



UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO

ESCUELA DE POSGRADO

**PROGRAMA ACADÉMICO DE MAESTRÍA EN PSICOLOGÍA
EDUCATIVA**

**Estrés emocional y técnicas de afrontamiento en estudiantes 8º de
una Unidad Educativa, Santa Elena, 2020**

**TESIS PARA OBTENER EL GRADO ACADÉMICO DE:
MAESTRA EN PSICOLOGÍA EDUCATIVA**

AUTORA:

Santamaría Delgado, Laura (ORCID: 0000-0003-2987-998X)

ASESORA:

Dra. Vargas Farías, Ana Melva (ORCID: 0000-0003-4402-7857)

LÍNEA DE INVESTIGACIÓN:

Atención integral del niño, infante y adolescente

PIURA - PERÚ

2021

Dedicatoria

En primer lugar, dedico este trabajo a Dios por guiarme, protegerme y darme la sabiduría para llegar a la meta que me trace.

A mi amado esposo Alberto por su cariño incondicional y por ser el pilar fundamental sin importar nuestras diferencias de opiniones, especialmente a mis hijos Erika, Jefferson y Alan quienes supieron comprender los momentos de ausencia, son los que me impulsaron a ser perseverante y alcanzar cualquier meta sin importar las dificultades. A mi hermana Alba que siempre me brido su apoyo moral y espiritual en todo momento, muchas ocasiones poniéndose en el papel de madre.

Agradecimiento

Agradezco a mi esposo por ser mi apoyo económico y moral, a mis hijos por su amor y comprensión por ser mi estímulo en de superación a pesar de las vicisitudes que se presentaba cada día.

A la Dra. Esmerita Cherres que me dio la oportunidad de estudiar en la Universidad Cesar Vallejo para obtener una maestría y a mis profesores que me impartieron sus conocimientos durante esta etapa.

Índice de contenidos

Dedicatoria	ii
Agradecimiento	iii
Índice de contenidos	iv
Índice de tablas	v
Índice de figuras	vi
Resumen	vii
Abstract	viii
I. Introducción	1
II. Marco teórico	4
III. Metodología	12
3.1. Tipo y diseño de investigación	12
3.2. Variables y operacionalización	13
3.3. Población, muestra y muestreo	15
3.4. Técnicas e instrumentos de recolección de datos	16
3.5. Procedimientos	17
3.6. Método de análisis de datos	17
3.7. Aspectos éticos	17
IV. Resultados	18
V. Discusión	32
VI. Conclusiones	41
VII. Recomendaciones	42
Referencias	43
Anexos	48

Índice de tablas

Tabla 1 Distribución de los niveles del estrés emocional y los niveles de las técnicas de afrontamiento en estudiantes 8º de la Unidad Educativa “Carlos Julio Arosemena” Santa Elena, 2020.	18
Tabla 2 Prueba rho de spearman para medir la relación entre los niveles del estrés emocional y los niveles de las técnicas de afrontamiento en estudiantes 8º de la Unidad Educativa “Carlos Julio Arosemena” Santa Elena, 2020.	20
Tabla 3 Distribución del nivel del estrés emocional en estudiantes 8º de la Unidad Educativa “Carlos Julio Arosemena” Santa Elena, 2020.	21
Tabla 4 Distribución de las técnicas de afrontamiento en estudiantes 8º de la Unidad Educativa “Carlos Julio Arosemena” Santa Elena, 2020.	22
Tabla 5 Distribución de los niveles de la dimensión estresores y los niveles de las técnicas de afrontamiento en estudiantes 8º de la Unidad Educativa “Carlos Julio Arosemena” Santa Elena, 2020.	23
Tabla 6 Prueba rho de spearman para medir la relación entre los niveles de la dimensión estresores y los niveles de las técnicas de afrontamiento en estudiantes 8º de la Unidad Educativa “Carlos Julio Arosemena” Santa Elena, 2020.	25
Tabla 7 Distribución de los niveles de la dimensión síntomas y los niveles de las técnicas de afrontamiento en estudiantes 8º de la Unidad Educativa “Carlos Julio Arosemena” Santa Elena, 2020.	26
Tabla 8 Prueba rho de spearman para medir la relación entre los niveles de la dimensión síntomas y los niveles de las técnicas de afrontamiento en estudiantes 8º de la Unidad Educativa “Carlos Julio Arosemena” Santa Elena, 2020.	28
Tabla 9 Distribución de los niveles de la dimensión estrategias de afrontamiento y los niveles de las técnicas de afrontamiento en estudiantes 8º de la Unidad Educativa “Carlos Julio Arosemena” Santa Elena, 2020.	29
Tabla 10 Prueba rho de spearman para medir la relación entre los niveles de la dimensión estrategias de afrontamiento y los niveles de las técnicas de afrontamiento en estudiantes 8º de la Unidad Educativa “Carlos Julio Arosemena” Santa Elena, 2020.	31

Índice de figuras

Fig. 1 Distribución de los niveles del estrés emocional y los niveles de las técnicas de afrontamiento en estudiantes 8º de la Unidad Educativa “Carlos Julio Arosemena” Santa Elena, 2020.	19
Fig. 2 Distribución del nivel del estrés emocional en estudiantes 8º de la Unidad Educativa “Carlos Julio Arosemena” Santa Elena, 2020.	21
Fig. 3 Distribución de las técnicas de afrontamiento en estudiantes 8º de la Unidad Educativa “Carlos Julio Arosemena” Santa Elena, 2020.	22
Fig. 4 Distribución de los niveles de la dimensión estresores y los niveles de las técnicas de afrontamiento en estudiantes 8º de la Unidad Educativa “Carlos Julio Arosemena” Santa Elena, 2020.	24
Fig. 5 Distribución de los niveles de la dimensión síntomas y los niveles de las técnicas de afrontamiento en estudiantes 8º de la Unidad Educativa “Carlos Julio Arosemena” Santa Elena, 2020.	27
Fig. 6 Distribución de los niveles de la dimensión estrategias de afrontamiento y los niveles de las técnicas de afrontamiento en estudiantes 8º de la Unidad Educativa “Carlos Julio Arosemena” Santa Elena, 2020.	30

Resumen

La investigación tuvo como objetivo general Determinar la relación que existe entre el estrés emocional y las técnicas de afrontamiento en estudiantes 8º de la Unidad Educativa “Carlos Julio Arosemena” Santa Elena, 2020.

Utilizándose el diseño no experimental, descriptiva correlacional, teniendo como muestra a 31 estudiantes de la Unidad Educativa “Carlos Julio Arosemena”, a quienes se les aplico el cuestionario de estrés emocional y el cuestionario de técnicas de afrontamiento del estrés, teniendo como resultados que no existe relación entre la dimensión estresores y las técnicas de afrontamiento, con un valor de ($Rho = 0,187$). No existe relación entre la dimensión síntomas y las técnicas de afrontamiento, con un valor de ($Rho = 0,066$). No existe relación entre la dimensión estrategias de afrontamiento y las técnicas de afrontamiento, con un valor de ($Rho = 0,132$). Concluyendo que no existe relación significativa entre el estrés emocional y las técnicas de afrontamiento en estudiantes 8º de la Unidad Educativa “Carlos Julio Arosemena” Santa Elena, 2020, con un valor de ($Rho = 0,301$).

