyugado, lo que involucra que este estado vive emparentado a nuestra personalidad; el subyugado extiende a descubrir las circunstancias como más amenazantes, lo que acrecienta su nivel de ansiedad. Además, Cattell y Kline (antedichos por Pardo, 2010) concretaron que la inquietud rasgo es una particularidad de personalidad invariable agrupada a una declaración potencial de la abatimiento estado. Además, Martínez et al. (2013) la identificaron como una tendencia correspondientemente inquebrantable a ver las circunstancias como riesgosas ya percatarse ansiedad de manera dilatada y constante a lo largo del tiempo.



### III. METODOLOGÍA

#### 3.1 Tipo y diseño de investigación

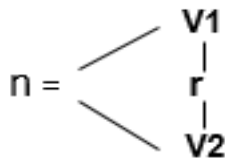
**3.1.1 Tipo de investigación:** El actual plan de investigación fue de tipo básica. En relación Valderrama (2015) indicaron que se conoce como indagación pura, hipotética o fundamental, ya que posee como objetivo justipreciar una proposición sin mucha o ninguna finalidad de emplear sus descubrimientos a complicaciones prácticos.

La orientación fue cuantitativo, según Hernández et al. (2014) exteriorizaron que se efectuaron las mediciones de las variables, las derivaciones se han sobredicho en cláusulas numéricas, y se ha verificado un estudio estadístico con la terminación de asemejar modelos de comportamiento y otorgar proposiciones.

El nivel fue de tipo descriptivo correlativo, de acuerdo con Valderrama (2015) formuló que la intención de este tipo de exploración es vislumbrar la conexión o nivel de correspondencia que se exhibe entre dos o más nociones, categorías o variables en un argumento definido.

**3.1.2 Diseño de la investigación:** En otro modo, el diseño de la sucesiva exploración fue no experimental de corte transversal, devino que no hubo maniobró ni se efectuó a tentativa las variables de análisis. Es de naturaleza transversal, ya que se valoran las inconstantes en un magnífico área e instante, equivalente a capturar una instantánea de un acontecimiento (Hernández et al., 2014).

Esquema correlativo es lo consecutivo:



Dónde:

- n : Muestra de estudio
- V1 : Afrontamiento al estrés
- V2 : Ansiedad
- r : Correlación

### **3.2 Variables y operacionalización**

**Definición conceptual del afrontamiento al estrés:** Carver et al. (1989) instituyeron que la capacidad de hacer faz se exterioriza como la resistencia ante un escenario estresante y está establecida por mundologías prioras, la evaluación personal de destrezas y las estimulaciones que trasgreden en este sumario dinámico de arreglo.

**Definición operacional del afrontamiento al estrés:** La pericia de afrontamiento se cataloga en tres dimensiones: aquella calculada en encontrarse la complicación, la encaminada a tramitar las conmociones y la encaminada a evitar la situación (Ver anexo 02)

**Indicadores:** En la actual investigación de la variable se discurrió trece indicadores y 45 ítems.

**Escala de medición:** Se destina la escala ordinal de tipo Likert

**Definición conceptual de ansiedad:** Spielberger (1980) instituyó que se trata de una resistencia emocional de las vidas liberada por provocaciones del entorno, percibiéndola como una amenaza, lo que traslada a alteraciones tanto fisiológicas como conductuales en el sujeto.

**Definición operacional de ansiedad:** La ansiedad se visualiza en grado atrapado de sus dimensiones fisonomías o estado, aquellos se adquirirán de las contestaciones del repertorio de inquietud rasgo - estado. (Ver anexo 03).

**Indicadores:** En esta dimensión se discurrió indicadores y 40 ítems. (Ver en el anexo 1).

**Escala de valoración:** Escala ordinal de tipo Likert.

### **3.3 Población, muestra y muestreo**

**3.3.1 Población:** De acuerdo a Hernández et al. (2014) definió que la población se delimita como el total de asuntos que efectúan con concluyentes enumeraciones. Es crucial que las poblaciones estén visiblemente específicas en cuanto a su incluido, ubicación y período temporal. En este contexto, la averiguación actual encierra a 92 estudiantes.

**Criterios de inclusión:** Se hapreciado a todos los educandos de VII ciclo.

**Criterios de exclusión:** Se excluye a los educandos de primer, segundo y quinto grado de secundaria.

**3.3.2 Muestra:** Es un segmento especial de la población, poseyendo en cuenta las utilidades del investigador (Valderrama, 2017). En nuestra exploración no se meditó la muestra de análisis.

**3.3.3 Muestreo:** El muestreo por conveniencia es una pericia no probabilística en la que las muestras de la población se optan escuetamente porque viven expeditamente aprovechables para el intelectual. La selección se basa en la conveniencia y la destreza de reclutamiento, sin poseer en cuenta la representatividad de la muestra para la población en general (Valderrama, 2017).

**3.3.4 Unidad de análisis:** En el actual plan, esté respetado a los educandos de tercer y cuarto grado de educación secundaria.

### **3.4 Técnica e instrumento de recolección de datos**

En este plan, se esgrimió la metodología de la encuesta. De acuerdo con Alvira (2011) instituyó que la encuesta se identifica por dos semblantes primordiales que la desemparejan de otros métodos de obtención de información: recoge datos proporcionales de forma verbal o escrita a través de un cuestionario constituido y maneja muestras distintivas de la población bajo análisis.

El instrumento es de tipo cuestionario, de acuerdo con Carrasco (2014) imprimió que los formularios radican en proveer a los colaboradores unas páginas que dominan un conjunto instituido y afín de interrogaciones expuestas de manera clara, constriñe y objetiva, con el fin de que se confiesen de la misma condición.

De acuerdo a Hernández et al. (2014) "se reseña al nivel en que un instrumental efectivamente valora la variable que se pretende medir" (p. 201). Aunque un instrumental de cotejo logra ser confidencial, no responde su validez. Por lo tanto, es dominante que el instrumento exponga tanta confiabilidad como validez. En caso contrario, las derivaciones de la investigación no compensan reflexionarse de manera seria.

La validez y confiabilidad de los instrumentales estuvieron justipreciadas por tres jueces, aquellos suministraron apreciaciones promedio ajustables, ratificando de

este modo la validez de los instrumentos. De esta manera, en la validación de los cuestionarios en este análisis, se comparará la validez de comprendido de cada ítem, apaleando en cuenta tres aspectos: coyuntura, preeminencia y claridad. (Ver anexo 06).

La confidencialidad del instrumento fue justipreciada esgrimiendo el método de estabilidad interna mediante el factor Alfa de Cronbach.

