



**ESCUELA DE POSGRADO**  
UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO

**Efectos de un programa de prevención de estrés cotidiano infantil en niños del primer grado de una institución educativa, 2019**

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

Maestra en intervención Psicológica

**AUTOR:**

Br. Narváez Campos, María del Carmen Paola

Cód. Orcid (0000-0002-5062-3252)

**ASESOR:**

Ms. Merino Hidalgo, Richard Darwin

Cód. Orcid (0000-0001-9213-0475)

**SECCIÓN:**

Humanidades

**LÍNEA DE INVESTIGACION:**

Modelos de Intervención Psicológica

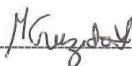
**Perú – 2019**

Jurado



---

Dra. Campos Maza, Carmen Cristina  
**Presidente**



---

Dra. Cruzado Vallejos, María  
**Secretaria**



---

Ms. Merino Hidalgo, Richard  
**Vocal**

## DEDICATORIA

A mis dos inspiraciones más grandes: mi madre y mi tía, por haber estado conmigo en cada etapa de mi vida apoyándome, motivándome y compartiendo su amor infinito. Y a mi abuelita Elvia Campos que está en el cielo pero que siempre me acompaña en el recuerdo.

La Autora.

## AGRADECIMIENTO

A Dios por darme todo lo que necesito para alcanzar mis sueños, a mi madre Nancy Campos por darme la vida y ayudarme a ser quien soy hoy en día, a mi tía Marina Campos por ser mi segunda madre y por haberme enseñado tantas cosas, y mi compañero de vida Abraham Richardson por su paciencia, apoyo y cariño; y a mis docentes Richard Merino, María Cruzado y Carmen Campos por su gran apoyo en todo este tiempo.

La Autora

## DECLARATORIA DE AUTENTICIDAD

Yo, **María del Carmen Paola Narváez Campos**, estudiante del programa maestría en intervención psicológica de la escuela de posgrado de la Universidad César Vallejo, identificada con DNI 45868437, con tesis titulada *Efectos de un programa de prevención de estrés cotidiano infantil en niños del primer grado de una institución educativa, 2019*.

Declaro bajo juramento que:

- 1) La tesis es de mi autoría.
- 2) He respetado las normas internacionales de citas y referencias para las fuentes consultadas. Por tanto la tesis no ha sido plagiada ni total, ni parcialmente.
- 3) La tesis no ha sido autoplagiada; es decir, no ha sido publicada, ni presentada anteriormente para obtener algún grado académico previo o título profesional.
- 4) Los datos presentados en los resultados son reales, no han sido falseados, ni duplicados, ni copiados y por tanto los resultados que se presenten en la tesis se constituirán en aportes a la realidad investigada.

De identificarse la falta de fraude (datos falsos), plagio (información sin citar a autores), autoplagio (presentar como nuevo algún trabajo de investigación propio que ya ha sido publicado), piratería (uso ilegal de información ajena) o falsificación (representar falsamente las ideas de otros), asumo las consecuencias y sanciones que de mi acción se deriven, sometiéndome a la normatividad vigente de la Universidad César Vallejo.

Trujillo, Agosto 2019



María del Carmen Paola Narváez Campos

DNI 45868437

## PRESENTACIÓN

Señores miembros del Jurado presento ante ustedes mi trabajo de investigación cuyo título es: *Efectos de un programa de prevención de estrés cotidiano infantil en niños del primer grado de una Institución Educativa, 2019*, con la finalidad de determinar los efectos de este programa en la población designada, en cumplimiento del reglamento de grados y títulos de la Universidad César Vallejo para obtener el grado académico de maestro en intervención psicológica.

Esperando cumplir con los requisitos de aprobación.

La Autora.

## ÍNDICE

Página del jurado	ii
Dedicatoria	iii
Agradecimiento	iv
Declaratoria de autenticidad	v
Presentación	vi
<b>Índice</b>	<b>vii</b>
Resumen	viii
<b>Abstract</b>	<b>ix</b>
<b>I. Introducción</b>	<b>10</b>
1.1. Realidad problemática	10
1.2. Trabajos previos	13
1.3. Teorías relacionadas al tema	17
1.4. Formulación del problema	30
1.5. Justificación del estudio	30
1.6. Hipótesis	31
1.7. Objetivos	31
<b>II. Método</b>	<b>32</b>
2.1. Diseño de investigación	32
2.2. Variables y operacionalización	34
2.3. Población y muestra	35
2.4. Técnicas e instrumentos de recolección datos, validez y confiabilidad	35
2.5. Métodos de análisis de datos	37
2.6. Aspectos éticos	38
<b>III. Resultados</b>	<b>39</b>
<b>IV. Discusión</b>	<b>47</b>
<b>V. Conclusiones</b>	<b>51</b>
<b>VI. Recomendaciones</b>	<b>52</b>
<b>VII. Referencias</b>	<b>53</b>
<b>Anexos</b>	

## RESUMEN

El presente trabajo de investigación denominado *Efectos de un programa de prevención de estrés cotidiano infantil en niños del primer grado de una institución educativa, 2019*, es de tipo prospectivo, longitudinal y el diseño es cuasi experimental. Se utilizó el instrumento Inventario de Estrés Cotidiano Infantil. Se trabajó con una muestra de 26 niños de primer grado, de la Institución Educativa I.E. 80089 “Señor de Huamán, Víctor Larco, Trujillo, Perú. De los cuales 11 alumnos del grupo control y 12 alumnos del grupo experimental. En los resultados encontrados se procedió a analizar los datos con las pruebas paramétricas: Prueba t de Student para muestra relacionadas y muestra independientes. Se observó la diferencia promedio del post-test es 2.72 (4,83 – 7,55) con valor de la prueba estadística  $t_c = 4,113$  y nivel de significancia  $p = 0,000$  menor al 5% ( $p < 0.05$ ), demostrándose que después de la aplicación del programa a los niños del grupo experimental, la prueba mostró una diferencia muy significativa, llegando a la conclusión de que el grupo experimental disminuyó significativamente el estrés infantil en comparación con el grupo control; demostrándose la efectividad del Programa.

Palabras Claves: Estrés cotidiano infantil, factores estresores, síntomas, programa de prevención, niños, padres.



## ABSTRACT

The present work of investigation called effects of a program of prevention of infantile daily stress in children of the first degree of an educational institution, 2019, is of prospective, longitudinal type and the design is quasi experimental. The evaluation instrument was the Daily Stress Inventory for Children (version adapted in the city of Trujillo by La Rosa Cabrera, Sarita Anali in 2018). We worked with a sample of 26 students of first grade, of the Educational Institution I.E. 80089 "Señor de Huamán, Víctor Larco, Trujillo, Peru. Of which 11 students were part of the control group and 12 students belonged to the experimental group. In relation to the results found, we proceeded to analyze the data with the parametric tests: Student's t test for related samples and independent samples. It was observed the average difference of the post-test is 2.72 (4.83 - 7.55) with value of the statistical test  $t_c = 4.113$  and level of significance  $p = 0.000$  less than 5% ( $p < 0.05$ ), showing that after the application of the program to the students of the experimental group, the test showed a very significant difference, reaching the conclusion that the experimental group significantly decreased the child stress compared to the control group; demonstrating the effectiveness of the Program.

Key words: Everyday childhood stress, stressors, symptoms, prevention program, children, parents.