Palabras claves: estrés emocional, técnicas de afrontamiento del estrés, estresores, síntomas, estrategias de afrontamiento.

Abstract

The general objective of the research was to determine the relationship between emotional stress and coping techniques in students 8^o of the "Carlos Julio Arosemena" Educacional Unit Santa Elena, 2020.

Using the non-experimental, descriptive correlational design, having as a sample 31 students from the "Carlos Julio Arosemena" Educational Unit, to whom the emotional stress questionnaire and the stress coping techniques questionnaire were applied, with results that were not There is a relationship between the stressors dimension and coping techniques, with a value of ($Rho = 0.187$). There is no relationship between the symptom dimension and coping techniques, with a value of ($Rho = 0.066$). There is no relationship between the dimension of coping strategies and coping techniques, with a value of ($Rho = 0.132$). Concluding that There is no significant relationship between emotional stress and coping techniques in students 8^o of the Educational Unit "Carlos Julio Arosemena" Santa Elena, 2020, with a value of ($Rho = 0.301$).

Keywords: emotional stress, stress coping techniques, stressors, symptoms, coping strategies.

I. Introducción

El estrés emocional es la incomodidad que presenta el individuo a raíz de factores emocionales y físicos que pueden producirse por causa de elementos internos, externos o ambientales que influyen significativamente en las habilidades personales para confrontar el ámbito escolar (Martínez y Díaz, 2007 citados en Águila, Calcines, Monteagudo y Nieves, 2015). En este sentido las competencias que muestra el individuo para afrontar situaciones estresantes son importantes para su desarrollo y bienestar psicológico ya que le permiten adaptarse a diferentes contextos (Cappa, Moreland, Conger, Dumas y Conger, 2011; González, Montoya, Casullo y Bernabéu, 2002 citados en Arrieta, Baldi y Albanesi, 2015).

El estudio realizado a setecientos estudiantes de la ciudad de Murcia en España, demostró que el 47,1% de los escolares presentaban estrés y el 55,6% muestran ansiedad con consecuencia del estrés (Santos, 2017). La investigación realizada el 2018 en Estados Unidos por el American College Health Association tuvo como resultados que el 22% de la población infantil ha tenido como diagnóstico la ansiedad en 2017, en comparación con solo el 10% reportado el 2010, asimismo, se pudo determinar que existe un incremento en el diagnóstico de estudiantes que padecen ansiedad en ese mismo periodo del 10% a un 17% (Gestión, 2018). En el estudio realizado en Canadá a 374 alumnos de nivel medio, los resultados demostraron que el 58% de los escolares presentaban problemas de “ansiedad antes del examen” (Maturana y Vargas, 2015).

En México el estudio realizado a 276 escolares respecto a sus estrategias de afrontamiento del estrés se encontró que el 26,6% de los estudiantes refieren que se encuentra estresado por la carga académica y tareas que realizan de manera simultánea, así como, la presentación de sus trabajos académicos ante sus compañeros. De igual manera, se pudo establecer que el 18.2% manifiesta que el miedo al fracaso ante la realización de una tarea y el no poder comunicarlo, se ha convertido en una de las situaciones que más les genera estrés. En otro porcentaje el 1.7% prepararse para rendir los exámenes, es considerado como una de las situaciones más estresantes y el 10,8% cree que es más estresante el no saber

cómo comunicar al docente sus necesidades de información (Valdivieso y Lucas, 2020).

En Ecuador el estudio realizado en la ciudad de Quito, a 70 escolares, obtuvo como resultado que el 91,58% tiene una marcada prevalencia en el estrés y el 46,7% presenta un estrés moderado. Asimismo, se determinó que el 24,4% de los escolares utiliza de vez en cuando estrategias para afrontar el estrés y el 5,7% las utiliza con frecuencia (Tamayo, Buñay y Neyra, 2017)

Como investigadora en la Unidad Educativa “Carlos Julio Arosemena” ubicada en la ciudad de Santa Elena, pude observar que los estudiantes de octavo de básica se muestran preocupados por los requerimientos académicos que exige la institución, por la aprobación de sus amistades y la aprobación de sus padres respecto a sus resultados académicos. Asimismo, en el área de psicopedagógica de la institución existen registros de estudiantes que con frecuencia manifiestan que les preocupa los problemas que se generan al interior de su familia y no saber cómo canalizarlos, también, muestran problemas para relacionarse con sus compañeros y expresar lo que piensan. Asimismo, se registra que con frecuencia muchos de los estudiantes faltan a clases por reportarse enfermos con dolor de cabeza, fatiga entre otros síntomas, por lo que se planteó el siguiente problema ¿Existe relación entre el estrés emocional y técnicas de afrontamiento en estudiantes de 8º de la unidad educativa “Carlos Julio Arosemena”, Santa Elena, 2020?

La investigación tuvo una justificación teórica porque se revisaron las diferentes teorías que sustentan las variables de estudio para profundizar en el conocimiento y establecer el grado de asociación entre el estrés emocional basados en el modelo teórico de Ruiz y Barraza (2018) y la variable estrategias para el afrontamiento del estrés fundamentados en el modelo teórico de Trianes, Morales, Blanca, Miranda, Escobar y Fernández (2008), investigación que servirá como antecedente teórico para futuros estudios. Se consideró una justificación metodológica, porque, se construyeron instrumentos que fueron validados por expertos y se obtuvo la confiabilidad a través de la aplicación de una prueba piloto, resultando con una alta confiabilidad y validez, sirviendo de esta manera para su aplicación en la muestra

de la investigación y poder utilizados por otros investigadores. Se justificó de manera práctica porque los resultados que se obtuvieron han sido entregados al director de la institución para que les permita tomar decisiones y buscar estrategias de solución a la problemática que presentan los estudiantes.

Se planteó el siguiente objetivo general: Determinar la relación que existe entre el estrés emocional y las técnicas de afrontamiento en estudiantes 8º de la Unidad Educativa “Carlos Julio Arosemena” Santa Elena, 2020. Asimismo, se plantearon los siguientes objetivos específicos: Determinar el nivel del estrés emocional en estudiantes 8º de la Unidad Educativa “Carlos Julio Arosemena” Santa Elena, 2020. Determinar el nivel de las técnicas de afrontamiento en estudiantes 8º de la Unidad Educativa “Carlos Julio Arosemena” Santa Elena, 2020. Determinar la relación que existe entre la dimensión estresores y las técnicas de afrontamiento en estudiantes 8º de la Unidad Educativa “Carlos Julio Arosemena” Santa Elena, 2020. Determinar la relación que existe entre la dimensión síntomas y las técnicas de afrontamiento en estudiantes 8º de la Unidad Educativa “Carlos Julio Arosemena” Santa Elena, 2020. Determinar la relación que existe entre la dimensión estrategias de afrontamiento y las técnicas de afrontamiento en estudiantes 8º de la Unidad Educativa “Carlos Julio Arosemena” Santa Elena, 2020.