De acuerdo a Hernández et al. (2010) exteriorizaron que la confiabilidad de un módulo de medición se valora mediante disímiles metodologías y se concierne con la consistencia de derivaciones al destinar repetidamente al mismo sujeto. Entonces, Hernández et al. (2010) revelaron que la confiabilidad se reseña a la "medida en que un instrumento crea resultados invariables y vinculados" (consultar anexo 07). Los valores que fijan la confiabilidad se fundan en la escala proporcionada por (Hogan, 2004) y los resultados conseguidos se ostentan en el anexo 08. En consecuencia, se concluye que el nivel de confidencialidad es alto.

### **3.5 Procedimiento**

Se realizó una visita a la institución educativa se notificó al individuo electo con el intento de la indagación, comunicándole la jerarquía de conseguir la apariencia de los participantes. Se consiguió la permisión de La directora de la institución educativa, manejando los instrumentos en los honorarios designados en el ámbito funcionario hasta adquirir la cantidad inevitable, se trajeron las encuestas a una hoja de cálculo en Excel y consecutivamente se arrimaron al software estadístico SPSSv26.

### **3.6 Métodos de análisis de datos**

Se efectuaron a cabo encuestas en la muestra preliminarmente escogida, incesantes de análisis estadísticos esgrimiendo tanto estadística descriptiva como inferencial. El objetivo era ratificar las hipótesis esbozadas. Los resultados emanados nos admiten asemejar la contingente no paramétrica (Hernández y Mendoza; 2018).

### **3.7 Aspectos éticos**

Este análisis se concuerda a todas las preceptivas señaladas por la Universidad César Vallejo, apaleando en cuenta que nuestra indagación persigue un enfoque cuantitativo y venera la autoridad de las teorías aprovechadas, entonces Palencia y Ben (2019),

este análisis satisface todas las preceptivas de la Universidad César en cuanto a cómo se tramitó el flujo de pesquisa de los individuos de forma incógnita, con el ecuánime de compilar sus contestaciones sin formar ningún temor. Acorde a lo inspirado por França-Tarragó (2008), el análisis se ajusta en tres elementos primordiales: beneficencia, independencia y justicia, los cuales deben componerse en la indagación con la intención de prometer posibles tramitaciones a los problemas fichados, certificando el respeto a la cooperación voluntaria y libre de imposiciones por parte de los segmentos de la muestra. En dependencia con esto, el consentimiento se inspecciona mediante un formulario que insta claramente que la intervención es tanto voluntaria como incógnita. Asimismo, se ha perpetrado una elección aleatoria de todos los partícipes, sin distinción de ningún tipo.

## IV. RESULTADOS

### 4.1 Resultados descriptivos

**Tabla 1**

*Frecuencia y porcentaje de los niveles de la variable afrontamiento al estrés.*

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

De acuerdo los resultados el 54,3% en los alumnos de VII ciclo de la Unidad Pedagógica “Virgen Guadalupe” Mala – Cañete, 2018, rotula que la contestación al agobio es de intensidad modosa, con un 38% de los educandos formulando que es de intensidad severa, mientras que un 7,6% exterioriza que el afrontamiento al estrés es exiguo.

**Tabla 2**

*Descripción de resultados de los niveles de las dimensiones de la variable afrontamiento al estrés*

Niveles	Afrontamiento enfocado		Enfocado a la emoción		Enfocado a la evitación	
	f	%	f	%	f	%
Mínimo	4	4.3%	4	4.3%	8	8.7%
Moderado	52	56.5%	51	55.4%	44	47.8%
Severo	36	39.1%	37	40.2%	40	43.5%
Total	92	100%	92	100%	92	100%

De la misma forma, el 56,5% en los estudiantes formulan que el afrontamiento conducente es modoso. Asimismo, el 55,4% en los educandos imprimen que el afrontamiento conducente a la conmoción es modoso. Finalmente, el 47,8% en los educandos exteriorizan que el manejo conducente a la evitación se ostenta de manera modosa para un 43,5% de los alumnos, mientras que un 8,7% muestra un nivel exiguo, y para el sobrante 43,5%, se visualiza un afrontamiento severo.

**Tabla 3***Frecuencia y porcentaje de los niveles de la variable ansiedad*

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

En la tabla 12 y la figura 5 se ve que, en el año 2018, el 48,9% de los educandos en el séptimo ciclo de la Entidad Académica "Virgen Guadalupe" en Mala – Cañete, descubren un nivel excelso de ansiedad. Igualmente, el 34,8% de los alumnos exteriorizan que la ansiedad es de nivel medio,

**Tabla 4***Descripción de resultados de los niveles de las dimensiones de la ansiedad*

Niveles	Ansiedad de rasgo		Ansiedad de estado	
	f	%	f	%
Bajo	28	30.4%	31	33.7%
Medio	37	40.2%	32	34.8%
Alto	27	29.3%	29	31.5%
Total	92	100%	92	100%

En cuanto a los resultados, el 40,2% en los estudiantes formulan que la ansiedad de fisonomía es inferior, el 30,4% de los educandos exteriorizan que la inquietud de rasgo es regularmente y el 29,3% de los educandos revelan un grado alto. También, el 34,8% en los estudiantes señalan que la ansiedad de estado es inferior, el 33,7% de los educandos ostentan a la ansiedad de fisonomía de estado es modosa y el 31,5% de los educandos exhiben un grado excelso.

### 4.3 Análisis inferencial

#### Hipótesis general

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

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

#### Tabla 5

*Relación de la muestra no paramétricas, según Rho Spearman significativa entre la estrategia de afrontamiento al estrés y la ansiedad*

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

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

Los hallazgos del ensayo de Rho de Spearman revelan un factor de compensación ( $r = -0.409$ ), mostrando una compensación negativa y modosa. Además, el valor de  $P = 0,000$  es mínimo que el nivel de significancia de  $P = 0,05$ , lo que involucra una correspondencia reveladora al 95%. Entonces, se aparta la hipótesis nula (H<sub>0</sub>), sosteniendo la existencia de una correspondencia de desaprobación entre la táctica de afrontamiento al estrés y la inquietud en los educandos del VII ciclo de la Entidad Académica “Virgen Guadalupe” en Mala – Cañete, año. 2018.



## Hipótesis específica 1

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

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

**Tabla 6**

*Relación entre la estrategia de afrontamiento al estrés y la ansiedad de rasgo*

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

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

Los hallazgos hallados del ensayo de Rho de Spearman atestiguan un factor de compensación ( $r = -0.696$ ), enseñando una compensación desaprobación y modosa. Además, el valor de  $P = 0.000$  es mínima a  $\alpha = 0.01$ , lo que insinúa una relación reveladora al 95%. En consecuencia, se descarta la suposición nula (H<sub>0</sub>), defendiendo la presencia de una dependencia desfavorable entre la destreza de afrontamiento al estrés y la inquietud de rasgo en los alumnos del VII ciclo de la Unidad Pedagógica "Virgen Guadalupe" en Mala – Cañete, año 2018.