Asimismo, se planteó la siguiente hipótesis general: Existe relación significativa entre el estrés emocional las técnicas de afrontamiento en estudiantes 8º de la Unidad Educativa “Carlos Julio Arosemena” Santa Elena, 2020. También, se plantearon las siguientes hipótesis específicas: Existe relación significativa entre la dimensión estresores y las técnicas de afrontamiento en estudiantes 8º de la Unidad Educativa “Carlos Julio Arosemena” Santa Elena, 2020. Existe relación significativa entre la dimensión síntomas y las técnicas de afrontamiento en estudiantes 8º de la Unidad Educativa “Carlos Julio Arosemena” Santa Elena, 2020. Existe relación significativa entre la dimensión estrategias de afrontamiento y las técnicas de afrontamiento en estudiantes 8º de la Unidad Educativa “Carlos Julio Arosemena” Santa Elena, 2020

II. Marco Teórico

Se revisó las diferentes fuentes y repositorios para indagar sobre los antecedentes teóricos de las variables de estudio estrés emocional y estrategias de afrontamiento del estrés, encontrando que, a nivel internacional, según, Rojas (2018) en su investigación “Estrés académico y estrategias de afrontamiento en estudiantes de la Escuela Padre Luis Tezza”, cuyo objetivo fue determinar la relación entre las variables, de diseño no experimental, descriptiva correlacional, con una muestra de 100 estudiantes, utilizando como instrumento el cuestionario, teniendo como resultados que en estrés académico el 62% de los estudiantes se encuentra en un nivel “alto”, asimismo, el 78% de los escolares se encuentran en un nivel de “alto” de aplicación de estrategias de afrontamiento. Si existe relación entre la dimensión: intensidad y las estrategias de afrontamiento ($r = 0,414$), si existe relación entre la dimensión: estímulos estresores y las estrategias de afrontamiento ($r = 0,466$), si existe relación entre la dimensión: síntomas o reacciones y las estrategias de afrontamiento ($r = 0,491$). Concluyendo que si existe relación significativa entre el estrés académico y las estrategias de afrontamiento con un ($r = 0,406$).

Según, Serna (2018) en su investigación denominada: “Estrés académico y clima escolar de los estudiantes del quinto grado de secundaria sección piloto “C” del Colegio Emblemático del Perú Mateo Pumacahua del distrito de Sicuani, Canchis, Cusco, 2018”, cuyo objetivo fue determinar la relación entre las variables, de diseño no experimental descriptiva correlacional, teniendo como muestra a 87 estudiantes, a quienes se les aplicó como instrumento el cuestionario, teniendo como resultados que en el nivel de estrés académico el 66.67% de los estudiantes se encuentran en un nivel de “casi siempre”. No existe relación entre la dimensión estresores académicos y normas justas ($p=0,503$). No existe relación entre la dimensión síntomas del estrés académico y apoyo de los profesores ($p=0,212$). No existe relación entre la dimensión estrategias de afrontamiento y la dimensión participación ($p=0,040$). Concluyendo que entre la variable estrés académico y clima escolar no existe una relación significativa ($p=0,548$).

Según, Escajadillo (2019) en su investigación: “Estrés académico y hábitos de estudio en estudiantes de cuarto año de secundaria de la Institución educativa 2095 Herman Busse de la Guerra - Los Olivos, 2018”, cuyo objetivo fue determinar la relación entre las variables, de diseño no experimental, descriptivo correlacional, teniendo como muestra a 149 estudiantes, a quienes se les aplicó el cuestionario como instrumento, teniendo como resultados que el 57.7% de escolares se encuentra en un nivel regular del estrés académico, el 26.2% de los estudiantes está en un nivel de muy positiva la percepción de hábitos de estudio. Existe relación entre los estresores y hábitos de estudio ($Rho = ,773$). Existe relación positiva entre síntomas de estrés y hábitos de estudio ($Rho = ,596$). Existe relación significativa entre estrategias de afrontamiento y hábitos de estudio ($Rho = ,744$). Concluyendo que la variable Estrés académico tiene relación positiva con los hábitos de estudio ($Rho = ,840$).

A nivel nacional, según, Vilcacundo (2020) en su investigación: “Estrés infantil y estrategias de afrontamiento en niños víctimas de violencia escolar”, cuyo objetivo fue establecer la incidencia entre las variables, de diseño no experimental descriptiva, teniendo como muestra a 54 estudiantes, a quienes se les aplicó el cuestionario como instrumento, teniendo como resultados que el 38.9% de estudiantes tiene un nivel “bajo” de estrés, el 43% de los escolares están en un nivel de estilo improductivo de las estrategias de afrontamiento del estrés, concluyendo que la utilización de estrategias de afrontamiento en los escolares les permiten enfrentar situaciones o contextos que le generen estrés durante toda su vida.

Según, Zamora (2018) en su investigación: “Estudio del nivel de estrés académico y estrategias de afrontamiento en estudiantes del tercer año de bachillerato de una unidad educativa particular religiosa”, cuyo objetivo fue determinar el nivel de relación entre las variables, con una muestra de 128 estudiantes, utilizando el cuestionario como instrumentos, teniendo como resultados que los “Estímulos estresores” tiene los índices más altos con el (69,82%), la variable “Estrategias de afrontamiento” muestra niveles bajos con el (59,86%). Concluyendo que si existe relación entre los niveles de estrés y el afrontamiento de los estudiantes.

Después de revisar los antecedentes teóricos, se revisaron las teorías que sustentan las variables en estudio encontrándose para la variable 1 estrés emocional el siguiente fundamento teórico: Teoría del estrés de Hans Seyle (1951) citado en Puente (2017) manifiesta que el estrés es un conjunto de reacciones que el cuerpo desarrolla como reacción antes algún estímulo que se presente de forma nociva. Estos estímulos pueden ser de carácter físico, psicológico o emocional. En este sentido, se genera una reacción que tiene un esquema definido ante cualquier situación que genere estrés, sin importar lo que lo causa, activándose en el individuo de manera inmediata el sistema autónomo que genera una acción ante situaciones estresantes (Fernández, 2010, citado en Lanchipa, 2019). Por lo que el estrés es considerado por el autor como un estado denominado el síndrome de adaptación general, constituido por diferentes respuestas de nivel fisiológico que se desarrollan en la parte cognoscitiva del individuo, desde la percepción que tiene de la realidad (Seyle, 1951, citado por Ospina, 2016).

Teoría del estrés de Lazarus y Folkman (1984) citado en Ruiz (2020) en su modelo explican los procedimientos mentales que se desarrollan a raíz de un evento perjudicial para el individuo, estableciendo los acontecimientos se vuelve estresantes por la interacción que ejerce entre el individuo y su medio circundante y que de acuerdo al grado del estresor la persona realiza una valoración del contexto y recursos que están a su alcance para enfrentar la situación que ha causado el estrés. En tal sentido, refieren que el afrontamiento del estrés es una contestación cognitiva y conductual que se origina para dirigir las exigencias tanto externas como internas que desbordan los recursos con los que cuenta el individuo (Lazarus y Folkman 1986, citado en Sánchez, Raich, Gutiérrez, y Deus, 2014). Por lo que el afrontamiento está vinculado a la persona y su entorno, lo que se puede comprender como situaciones diferentes que pueden ejercer influencia en el éxito o fracaso de una respuesta desarrollada por el individuo (Lazarus & Folkman, 1986; Rodríguez, 1995, como se citó en Boullosa, 2013).

Para Berrio (1960) citado en Gutiérrez y Amador (2016) el estrés es el cambio que se desarrolla como consecuencia de un síndrome específico, el cual consiste en los cambios diferentes que se generan inducidos al interior de un sistema biológico.