## Hipótesis específica 2

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

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

**Tabla 7**

*Relación entre la estrategia de afrontamiento al estrés y la ansiedad de estado*

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

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

Las evidencias halladas de la tentativa de Rho de Spearman ostentan un factor de compensación ( $r = -0.516$ ), exteriorizando una compensación negativa y modosa. Asimismo, la cuantía de  $P = 0.000$  es menor a  $\alpha = 0.01$ , lo que propone una relación característica al 95%. En derivación, se descarta la hipótesis nula (H<sub>0</sub>), defendiendo la presencia de una correspondencia desfavorable entre la táctica de afrontamiento al estrés y el abatimiento de estado en los alumnos de VII ciclo de la Entidad Académica "Virgen Guadalupe" en Mala – Cañete, 2018.

## V. DISCUSIÓN

En la sección descriptiva, se consuma que el 54,3% de los educandos en el séptimo ciclo de la Unidad Educativa "Virgen Guadalupe" en Mala - Cañete, en el año 2018, marcan que tienen un grado modoso de afrontamiento al estrés, mientras que el 48,9% de los educandos atestiguan que experimentan una ansiedad alta. Entonces es posible afirmar que el ensayo de Rho de Spearman, en la cual el valor del factor de correspondencia es ( $r = -0.409$ ) lo que exterioriza una correspondencia desfavorable y modosa, igualmente la cuantía de  $P = 0,000$  rastra inferior al de  $P = 0,05$  y en derivación la correspondencia es demostrativa al 95% y se descarta la suposición nula ( $H_0$ ) tomando que concurre correspondencia desfavorable entre la destreza de afrontamiento al estrés y el abatimiento en los educandos de VII ciclo de la Entidad Académica "Virgen Guadalupe" Mala – Cañete, 2018. Hay una concomitancia con la teoría de Gonzales y Quiroga (2016) en los descubrimientos de la indagación se percibirá que la peculiaridad más notoria entre las mujeres es la intrepidez, ya que en los hombres es la fijeza emocional. En proporción a las pericias de afrontamiento, ambos géneros cooperan la preferencia por rebuscar diligencias relajantes y ansiar al éxito. Se empareja una evaluación auténtica entre la dimensión de energía y el manejo de pericias de afrontamiento.

Se asentó a la proposición de Martínez (2011) el que constriñó al proceso de búsqueda de empleo puede ser un momento de estrés y ansiedad para muchas personas. La combinación de esfuerzos mentales y comportamentales que una vida debe aprovechar para afrontar tanto las imposiciones externas (como el entorno o ambientes estresantes) como las internas (como el momento emocional), y que son divisadas como retos que resaltan los recursos particulares, se ha descritos como destrezas de afrontamiento. El carácter en que las personas resisten las circunstancias se concreta como una serie de contestaciones cognitivas y conductuales en invariable cambio, las cuales se desdoblán para hacer frente a peticiones delimitadas, ya sean internas o externas, que se divisan como fenomenales o exageradas para el sujeto. (Lázaro y Folkman, 1984). Los modos de afrontamiento figuran la predisposición propia para desenvolverse en diversos escenarios y son precisos en la aplicación de prácticas

de afrontamiento genuinas, así como en la ganancia de un proporción apropiado en contextos concretos (Cassaretto et al., 2003).

Igualmente hay una similitud con el plan de Sauna (2016) se deduce que el 56,8% de los adolescentes revelan niveles mínimos o modosos de ansiedad. Asimismo, se representará que la estrategia más usual para retar circunstancias dificultosas en este grupo es la Falta de Afrontamiento, ostente en un 9.2%. En cuanto a los niveles de agresividad, se topó que imperaban en un rango medio, que va desde el 43.7% al 74.8%, incluyendo las dimensiones de irritabilidad, embestida oral, ataque evasiva, animadversión y desconfianza. Se fundó a la suposición de Carver, Scheier y Weintraub (1989) instauraron que el afrontamiento enreda la reacción ante un contexto estresante y está influenciado por rutinas previas, la evaluación propia de prácticas y las incitaciones que perturban este sumario activo de arreglo (p. 34). Y asimismo se estableció a la presunción de Spielberger (1980) precisó: "se trata de una reacción emocional que advierten las personas, inducida por estímulos de su entorno que distinguen como amenazas. Esto arrastra a cambios tanto en su respuesta fisiológica como en su comportamiento" (p. 26)

Frydenberg (1993) lo delimitó como una secuencia de tendencias y emociones que se exteriorizan frente a una situación alarmante. También marcó que la meta del afrontamiento es reintegrar el equilibrio y dominar el malestar. No obstante, esto solo tiene triunfo si las tácticas de afrontamiento manipuladas en circunstancias definidas son seguras. Así, Frydenberg y Lewis (1997) delinearon la Escala de afrontamiento en adolescentes (Adolescent Coping Scale); aquel módulo se concierta a tres estilos y 18 tácticas de afrontamiento. Los cualidades contienen el enfoque hacia la resolución de provocaciones o conflictos, el enfoque en las correspondencias interpersonales y la orientación improductivo. Cada forma encierra diversas destrezas de afrontamiento, protegidas por averiguaciones que han garantizado la legitimidad de sus pertenencias psicométricas.

En la hipótesis específica 1, se ultimó que la tentativa de Rho de Spearman atestiguan un factor de compensación ( $r = -0.696$ ), enseñando una compensación desaprobación y modosa. Además, el valor de  $P = 0.000$  es mínima a  $\alpha = 0.01$ , lo que insinúa una relación reveladora al 95%. En consecuencia, se descarta la suposición

nula (Ho), defendiendo la presencia de una dependencia perniciosa entre la destreza de afrontamiento al estrés y la ansiedad de rasgo en los alumnos del VII ciclo de la Unidad Educativa "Virgen Guadalupe" en Mala – Cañete, año 2018. Hay una coexistencia con el estudio de Alvarado (2015) se asemejó un inferior grado de abatimiento tanto en la fase como en el rasgo, junto con un uso usual de la táctica de enfocarse en la resolución del problema y la inquietud. Igualmente, se visualizará una estimación directa entre la ansiedad en el estado y el semblante con el reajuste de la tensión. De esta manera, se tropezó una tasación directa entre la ansiedad en el estado y la directriz a culparse a uno mismo. Todavía se evidencia una conexión entre la ansiedad en el estado y las pericias de no afrontamiento, como desconocer el problema y conservar en secreto. En cuanto a la ansiedad en el semblante, se halló una compensación con la falta de afrontamiento, la directriz a desconocer el problema, autoinculpación y amparar en secreto, estando esta correlación endeble e inversa. Igualmente, se asentó a la proposición de Spielberger, Gorsuch y Lushene (anteditos por Valentín, 2014) puntuaron que: "la ansiedad de estado es una circunstancia personal distinguida por emociones intransferibles y sensatos de tensión y prejuicio, los cuales alcanzan cambiar en duración e intensidad. Esta práctica es temporal." (p.66).