Por lo que, se considera que es el desarrollo de un cambio biológico que el individuo experimenta a consecuencia de una condición estresantes (Álvarez, 2005, citado por Ospina, 2016) que le permite reaccionar a nivel emocional, cognitivo, físico y conductual ante cualquier estímulo que genere estrés (Ifonso et al., 2015 citado en Alania, Llancari, Rafaele y Ortega, 2020).

Según, Ruiz y Barraza (2018) el estrés emocional es un cambio adaptativo y psicológico que se manifiesta en el individuo cuando se encuentra forzado por diferentes estresores, los cuales producen un desequilibrio en el sistema despertando múltiples síntomas tanto cognitivos como fisiológicos y conductuales.

De los factores que generan estrés, según Lazarus y Cohen (1977) citados por Puente (2017) existen tres factores: Los cambios mayores que son aquellos que generan estrés de manera universal y que no están al alcance de nuestro control como, por ejemplo, desastres naturales, violencia social, etc. Y que, además, son eventos que pueden mantenerse por periodos largos de tiempo, por lo que, la afectación tanto física y psicológica también pueden entenderse en la persona.

Los cambios mayores, que son aquellos cambios que solamente puede afectar a una sola persona o a un conjunto reducido de ellas. Entre los que se puede tener, la muerte de un familiar, una enfermedad prolongada. En ciertos casos estos eventos pueden llegar a estar establecidos por el mismo individuo, como la realización de un examen, tareas escolares, entre otras (Lazarus y Cohen, 1977, citados por Puente, 2017).

Los estresores diarios, es el conjunto de cosas que nos puede irritar de manera permanente o en un momento en específico, aunque estas experiencias o factores serán menos traumáticos o intensos que los cambios mayores, sin embargo, mucho más constantes, por lo tanto, se vuelven más importantes durante el proceso de adaptación y conservación de la salud física y mental que experimenta la persona.

Para el estudio de la variable 1 estrés emocional, se utilizó el modelo propuesto por Ruiz y Barraza (2018) quienes establecen tres dimensiones para el su estudio:

Estresores: son aquellos componentes que conllevan al individuo a la predisposición ante el estrés en su entorno, el cual también se ve influenciado por la carga emocional (Ruiz y Barraza, 2018). Síntomas: Son características conductuales, físicas y psicológicas que expresa un individuo en el entorno donde se desenvuelve (Ruiz y Barraza, 2018). Estrategias de afrontamiento: forma en que el individuo acciona con la finalidad de hacerle frente a los requerimientos internos y externos que ejercen influencia en el desequilibrio del individuo (Ruiz y Barraza, 2018).

Asimismo, se revisó el fundamento teórico de la variable 2 estrategias de afrontamiento del estrés encontrando que uno de los modelos más utilizados sobre el afrontamiento es el de Lazarus y Folkman (1984) citado en Ferran, González, García, Malo y Casas (2015), donde refieren que el afrontamiento son aquellos esfuerzos que el individuo ejerce conductual y cognoscitivo, que le ayudan a dirigir los requerimientos internos y externos que son apreciados como desbordantes de los recursos ofrecidos por el individuo (Lazarus y Folkman, 1984, p. 141, citados en Ferran et al., 2015). En este sentido los autores en su modelo encontraron dos estilos para enfrentar el estrés: El que se encuentra direccionado a la resolución del problema y el direccionado a las emociones o a restablecer la armonía emocional. En este sentido, Frydenberg y Lewis (1996a) citados en Ferran et al. (2015) distingue 3 estilos de afrontamiento: El productivo que incluye todas las acciones para la resolución de problemas. El no productivo que se refiere a aquellos sentimientos que se desarrollan de culpa, alejamiento social o actividades que no están direccionadas a resolver problemas. El orientado a otros que es el desarrollo de estrategias direccionadas a otras personas como buscar ayuda espiritual, profesional o social.

Modelo multidimensional propuesto por Ballesteros, Medina y Caicedo (2006) citados en Uribe, Ramos, Villamil y Palacio (2018), donde refieren que el bienestar psicológico del individuo se perfecciona durante todo su ciclo de vida, siendo la representación del potencial que cada persona tiene, el cual se estructura de seis dimensiones:

La auto-aceptación: que se refiere a la capacidad que tiene un individuo de sentirse bien consigo mismo, lo que consiste en la evaluación que uno mismo se realiza de sus particularidades personales (Ballesteros, Medina y Caicedo, 2006, citados en Uribe, Ramos, Villamil y Palacio, 2018).

Las relaciones inter-personales positivas: que es aquellas facultas que tiene el individuo para establecer buenas relaciones con los demás, basándose en la empatía y la confianza que se genera mutuamente (Ballesteros, Medina y Caicedo, 2006, citados en Uribe, Ramos, Villamil y Palacio, 2018).

La autonomía: es la autodeterminación, la regulación de conductas y la independencia que muestra la persona. Entendiéndose que a través de la autonomía el individuo está en la capacidad de soportar en niveles altos la precisión que ejerce la sociedad, así como, de ser capaces de adaptarse conductualmente a los diferentes requerimientos del contexto (Ballesteros, Medina y Caicedo, 2006, citados en Uribe, Ramos, Villamil y Palacio, 2018).

Dominio del entorno: Las personas que presentan un dominio adecuado del contexto donde se desenvuelven, poseen un mayor grado de sensación de manejo sobre su contexto cotidiano (Ballesteros, Medina y Caicedo, 2006, citados en Uribe, Ramos, Villamil y Palacio, 2018).

Propósito en la vida: se refiere a aquellos objetivos, metas y proyectos que le dan un rumbo a la vida del individuo (Ballesteros, Medina y Caicedo, 2006, citados en Uribe, Ramos, Villamil y Palacio, 2018).

Crecimiento personal: se refiere al esfuerzo permanente que el ser humano genera para perfeccionar sus capacidades con la finalidad de sentirse autorrealizado (Ballesteros, Medina y Caicedo, 2006, citados en Uribe, Ramos, Villamil y Palacio, 2018).

Según, Morales y Trianes (2012) citados en Morales y García (2017) definen las técnicas de afrontamiento del estrés, como aquellas conductas que se generan a consecuencia de la valoración que hace el individuo de los requerimientos ante una situación o problemas, por lo que, las estrategias que se utilicen ante una determinada situación serán diferentes antes cualquier otra. En este sentido, es necesario afrontar de manera productiva y sistémica los problemas que se generen en el ámbito social, familiar, de la salud y escolares, ya que influyen en la adaptación emocional, social y escolar.

Según, González et al. (2002) citado en Morales y Moysén (2015) las técnicas de afrontamiento del estrés son una serie de acciones y procesos cognitivos que capacitan a la persona con la finalidad de que pueda minimizar o tolerar los efectos que se producen a raíz de un estímulo estresante. En este sentido, es útil para el individuo el uso de estrategias de afrontamiento que sean positivas, ya que estas ayudan en la reducción del estrés y la salud física y mental a largo plazo. Sin embargo, existen las conductas inadaptativas, que minimizan los efectos del estrés solamente a corto plazo, lo que provoca un efecto dañino en la salud si este se prolonga en el tiempo. El ser humano al responder a estas situaciones, puede propiciar conductas menos adaptativas y de mayor vulnerabilidad en el individuo, lo que repercute en su desarrollo psíquico. Estas estrategias, se generan a raíz de las experiencias del individuo y se van modificando según los resultados que se obtengan en relación a las experiencias estresantes que tenga (Veloso, Caqueo, Caqueo, Muñoz y Villegas, 2010, citado en Morales y Moysén, 2015). Por lo tanto, la capacidad que muestre en individuo para afrontar situaciones estresantes, le permitirán adaptarse a los diferentes contextos que experimente lo cual tendrá un efecto significativo en su vida personal, familiar y social. Según como la persona en su etapa de adolescente afronte sus problemas, generara patrones de comportamientos para su vida adulta (Frydenberg y Lewis, 2000, citado en Morales y Moysén, 2015).

Para el estudio de la variable técnicas de afrontamiento del estrés se utilizó el modelo elaborado por Morales et al. (2012) Citados en Morales y García (2017),

quienes se basan en el fundamento teórico de Lazarus y Folkman (1984), donde establecen cuatro técnicas de afrontamiento: En el contexto familiar que realiza una apreciación de las estrategias que se utilizan en el contexto familiar, ante situaciones problemáticas relacionadas a la expresión emocional y de comunicación (Morales et al., 2012 citado en Morales y García, 2017). En el contexto de la salud es la apreciación de las estrategias a las que se recurre para afrontar situaciones dolorosas generadas por problemas de salud mental y física (Morales et al., 2012 citado en Morales y García, 2017). En las tareas escolares, es la apreciación de las estrategias que se utilizan para hacerle frente a situaciones relacionadas al ámbito escolar como carga académica, miedos al inicio de clases, bajo rendimiento entre otras (Morales et al., 2012 citado en Morales y García, 2017). El ámbito social es la apreciación de aquellas estrategias utilizadas para enfrentar situaciones que tienen que ver con las relaciones interpersonales, relaciones entre compañeros, dificultades para tomar decisiones frente a sus compañeros y el control de las emociones ante los demás (Morales et al., 2012 citado en Morales y García, 2017).

III. Metodología

3.1. Tipo y diseño de investigación

Tipo de investigación

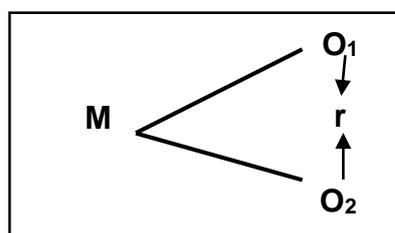
Fue de tipo básica ya que es una investigación que no se encuentra planteada para resolver un problema de la realidad a través de una aplicación práctica (Valderrama, 2015). Solo se busca conocer bajo fundamentos teóricos la existencia de una asociación entre la variable estrés emocional y la variable estrategias de afrontamiento en estudiantes 8º de la unidad educativa “Carlos Julio Arosemena”.

Diseño de investigación

Se utilizó un diseño no experimental ya que no se realizó manipulación alguna de la variable 1 para ver su efecto en otras variables (Hernández y Mendoza, 2018).

Asimismo, la investigación fue correlacional transaccional. Correlacional porque, se tuvo como objetivo principal establecer cuál es el nivel de asociación entre las variables de estudio (Carrasco, 2019). Transaccional porque, se realizará la recolección y análisis de los datos en un tiempo determinado (Sánchez y Reyes, 2017).

Su esquema es como sigue:



Dónde:

M: La muestra de estudio

O₁: Observación 1

r: relación de las variables de estudio.

O₂: Observación 2

3.2. Variables y operacionalización

Variable 1

Estrés emocional

Definición conceptual

Según, Ruiz y Barraza (2018) el estrés emocional es un cambio adaptativo y psicológico que se manifiesta en el individuo cuando se encuentra forzado por diferentes estresores, los cuales producen un desequilibrio en el sistema despertando múltiples síntomas tanto cognitivos como fisiológicos y conductuales.

Definición operacional

Para medir la variable 1 se utilizó la adaptación del cuestionario de estrés académico de Ruiz y Barraza (2018) con la finalidad de adecuarlo al contexto donde se realizó el estudio, dicho instrumento consta de tres dimensiones para el estudio de la variable: estresores, síntomas y estrategias de afrontamiento. El cual estuvo estructurado con opciones de respuesta múltiples en la escala de Likert.

Indicadores

Tareas escolares, exigencias escolares, tiempo, agotamiento, problemas, resolución de problemas, emociones.

Escala de medición

Ordinal

Variable 2

Técnicas de afrontamiento

Definición conceptual

Según, Morales y Trianes (2012) citados en Morales y García (2017) definen las técnicas de afrontamiento del estrés, como aquellas conductas que se generan a consecuencia de la valoración que hace el individuo de los requerimientos ante una situación o problemas, por lo que, las estrategias que se utilicen ante una determinada situación serán diferentes antes cualquier otra. En este sentido, es necesario afrontar de manera productiva y sistémica los problemas que se generen en el ámbito social, familiar, de la salud y escolares, ya que influyen en la adaptación emocional, social y escolar.

Definición operacional

Para medir la variable se utilizó la adaptación del cuestionario estrategias de afrontamiento del estrés de Morales et al. (2012) con la finalidad de adecuarlo al contexto donde se realizó el estudio, dicho instrumento hace referencia a cuatro situaciones de afrontamiento en el: contexto familiar, salud, tareas escolares y ámbito social. Diseñado con opciones de respuesta múltiples en escala de Likert.

Indicadores

Familia, ayuda, salud, emociones, rendimiento, estado emocional, relaciones interpersonales, aislamiento.

Escala de medición

Ordinal

Operacionalización de las variables

(Ver anexo N°3)

3.3.Población, muestra y muestreo

Población y muestra

La población estuvo conformada por 31 unidades de estudio (alumnos de octavo de básica), con características iguales a las solicitadas para el estudio. (Ñaupas, Valdivia, Palacios y Romero, 2018).

La población estuvo conformada por 31 estudiantes 8º de la unidad educativa “Carlos Julio Arosemena”.

Criterios de inclusión

- Estudiantes de octava de básica
- Estudiantes que ha sido consentida su participación.
- Estudiantes que asisten de manera regular a la escuela.

Criterios de exclusión

- Escolares que no culminen la evaluación.
- Estudiantes con permiso por enfermedad.

Muestra: Se refiere a una fracción o parte de la población de estudio que ha sido seleccionada para formar parte de la investigación (Lerma, 2019). La muestra estuvo constituida por 31 estudiantes 8º de la unidad educativa “Carlos Julio Arosemena”.

Muestreo: el muestreo utilizado fue el no probabilístico intencional. Donde no se requiere de procesos estadísticos para su elección, solo se hace uso de la experiencia y el criterio para determinar las unidades que serán parte de la investigación (Bonilla, 2019).

3.4. Técnicas e instrumentos de recolección de datos

Técnicas

Según, Córdova (2019) manifiesta que son conjunto de metodologías que se realizan por parte del investigador para el levantamiento de información de las unidades en estudio. Se utilizó como técnica la entrevista.