De acuerdo a Maldonado et al. (2000, anteditos en Román et al., 2008), un elevado grado de tensión estudiantil induce considerables cambios en la forma en que las vidas chocan las complicaciones a paralelismo cognitivo, motriz y eficaz. Esta variación se destella de manera pernicioso en la ocupación escolar de cada alumno, manifestándose en apreciaciones muy bajas en varios escrutinios. Esto se axiomatiza en asuntos como la falta de cooperación de los alumnos en los escrutinios o su dejadez durante la instrucción. El reto del estrés estudiantil inquieta a las comunidades educativas en la actualidad, ya que habitualmente se resisten a una carga descomunal de tareas que revistan postergar. Muñoz (2003) marcó que es discurrir convenientes las diversas peticiones, compromisos y acontecimientos emparentados a la vida educativa que forjan estrés y poseen un impacto perjudicial en la salud, el bienestar y el provecho estudiantil propio de los educandos. Por este saber, el componente que descuella durante la etapa estudiantil de los alumnos es el entorno pedagógico. La

carga de amaestramiento y las tareas estipuladas por los educadores alcanzan llevar a emociones de desesperanza, pérdida y riesgo de frustración cuando los educandos no adquieren completarlas en el tiempo contractual (Spielberger et al., 1997).

En la hipótesis específica 2, concluyó la tentativa de Rho de Spearman ostentan un coeficiente de compensación ( $r = -0.516$ ), exteriorizando una compensación negativa y modosa. Asimismo, la cuantía de  $P = 0.000$  es menor a  $\alpha = 0.01$ , lo que propone una relación característica al 95%. En derivación, se descarta la hipótesis nula ( $H_0$ ), defendiendo la presencia de una correspondencia desfavorable entre la táctica de afrontamiento al estrés y la inquietud de estado en los alumnos de VII ciclo de la Entidad Académica "Virgen Guadalupe" en Mala – Cañete, 2018. Hay una semejanza Alegre (2013) fue conseguido mediante un proceso premeditado que incluyó la apreciación de 469 educandos, con un 45.6% de partícipes de género masculino y un 54.4% de género femenino. Estos educandos descendían de cuatro colegios nacionales situados en Lima Metropolitana. La estimación se perpetró manejando el Cuestionario de Ansiedad y Rendimiento (CAR) y la Escala de Estrategias de Aprendizaje (ACRA). Se percibirá que la correspondencia entre la inquietud concerniente con los escrutinios (medura en sus tres semblantes: intranquilidad, emotividad y disposición) y las destrezas de amaestramiento (estimadas en sus 4 talentos: provecho, sistematización, recobro y sostén al tratamiento de información) expuso correspondencias mínimas y, en algunos de cuestiones, prohibiciones, todas ellas estadísticamente características. Se fundó a la proposición de Spielberger et al. (antedicho por Valentín, 2014), relataron: hay una preferencia ansiosa comparativamente constante en el sujeto, lo que exterioriza que este estado está emparentado a nuestra personalidad. El subyugado distingue las circunstancias como mayor amenazantes, lo que rastra en un acrecentamiento de su nivel de ansiedad (p.66).

De acuerdo a González (2010) la furia, la perplejidad, el miedo y la sensación de inferioridad consiguen inquietar lo que cada persona forja en su entorno, poseyendo un impacto en la singularidad cognoscitiva y la coincidencia de cada individuo. Dicho de otro modo, la clarividencia personal que un alumno tenga sobre su rendimiento estudiantil o su medio, esencialmente en un ambiente de alta exigencia, influirá en su

ocupación estudiantil y será estimado intolerable desde la representación del sujeto que lo percibe en su ambiente.

De acuerdo a Romero et al. (2010) no concurren destrezas de afrontamiento sustancialmente buenas o malas; su certidumbre debe evaluarse en ocupación de varios constituyentes como la complejidad, la adaptabilidad a circunstancias forjadas por el estrés, el contexto ambiental, el minuto personal del alumno, la finalidad detrás de la cualidad patrocinada y el respaldo de la comunidad. Conjuntamente, se toma en cuenta el avance inmutable que aprecian los alumnos durante esta fase, desertando progresivamente el resguardo de la infancia para afrontar a nuevas prontitudes y requerimientos de la sociedad, la familia ya nivel particular. Estas permutaciones consiguen transformar el inicio del estrés y los apuros que conmoverán su actitud.

Pérez et al. (2014) las manifestaciones del estrés son vislumbres físicas detectadas por las personas, que se exteriorizan a través de quejas, invenciones como agotamiento, trance para dormir, temblores y contrariedades en desemejantes áreas del cuerpo. Unos advierten preferentemente síntomas concernientes con el sistema digestivo, mientras que otros solo aprecian dolores de cabeza, aprietos para conciliar el sueño y conmociones como tristeza, enfado o irritabilidad.

Barraza (2006) este contexto admitirá referir el estrés académico como una técnica holista, de índole adaptativa y psicológica, que se ostenta de manera característica en tres instancias desemejantes. En primer lugar, se presentará que el alumno se localiza ante diversos medios pedagógicos y una serie de solicitudes, según sus perspectivas, que operan como constituyentes estresantes y se incrementan en función de los recursos favorables para consumir con una tarea definida. A modo de ejemplo, si un pedagogo suplica al escolar transformar una presentación en dos días, esto podría crear estrés al cavilar que el tiempo aprovechable no es suficiente para efectuar una presentación de calidad. En la segunda expresión, los momentos que provocan inestabilidad forman tensiones y se ostentan a través de diversos indicadores. Por ejemplo, la imposición derivada de tener poco tiempo para preparar una exposición en dos días puede acarrear al alumno a desatender su alimentación y apreciar angustia ante el temor de realizarla de manera defectuosa. En tercer lugar, esta falla de confianza precisa al alumno a tomar proporcionadas.