Instrumento

Según, Silvestre y Huamán (2019) es el recurso físico que utiliza quien investiga para registrar los datos obtenidos de la muestra en estudio. Para la obtención de información se utilizó el cuestionario de estrés emocional, el cual estuvo conformado por 17 preguntas, con opciones de respuesta múltiples en la escala de Likert, estructurado por tres dimensiones: estresores, síntomas y estrategias de afrontamiento. Asimismo, se utilizó el cuestionario de técnicas de afrontamiento, el cual está constituido por 20 preguntas, con opciones de respuesta en la escala de Likert y estructurado por cuatro dimensiones: familia, salud, tareas escolares y ámbito social.

Validez de instrumentos

Según, Vara (2015) es el grado que presenta un instrumento respecto a si realmente sirve para medir la variable que se pretende estudiar. La validez de los instrumentos fue obtenida mediante el juicio de profesionales expertos con amplio conocimiento y experiencia en la evaluación de las variables de estudio. Sus resultados mostraron una alta validez en ambos instrumentos.

Confiabilidad de instrumentos

Según, Pino (2019) es medida a través de los mismos resultados obtenidos por la aplicación del instrumento en momentos diferentes. En este sentido, la confiabilidad se obtuvo a través de la aplicación de una prueba piloto en una muestra similar a la que se está investigando, cuyos resultados mostraron que a través del análisis de la prueba estadística coeficiente del alfa de Crombach

se obtuvo para la variable 1 un coeficiente de ($,864$) y para la variable 2 un coeficiente de ($,825$) lo que nos permite inferir que existe una alta confiabilidad en ambos instrumentos.

3.5.Procedimientos

Se procedió con la obtención de las firmas en los consentimientos informados, se recogió la autorización para la realización de la investigación en la unidad educativa, se aplicaron los instrumentos a los 31 estudiantes en un tiempo aproximado de 15 minutos por alumno, se revisaron las respuestas y se llenaron en planillones por cada una de las dimensiones para su posterior análisis con el paquete estadístico SPSS 23.

3.6.Método de análisis de datos

Se utilizó el paquete estadístico SPSS Versión 23, para el análisis de los datos, se analizaron los datos mediante la estadística descriptiva aplicada a cada una de las variables y se utilizó la estadística inferencial para realizar la contratación de hipótesis a través de la prueba paramétrica rho de spearman, para luego ser presentando los resultados en tablas unidireccionales y de doble entrada, así como, en graficas que permitieron conocer en resumen y de manera clara los resultados obtenidos.

3.7.Aspectos éticos

Los aspectos éticos son aquellos principios de moralidad que debe tener en consideración el investigador antes, durante y después del estudio (Palomino, Peña, Zevallos y Orizano, 2019). Dentro de los aspectos éticos considerados fueron la realización protocolar del consentimiento informado, respeto de la dignidad de los participantes, uso correcto de la información, confidencialidad en los nombres y datos obtenidos de los participantes, uso de las normas internacionales APA para citar a los autores.

IV. Resultados

Del **objetivo general** que consiste en determinar la relación que existe entre el estrés emocional y las técnicas de afrontamiento en estudiantes 8º de la Unidad Educativa “Carlos Julio Arosemena” Santa Elena, 2020. Se encontraron los siguientes resultados:

Tabla 1 Distribución de los niveles del estrés emocional y los niveles de las técnicas de afrontamiento en estudiantes 8º de la Unidad Educativa “Carlos Julio Arosemena” Santa Elena, 2020.

		Nivel de las Técnicas de afrontamiento			Total	
		Bajo (20 - 50)	Medio (51 - 57)	Alto (58 - 100)		
Nivel del Estrés emocional	Bajo (17 - 48)	Nº de estudiantes	6	3	2	11
		Porcentaje	19,4%	9,7%	6,5%	35,5%
	Medio (49 - 54)	Nº de estudiantes	3	5	2	10
		Porcentaje	9,7%	16,1%	6,5%	32,3%
	Alto (55 - 85)	Nº de estudiantes	2	4	4	10
		Porcentaje	6,5%	12,9%	12,9%	32,3%
Total		Nº de estudiantes	11	12	8	31
		Porcentaje	35,5%	38,7%	25,8%	100,0%

Fuente: Elaboración propia

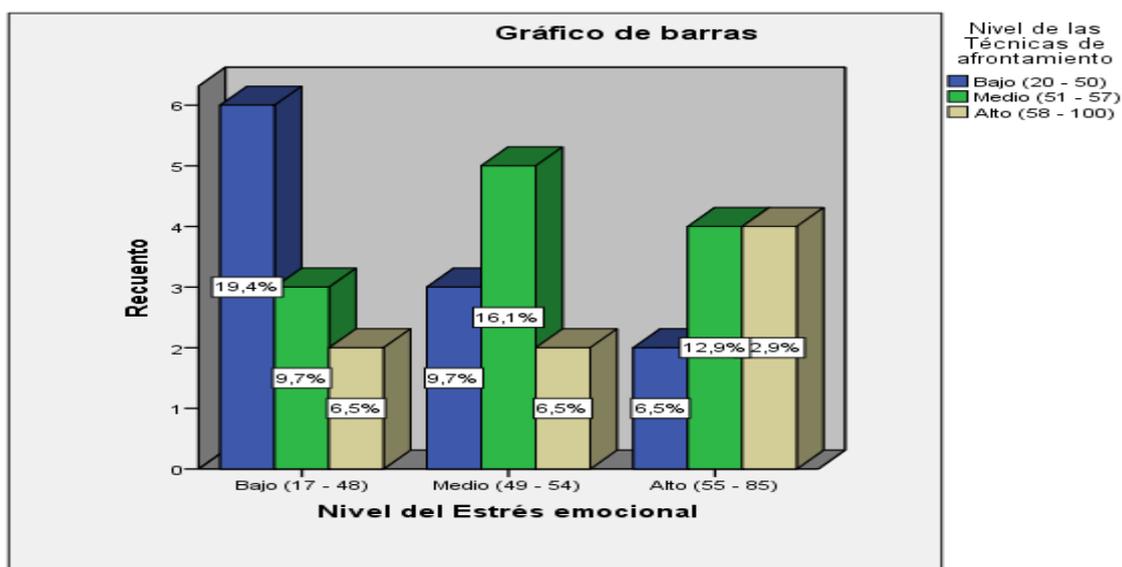


Figura 1 Distribución de los niveles del estrés emocional y los niveles de las técnicas de afrontamiento en estudiantes 8º de la Unidad Educativa “Carlos Julio Arosemena” Santa Elena, 2020.

Fuente: Elaboración propia

Como se puede apreciar en la tabla N° 01 y figura N° 01, se observa que el 19.4% de los estudiantes 8º de la Unidad Educativa “Carlos Julio Arosemena” Santa Elena tienen un nivel bajo en el estrés emocional con un nivel bajo en las técnicas de afrontamiento, el 9.7% de los estudiantes tienen un nivel bajo en el estrés emocional con un nivel medio en las técnicas de afrontamiento, el 6.5% de los estudiantes tienen un nivel bajo en el estrés emocional con un nivel alto en las técnicas de afrontamiento. También se observa que el 9.7% de los estudiantes tienen un nivel medio en el estrés emocional con un nivel bajo en las técnicas de afrontamiento, el 16.1% de los estudiantes tienen un nivel medio en el estrés emocional con un nivel medio en las técnicas de afrontamiento, el 6.5% de los estudiantes tienen un nivel medio en el estrés emocional con un nivel alto en las técnicas de afrontamiento. Por otro lado, se observa que el 6.5% de los estudiantes tienen un nivel alto en el estrés emocional con un nivel bajo en las técnicas de afrontamiento, el 12.9% de los estudiantes tienen un nivel alto en el estrés emocional con un nivel medio en las técnicas de afrontamiento, el 12.9% de los estudiantes tienen un nivel alto en el estrés emocional con un nivel alto en las técnicas de afrontamiento.

Tabla 2 Prueba rho de spearman para medir la relación entre los niveles del estrés emocional y los niveles de las técnicas de afrontamiento en estudiantes 8º de la Unidad Educativa “Carlos Julio Arosemena” Santa Elena, 2020.

		Valor	Aprox. Sig.
Ordinal por ordinal	Correlación de Spearman	,301	0,1
N de casos válidos		31	

Fuente: Elaboración propia

En la tabla 02, se observa que el valor de Rho de Spearman fue de 0,301 esto quiere decir que la correlación tiene un nivel baja positiva entre la el estrés emocional y las técnicas de afrontamiento en los estudiantes 8º de la Unidad Educativa “Carlos Julio Arosemena” Santa Elena, 2020. Además, la prueba de hipótesis de Rho de Spearman no es significativa, ya que su valor de significancia (0.1) es mayor al 5%. Por lo tanto, se acepta la hipótesis nula, esto quiere decir que no existe relación significativa entre el estrés emocional y las técnicas de afrontamiento.

Del **Objetivo Específico N° 01** que consiste en determinar el nivel del estrés emocional en estudiantes 8° de la Unidad Educativa “Carlos Julio Arosemena” Santa Elena, 2020. Se obtuvo los siguientes resultados:

Tabla 3 Distribución del nivel del estrés emocional en estudiantes 8° de la Unidad Educativa “Carlos Julio Arosemena” Santa Elena, 2020.

	Baremación	N° de estudiantes	Porcentajes
Nivel del Estrés emocional	Bajo (17 - 48)	11	35,5
	Medio (49 - 54)	10	32,3
	Alto (55 - 85)	10	32,3
	Total	31	100,0

Fuente: Elaboración propia, Cuestionario (2020)

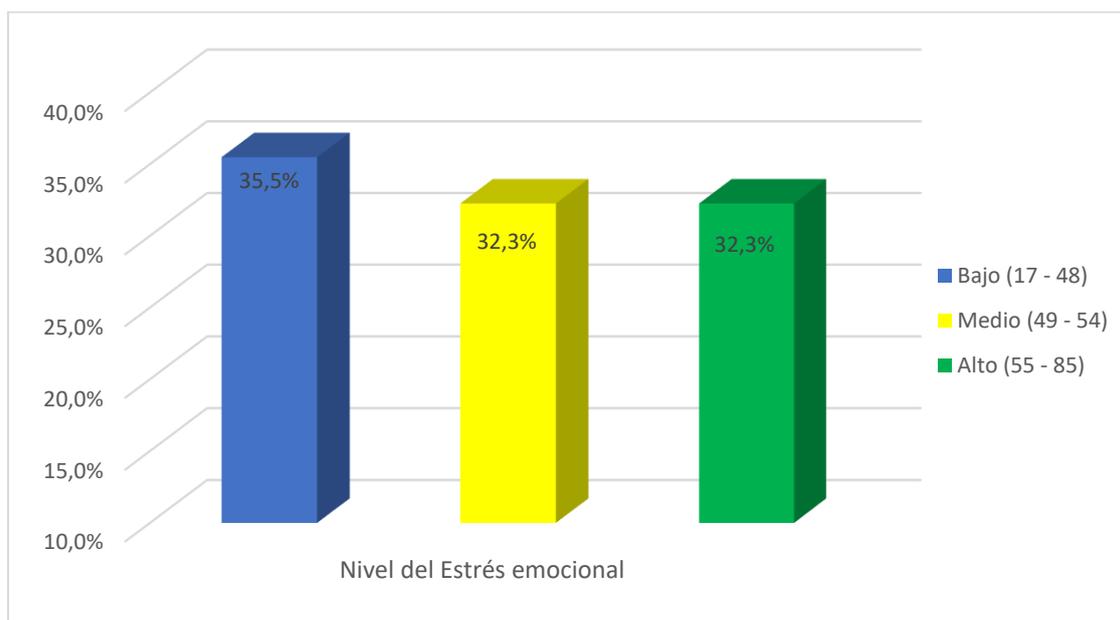


Figura 2 Distribución del nivel del estrés emocional en estudiantes 8° de la Unidad Educativa “Carlos Julio Arosemena” Santa Elena, 2020.

Descripción: Como se observa en la tabla N° 03 y Figura N° 02, el 35.5% de estudiantes 8° de la Unidad Educativa “Carlos Julio Arosemena” Santa Elena, tienen un nivel bajo en el estrés emocional, el 32.3% de los estudiantes alcanzaron un nivel medio en el estrés emocional y por último el 32.3% de los estudiantes alcanzaron un nivel alto en el estrés emocional.

Del **Objetivo Específico N° 02** que consiste en determinar el nivel de las técnicas de afrontamiento en estudiantes 8° de la Unidad Educativa “Carlos Julio Arosemena” Santa Elena, 2020. Se obtuvo los siguientes resultados:

Tabla 4 Distribución de las técnicas de afrontamiento en estudiantes 8° de la Unidad Educativa “Carlos Julio Arosemena” Santa Elena, 2020.

	Baremación	N° de estudiantes	Porcentajes
Nivel de las Técnicas de afrontamiento	Bajo (20 - 50)	11	35,5
	Medio (51 - 57)	12	38,7
	Alto (58 - 100)	8	25,8
	Total	31	100,0

Fuente: Elaboración propia, Cuestionario (2020)

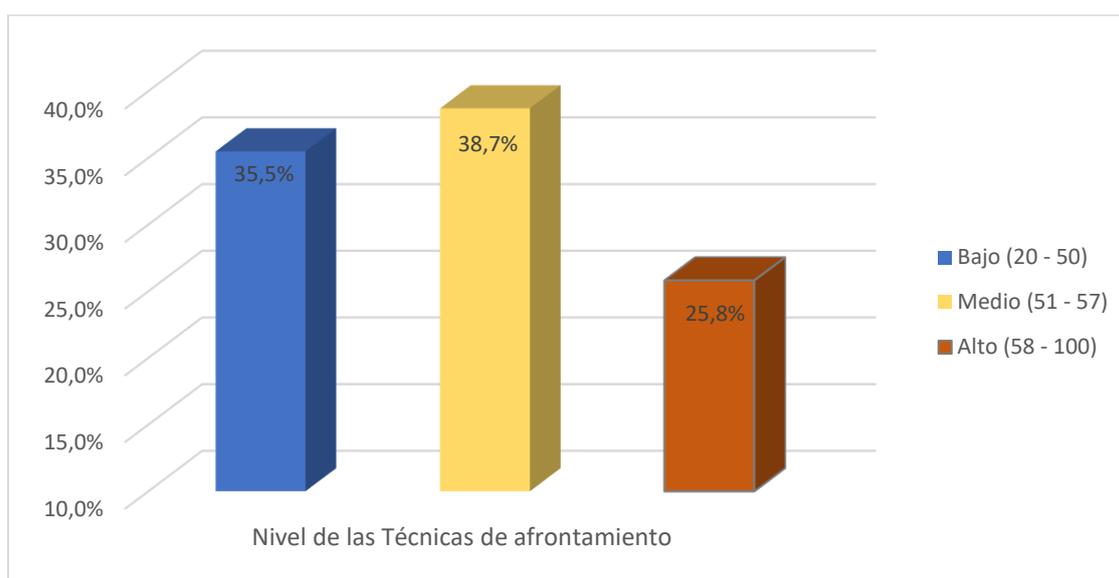


Figura 3 Distribución de las técnicas de afrontamiento en estudiantes 8° de la Unidad Educativa “Carlos Julio Arosemena” Santa Elena, 2020.