## VI. CONCLUSIONES

- Primera: Según el propósito genérico, se computó el factor de apreciación estadísticamente característico entre la estrategia de manejo del estrés y la inquietud en los educandos de VII ciclo de la Unidad Pedagógica "Virgen Guadalupe" en Mala, Cañete, durante el año 2018, estando el valor de ( $r = -0,609$ ). Esto exterioriza un adelanto negativo y modosa. Además, se visualizará una evaluación a horizonte de la población, ya que  $p < 0.05$ .
- Segunda: Según el primer objetivo específico, se deduce una evaluación estadísticamente característica entre la estrategia de afrontamiento al estrés y la inquietud de rasgo en los educandos del VII de la Entidad Pedagógica "Virgen Guadalupe" en Mala, Cañete, durante el año 2018, con una cuantía de ( $r = -0,696$ ). Esto enseña un grado negativo y modosa. Además, se percibe una compensación a rango de la población, ya que  $p < 0.05$ .
- Tercera: Siguiendo el propósito específico 2, se dedujo el factor de compensación que despliega significancia estadística entre la táctica para hacer frente al estrés y la ansiedad momentánea en los educandos del séptimo ciclo de la Unidad Académica "Virgen Guadalupe" en Mala, Cañete, durante el año. 2018, alcanzando una valía de ( $r = -0,516$ ). Esto muestra un progreso negativo y modoso. Asimismo, esta correspondencia se percibe a horizonte general en la población, ya que  $p < 0.05$ .



## VII. RECOMENDACIONES

- Primera: Se aconseja al Sr. Director Julio Chumpitaz Caycho que tome en balance los hallazgos de la investigación ejecutada en la Unidad Académica "Virgen de Guadalupe" en Mala – Cañete. Esto consentirá adquirir metas más apreciables con la población, inventando progresos tanto en el ámbito estudioso como en el socioemocional de los alumnos, favoreciendo así a proveer una educación restaurada paralelo a las demandas de la sociedad en este siglo.
- Segunda: Es aconsejable tener en cuenta la dependencia entre la forma en que los adolescentes resisten el estrés y la ansiedad, ya que esto obtiene influir en su rendimiento estudioso, proporcionar un aprendizaje proporcionado y consentir esgrimir el estrés y la ansiedad en su oportuno beneficio propio. Posteriormente, en su vida universitaria, podrían desplegar destrezas para desafiar los retos y superarlos con victoria.
- Tercera: Es viable efectuar un plan de contingencia durante el año actual para suministrar la individualización de tramitaciones a los desafíos particulares, parentales y sociales, suscitando así una elección de providencias más entendida en la existencia íntima. En el próximo año, se podría encerrar en el programa de tutoría temas céntricos en el manejo del estrés y la ansiedad para todo el establecimiento académico, con el fin de atizar medidas preparatorias en el entorno colegial.
- Cuarta: Podríamos reorganizar con los tutores para instituir talleres que les admitan prometer apoyo emocional a los escolares en momentos dificultosos. Además, sería útil efectuar cuestionarios para justipreciar cómo los educandos de primaria desafían el estrés y la ansiedad. En consecuencia, se formula distribuir talleres de capacitación para que los educadores tutores queden mejor capacitados para brindar asesoramiento efectivo.

## REFERENCIAS

- Alcoser, Y. (2012). *Estrategias de Afrontamiento en adolescentes de 12 a 15 años con embarazos no planificados, usuarias del Centro de Atención Integral del Adolescente del Área 17 del Cantón Durán*, (Tesis de maestría) Universidad de Guayaquil facultad de ciencias psicológicas, Guayaquil – Ecuador.
- Alegre, A. (2013). *Ansiedad ante los exámenes y estrategias de aprendizaje en estudiantes de secundaria de Lima Metropolitana* (Tesis de maestría) Universidad César Vallejo, Lima Perú.
- Ángel, M. (2016). *Evaluación de la ansiedad en niños y adolescentes: análisis de las propiedades psicométricas del SCARED y del CASI-N en población infanto-juvenil madrileña* (Tesis de maestría) Universidad Complutense de Madrid.
- Arevalo, M. (2007). *Stress and extreme poverty in peruvian woman*. Nijmegen: Radbout Universiteit Nijmegen.
- Arjona, J. (2001). Un estudio sobre los estilos y las estrategias de afrontamiento y su relación con la variable adaptación. *Psicología Científica*, 1, 1-13. Recuperado de <http://ww2.educarchile.cl/UserFiles/P0001/File/psicologiapdf-182-un-estudio-sobre-los-estilos-y-las-estrategias-de-afrontamiento-y-su-relacion-co.pdf>.
- Alvarado, F. (2015). *Estrategias de afrontamiento y ansiedad en adolescentes en una institución educativa estatal*, realizada en Trujillo, Perú (Tesis de maestría) Universidad César Vallejo, Lima: Perú.
- Barraza, A. (diciembre de 2006). Un modelo conceptual para el estudio del estrés académico. *Revista Electrónica de Psicología Iztacala*, 9(3), 110-129. <https://www.iztacala.unam.mx/carreras/psicologia/psiclin/vol9num3/art6vol9no3.pdf>
- Cánchig, P. (2012). *Influencia de las estrategias de afrontamiento en el nivel de ansiedad que presentan las mujeres expuestas a la violencia psicológica*, para optar grado de magister, (Tesis de maestría) Universidad Central del Ecuador – Quito.

- Cano-Vindel, A., & Miguel-Tobal, J. J. (1999). Evaluación de la ansiedad desde un enfoque interactivo y multidimensional: El Inventario de Situaciones y Respuestas de Ansiedad (ISRA). / Evaluation of anxiety from an interactive and multidimensional focus: The Inventory of Situations and Responses of A. *Psicología Contemporánea*, 6(January), 14–21
- Cassaretto, M., Chau, C., Oblitas, H. & Valdez, N. (2003). Estrés y afrontamiento en estudiantes de psicología. *Revista de Psicología*, 21(2), 363-392. <https://doi.org/10.18800/psico.200302.006>
- Carrasco, S. (2014). *Metodología de la Investigación científica*. Lima: Editorial San Marcos.
- Carver, C., Scheier, M. y Weintraub, J. (1989) Assessing coping strategies: A theoretically based approach. *Journal of Personality a Social Psychology*, 56(2), 267-283.
- Casullo, M. y Fernandez, M. (2001). Estrategias de afrontamiento en estudiantes adolescentes. *Revista del Instituto de Investigaciones de la Facultad de Psicología*, año 6 (1), 25-49.
- Casullo, M. (2002). Evaluación del bienestar psicológico en Iberoamérica. Buenos Aires: Paidós.
- Casado Velarde, M. (1988). *Lenguaje y cultura*. Madrid: Síntesis.
- Cattell, R. y Kline, P. (1982). *El análisis científico de la personalidad y la motivación*. Madrid: Pirámide.
- Cattell, R. (1957). *Personality and motivation: Structure and measurement*. Nueva York: World Book.
- Cosios, A. (2014) en su tesis: *Depresión y ansiedad en adolescentes del colegio Calasanz de Loja* (Tesis de maestría) Universidad Nacional de Loja.
- Cruz, J. (2013). Dimensiones de Personalidad y Estrategias de Afrontamiento en Adolescentes. Tesis de licenciatura. Universidad Cesar Vallejo. Trujillo.
- Díaz, S. (2014). Ansiedad ante los Exámenes y Estilos de Aprendizaje en estudiantes de Medicina de una Universidad Particular. (Tesis de Licenciatura). Univeridad Católica Santo Torinio de Mogrovejo, Chiclayo - Perú. Recuperado de

[http://tesis.usat.edu.pe/jspui/bitstream/123456789/330/1/TL\\_D%C3%ADaz\\_Ze%C3%B1a\\_Sandra.pdf](http://tesis.usat.edu.pe/jspui/bitstream/123456789/330/1/TL_D%C3%ADaz_Ze%C3%B1a_Sandra.pdf)

- Dominguez, S. (2014). Análisis psicométrico de la escala de bienestar psicológico para adultos en estudiantes universitarios de lima: un enfoque de ecuaciones estructurales. *Psychologia: avances de la disciplina*, 8(1), 23-31.
- Fernández, A & Vílchez, L. (2016). La ansiedad y su asociación con elementos de funcionamiento en los padres de niños atendidos en servicios de urgencias pediátricas andaluzas. *Revista de la Sociedad Española de Medicina de Urgencias y Emergencias*, 28(4), 239-242.
- Figuroa, M.; Cotini, N.; Lacunza, A.; Levín, M & Estévez, A. (2005). *Estrategias de Afrontamiento y su Relación con el Nivel de Bienestar Psicológico. Un estudio con Adolescentes de Nivel Socioeconómico Bajo de Tucumán. Anales de Psicología*, 21, 66 - 72 .Recuperado de: <http://revistas.um.es/analesps/article/viewFile/27171/26351>.
- Frydenberg, E. (1996). *Adolescent coping: Theoretical and research perspectives*. Londres: Routledge. Recuperado de: [https://books.google.com.pe/books?hl=es&lr=&id=bJPJu3ECtaUC&oi=fnd&pg=PR8&dq=Adolescent+coping:+Theoretical+and+research+perspectives.&ots=8EgaQ94xPz&sig=XOH5PF2nG2RoV3DSSH7Jn7G\\_LXM#v=onepage&q=Adolescent%20coping%3A%20Theoretical%20and%20research%20perspectives.&f=false](https://books.google.com.pe/books?hl=es&lr=&id=bJPJu3ECtaUC&oi=fnd&pg=PR8&dq=Adolescent+coping:+Theoretical+and+research+perspectives.&ots=8EgaQ94xPz&sig=XOH5PF2nG2RoV3DSSH7Jn7G_LXM#v=onepage&q=Adolescent%20coping%3A%20Theoretical%20and%20research%20perspectives.&f=false).
- Frydenberg, E. (noviembre de 1993). The coping strategies used by capable adolescents. *Journal of Psychologists and Counsellors in Schools*, 3, 15-23. <https://doi.org/10.1017/S1037291100002119>
- García, J. (2013). *Bienestar Psicológico, edad y género en universitarios españoles*. *Salud y Sociedad*, 4(1), 048 – 058.
- Gonzales, H. y Quiroga, L. (2016). *Personalidad y estrategias de afrontamiento en estudiantes de una institución educativa estatal – Monsefú*, (Tesis de maestría en psicología). Universidad Señor de Sipán.
- Gonzales, E. (2010). Estrés académico y estrategias de afrontamiento en estudiantes de 1.º y 5.º grado de secundaria de una institución educativa estatal de Lima

- Este, 2015 (Tesis de licenciatura, Universidad Peruana Unión, Facultad de Ciencias de la Salud. Lima, Perú). <http://hdl.handle.net/20.500.12840/527>
- Hernández, R., Fernández, C. y Baptista, P. (2014). *Metodología de la investigación*. México: McGraw-Hill.
- Lazarus, R. & Folkman, S. (1984). *Stress, appraisal, and coping*. Nueva York: Springer Publishing Company. [books.google.es/books?isbn=0826141927](https://books.google.es/books?isbn=0826141927).
- López, J. y Lozano, J. (2016). *Niveles de Ansiedad y Estrategias de Afrontamiento de un Grupo de Estudiantes Universitarios en el Valle de Aburrá*, (Tesis de maestría) Universitaria Minuto de Dios-Sede Bello (UNIMINUTO-Bello), Bello-Antioquia.
- Martínez, M; García, J. e inglés, C. (2013). Relaciones entre ansiedad escolar, ansiedad rasgo, ansiedad estado y depresión en una muestra de adolescentes españoles. *International Journal of Psychology and Psychological Therapy*. 2013. (13). Recuperado de: <http://www.ijpsy.com/volumen13/num1/346/relaciones-entre-ansiedadescolar-ansiedad-ES.pdf>.
- Martínez, A.; Piqueras, J.; inglés, C. (2011). Relaciones entre Inteligencia Emocional y Estrategias de Afrontamiento ante el Estrés. *Revista Electrónica de Motivación y Emoción*, 14(37).  
<http://reme.uji.es/articulos/numero37/article6/article6.pdf>
- Morris, C. & Maisto, A. (2009). *Psicología*. 13 ed. México: Pearson educación.
- Muñoz, F. (2003). *El estrés académico: problemas y soluciones desde una perspectiva psicosocial*. Huelva (España): Servicio de Publicaciones de la Universidad de Huelva.
- Navlet, M. (2011). *Ansiedad, Estrés y Estrategias de Afrontamiento en el ámbito deportivo: un estudio centrado en la diferencia entre deportes*. (Tesis doctoral). Universidad Complutense de Madrid. España. Recuperado de: <http://eprints.ucm.es/15771/1/T33813.pdf>.
- Papalia, D. (1994). *Psicología*. Madrid: Mc Graw-Hill.

- Papalia, D., Felman, R. y Martorell. G. (2011). *Desarrollo Humano* (Duodécima Edición). Madrid: Editorial Mc Graw-Hill.  
<https://psicologoseducativosgeneracion20172021.files.wordpress.com/2017/08/papalia-feldman-desarrollo-humano-12a-ed2.pdf>
- Pérez, D., García, J., García, T., Ortiz, D., & Centelles, M. (2014). Conocimientos sobre estrés, salud y creencias de control para la Atención Primaria de Salud. *Revista Cubana de Medicina General Integral*, 30(3), 354-363.  
<https://www.medigraphic.com/pdfs/revcubmedgenint/cmi-2014/cmi143i.pdf>
- Rivera, L. (2014). *Los Síndromes de estrés*. España: Síntesis.
- Román, C., Ortiz, F. & Hernández, Y. (2008). El estrés académico en estudiantes latinoamericanos de la carrera de Medicina. *Revista Iberoamericana de Educación*, 46(7), 1-8. <https://doi.org/10.35362/rie4671911>
- Romero, A., Zapata, R., García-Mas, A., Brustad, R., Garrido, R., & Letelier, A. (2010). Estrategias de afrontamiento y bienestar psicológico en jóvenes tenistas de competición. *Revista de Psicología del Deporte*, 19(1), 117-133.  
<https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=235116414008>
- Spielberger, R. D., Gorsuch, R. L., & Lushene, R. E. (1997). *Manual STAI, Cuestionario de Ansiedad Estado Rasgo*. Adaptación española. Tea Ediciones, 7, 7–16.  
<http://www.web.teaediciones.com/Ejemplos/STAI-Manual-Extracto.pdf>
- Sánchez C, y Reyes, C. (2006). *Metodología y diseño en la investigación científica*. Lima: San Marcos.
- Sauna, D. (2016). *Ansiedad, estrategias de afrontamiento y Agresividad en Adolescentes de alto* (Tesis de maestría) Universidad Católica de los Andes de Chimbote, Trujillo: Perú.
- Sierra, J., Ortega, V. y Zubeidat, I. (2003). Ansiedad, angustia y estrés: tres conceptos a diferenciar. *Revista Mal Estar e Subjetividade*, 3(1), 10-59. Consultado en: [http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1518-61482003000100002](http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1518-61482003000100002). Consultado el 27 de mayo del 2020. Hora: 5:20am
- Spielberger, C. (1980). *Cuestionario de autoevaluación ansiedad estado-rasgo en niños*. Madrid: TEA.

- Spielberger, D; Gorsuch, L. & Lushene, E. (1970). *Manual for the state - trait anxiety inventory*. Palo Alto, EE.UU. Consulting Psychologists Press.
- Taylor, S. (2003). *Health psychology*. New York: McGraw Hill.
- Torres Pino, P. y Ojeda Barrantes (2010) Niveles de ansiedad social en estudiantes del cuarto y quinto grado de secundaria de la I.E Rafael Loayza Guevara. Arequipa, 2016. (Tesis de maestría) Universidad Católica de Santa María. Arequipa – Perú.  
<http://tesis.ucsm.edu.pe/repositorio/bitstream/handle/UCSM/7336/60.1408EN.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Vargas, H. (2014). Tipo de familia y ansiedad y depresión. *Revista Médica Herediana*, 25(2). Lima, Perú.

# ANEXOS

## Anexo 1. Matriz de operacionalización

### *Operacionalización de la estrategia de afrontamiento al estrés*

Dimensiones	Indicadores	Ítems	Escala y valoración	Nivel y Rango por dimensiones	Nivel y Rango de la variable
El afrontamiento enfocado al problema	Afrontamiento directo (activo)	1,14,27,40	Escala ordinal  Nunca (1) A veces hago esto (2) Usualmente hago esto (3) Hago esto con mucha frecuencia (4)	Mínimo 20 - 39 Moderado 40 - 59 Severo 60 - 80	
	Planificación de actividades	2,15,28,41			
	Supresión de actividades competitivas	3,16,29,42			
	Retracción (demora) del afrontamiento	4,17,30,43			
	Búsqueda del soporte social	5,18,31,44			
	Búsqueda de soporte emocional	6,19,32,45			
El afrontamiento enfocado a la emoción	Reinterpretación positiva de la experiencia	7,20,33,46		Mínimo 20 - 39 Moderado 40 - 59 Severo 60 - 80	Mínimo 52 - 103 Moderado 104 - 155 Severo 156 - 208
	Aceptación	8,21,34,47			
	Retorno a la religión	9,22,35,48			
	Análisis de las emociones	10,23,36,49			
	Negación	11,24,37,50			
El afrontamiento enfocado a la evitación	Desentendimiento conductual	12,25,38,51		Mínimo 12 - 23 Moderado 24 - 35 Severo 36 - 48	
	Desentendimiento cognitivo	13,16,39,52			

### *Operacionalización de la variable estrés laboral*



Dimensiones	Indicadores	Ítems	Escala y valoración	Nivel y Rango de la variable
Ansiedad de rasgo	Sudoración, pensamientos negativos.	1,2,3,4,5,6,7,8,9,10,11,12,13,14,15,16,17,18,19,20	Escala ordinal Nada = 1 Algo = 2 Bastante = 3 Mucho = 4	Baja 20 - 39 Media 40 - 59 Alta 60 - 80
Ansiedad de estado	Temor, inseguridad, cansancio	21,22,23,24,25,26,27,28,29,30,31,32,33,34,35,36,37,38,39,40		Baja 20 - 39 Media 40 - 59 Alta 60 - 80

Anexo 2. Instrumento de recolección de datos

### Cuestionario que mide el afrontamiento al estrés

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

Nunca (1)

A veces hago esto (2)

Usualmente hago esto (3)

Hago esto con mucha frecuencia (4)

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

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

Gracias por colaboración

## Cuestionario que mide la ansiedad

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

Nunca (1)

A veces hago esto (2)

Usualmente hago esto (3)

Hago esto con mucha frecuencia (4)

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

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

Gracias por colaboración

### Anexo 3: Base de dato de la prueba piloto del afrontamiento al estrés

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

## Resultado de la prueba piloto del afrontamiento al estrés

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

<b>Estadísticos total-elemento</b>				
	Media de la escala si se elimina el elemento	Varianza de la escala si se elimina el elemento	Correlación elemento-total corregida	Alfa de Cronbach si se elimina el elemento
VAR00001	118.9500	388.366	-.158	.941
VAR00002	118.8000	368.274	.407	.938
VAR00003	119.0000	363.158	.913	.935
VAR00004	118.6000	377.621	.237	.938
VAR00005	118.8500	381.503	.108	.939
VAR00006	119.0500	360.366	.828	.935
VAR00007	118.7000	386.221	-.086	.941
VAR00008	118.9500	376.261	.380	.938
VAR00009	119.0000	363.158	.913	.935
VAR00010	119.4500	379.208	.133	.939
VAR00011	119.0000	363.158	.913	.935
VAR00012	119.2500	386.934	-.125	.941
VAR00013	119.0000	363.158	.913	.935
VAR00014	119.1500	378.766	.312	.938
VAR00015	119.5000	357.211	.652	.936
VAR00016	118.9500	360.155	.902	.935
VAR00017	119.1000	352.305	.799	.934
VAR00018	118.9500	360.155	.902	.935
VAR00019	119.5500	360.366	.627	.936
VAR00020	118.9000	365.884	.446	.937
VAR00021	119.0500	349.103	.833	.934
VAR00022	118.9500	388.366	-.158	.941
VAR00023	118.8000	368.274	.407	.938
VAR00024	119.0000	363.158	.913	.935
VAR00025	118.6000	377.621	.237	.938
VAR00026	118.8500	381.503	.108	.939
VAR00027	119.0500	360.366	.828	.935
VAR00028	118.7000	386.221	-.086	.941
VAR00029	118.9500	376.261	.380	.938
VAR00030	119.0000	363.158	.913	.935
VAR00031	119.4500	379.208	.133	.939
VAR00032	119.0000	363.158	.913	.935
VAR00033	119.2500	386.934	-.125	.941
VAR00034	119.0000	363.158	.913	.935
VAR00035	119.1500	378.766	.312	.938
VAR00036	119.5000	357.211	.652	.936
VAR00037	118.9500	360.155	.902	.935
VAR00038	119.1000	352.305	.799	.934
VAR00039	118.9500	360.155	.902	.935
VAR00040	119.5500	360.366	.627	.936
VAR00041	118.9000	365.884	.446	.937
VAR00042	119.0500	349.103	.833	.934
VAR00043	118.9500	388.366	-.158	.941
VAR00044	118.8000	368.274	.407	.938
VAR00045	119.0000	363.158	.913	.935

VAR00046	118.6000	377.621	.237	.938
VAR00047	118.8500	381.503	.108	.939
VAR00048	119.0500	360.366	.828	.935
VAR00049	118.7000	386.221	-.086	.941
VAR00050	118.9500	376.261	.380	.938
VAR00051	119.0000	363.158	.913	.935
VAR00052	119.4500	379.208	.133	.939

### Base de dato de la prueba piloto de la ansiedad

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



## Resultado de la prueba piloto de la ansiedad

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

<b>Estadísticos total-elemento</b>				
	Media de la escala si se elimina el elemento	Varianza de la escala si se elimina el elemento	Correlación elemento-total corregida	Alfa de Cronbach si se elimina el elemento
VAR00001	88.2500	301.461	-.058	.958
VAR00002	87.9500	276.892	.914	.952
VAR00003	88.1000	288.726	.511	.955
VAR00004	88.6000	279.516	.633	.954
VAR00005	88.0500	282.261	.911	.953
VAR00006	88.2000	274.695	.792	.953
VAR00007	87.6000	300.884	-.034	.957
VAR00008	88.0000	292.526	.453	.955
VAR00009	88.0500	282.261	.911	.953
VAR00010	88.5000	293.316	.246	.957
VAR00011	88.6000	279.516	.633	.954
VAR00012	88.0500	282.261	.911	.953
VAR00013	88.2000	274.695	.792	.953
VAR00014	88.0500	282.261	.911	.953
VAR00015	87.9500	293.524	.388	.955
VAR00016	88.2500	301.461	-.058	.958
VAR00017	87.9500	276.892	.914	.952
VAR00018	88.1000	288.726	.511	.955
VAR00019	88.6000	279.516	.633	.954
VAR00020	88.0500	282.261	.911	.953
VAR00021	88.2000	274.695	.792	.953
VAR00022	87.6000	300.884	-.034	.957
VAR00023	88.0000	292.526	.453	.955
VAR00024	88.0500	282.261	.911	.953
VAR00025	88.5000	293.316	.246	.957
VAR00026	88.6000	279.516	.633	.954
VAR00027	88.0500	282.261	.911	.953
VAR00028	88.2000	274.695	.792	.953
VAR00029	88.0500	282.261	.911	.953
VAR00030	87.9500	293.524	.388	.955
VAR00031	88.2500	301.461	-.058	.958
VAR00032	87.9500	276.892	.914	.952
VAR00033	88.1000	288.726	.511	.955
VAR00034	88.6000	279.516	.633	.954
VAR00035	88.0500	282.261	.911	.953
VAR00036	88.2000	274.695	.792	.953
VAR00037	87.6000	300.884	-.034	.957
VAR00038	88.0000	292.526	.453	.955
VAR00039	88.0500	282.261	.911	.953
VAR00040	88.5000	293.316	.246	.957

# Anexo 4. Base de dato de las variables

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







## Anexo 5

**Tabla 8**

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

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

*Nota:* Nómina de matrícula (2018)

## Anexo 6

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

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

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

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

## Anexo 7

### Tabla 9

Validación de juicio de expertos

N°	Experto	Aplicable
Experto 1.	Dr. Javier Vidal Soldevilla	Aplicable
Experto 2.	Dr. Hernán Cordero Ayala	Aplicable
Experto 3.	Mgtr. Virginia Cerafin Urbano	Aplicable

*Nota:* Nómina de validez (2018)

## Anexo 8

### Tabla 10

Niveles de confiabilidad

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

*Nota:* Escala de valores

## Anexo 08

### Tabla 11

Estadística de fiabilidad de afrontamiento al estrés

Alfa de Cronbach	N° de ítems
0.938	52

*Nota:* Análisis estadístico SPSS V20 (2018)

### Tabla 12

Estadística de fiabilidad de la ansiedad

Alfa de Cronbach	N° de ítems
0.956	40

*Nota:* Análisis estadístico SPSS V20 (2018)

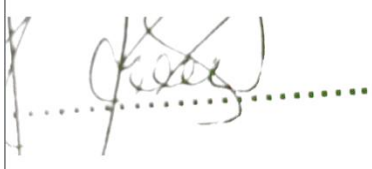


# UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO

## Declaratoria de autenticidad del asesor

Yo, Nancy Elena Cuenca Robles, docente de la Escuela de Posgrado de la Universidad César Vallejo filial Lima Norte asesor de la tesis titulada: Estrategia de afrontamiento al estrés y la ansiedad en los estudiantes de VII ciclo de la Institución Educativa “Virgen Guadalupe” Mala – Cañete, 2018 del estudiante IEMIMAH DE JESUS HURTADO PEREZ, constato que la investigación tiene un índice de similitud de 20%, 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.

Lima,

Apellidos y Nombres del Asesora: Nancy Elena Cuenca Robles	
DNI 08525952	Firma 
ORCID 0000-0003-3538-2099	