Fuente: Elaboración propia, Cuestionario (2020)

Descripción: Como se observa en la tabla N° 04 y Figura N° 03, el 35.5% de estudiantes 8° de la Unidad Educativa “Carlos Julio Arosemena” Santa Elena, tienen un nivel bajo en las técnicas de afrontamiento, el 38.7% de los estudiantes alcanzaron un nivel medio en las técnicas de afrontamiento y por último el 25.8% de los estudiantes alcanzaron un nivel alto en las técnicas de afrontamiento.

Del **objetivo específico N° 03** que consiste determinar la relación que existe entre la dimensión estresores y las técnicas de afrontamiento en estudiantes 8° de la Unidad Educativa “Carlos Julio Arosemena” Santa Elena, 2020. Se encontraron los siguientes resultados:

Tabla 5 Distribución de los niveles de la dimensión estresores y los niveles de las técnicas de afrontamiento en estudiantes 8° de la Unidad Educativa “Carlos Julio Arosemena” Santa Elena, 2020.

		<u>Nivel de las Técnicas de afrontamiento</u>			Total	
		Bajo (20 - 50)	Medio (51 - 57)	Alto (58 - 100)		
Nivel de la dimensión: Estresores	Bajo (5 - 15)	N° de estudiantes	5	6	3	14
		Porcentaje	16,1%	19,4%	9,7%	45,2%
	Medio (16 - 18)	N° de estudiantes	4	5	0	9
		Porcentaje	12,9%	16,1%	0,0%	29,0%
	Alto (19 - 25)	N° de estudiantes	2	1	5	8
		Porcentaje	6,5%	3,2%	16,1%	25,8%
	Total	N° de estudiantes	11	12	8	31
		Porcentaje	35,5%	38,7%	25,8%	100,0%

Fuente: Elaboración propia

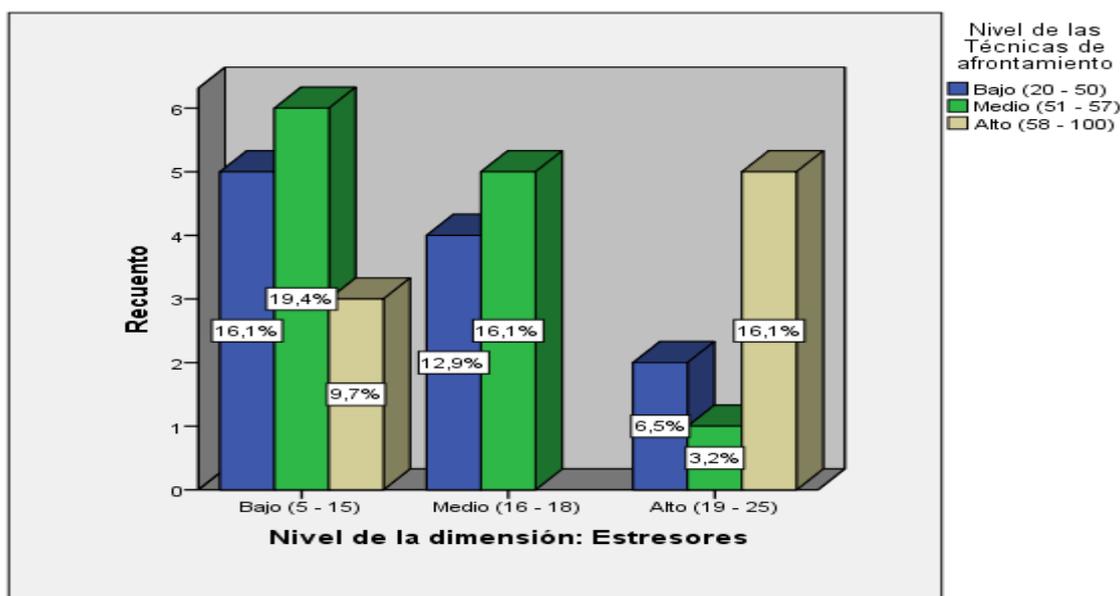


Figura 4 Distribución de los niveles de la dimensión estresores y los niveles de las técnicas de afrontamiento en estudiantes 8º de la Unidad Educativa “Carlos Julio Arosemena” Santa Elena, 2020.

Fuente: Elaboración propia

Como se puede apreciar en la tabla N° 05 y figura N° 04 se observa que el 16.1% de los estudiantes 8º de la Unidad Educativa “Carlos Julio Arosemena” Santa Elena tienen un nivel bajo en la dimensión estresores con un nivel bajo en las técnicas de afrontamiento, el 19.4% de los estudiantes tienen un nivel bajo en la dimensión estresores con un nivel medio en las técnicas de afrontamiento, el 9.7% de los estudiantes tienen un nivel bajo en la dimensión estresores con un nivel alto en las técnicas de afrontamiento. También se observa que el 12.9% de los estudiantes tienen un nivel medio en la dimensión estresores con un nivel bajo en las técnicas de afrontamiento, el 16.1% de los estudiantes tienen un nivel medio en la dimensión estresores con un nivel medio en las técnicas de afrontamiento, ningún estudiante tiene un nivel medio en la dimensión estresores con un nivel alto en las técnicas de afrontamiento. Por otro lado, se observa que el 6.5% de los estudiantes tienen un nivel alto en la dimensión: Estresores con un nivel bajo en las técnicas de afrontamiento, el 3.2% de los estudiantes tienen un nivel alto en la dimensión estresores con un nivel medio en las técnicas de afrontamiento, el 16.1% de los estudiantes tienen un nivel alto en la dimensión estresores con un nivel alto en las técnicas de afrontamiento.

Tabla 6 Prueba rho de spearman para medir la relación entre los niveles de la dimensión estresores y los niveles de las técnicas de afrontamiento en estudiantes 8º de la Unidad Educativa “Carlos Julio Arosemena” Santa Elena, 2020.

		Valor	Aprox. Sig.
Ordinal por ordinal	Correlación de Spearman	,187	,313
N de casos válidos		31	

Fuente: Elaboración propia

En la tabla 06, se observa que el valor de Rho de Spearman fue de 0,187 esto quiere decir que la correlación tiene un nivel muy baja positiva entre la dimensión estresores y las técnicas de afrontamiento en los estudiantes 8º de la Unidad Educativa “Carlos Julio Arosemena” Santa Elena, 2020. Además, la prueba de hipótesis de Rho de Spearman no es significativa, ya que su valor de significancia (0.313) es mayor al 5%. Por lo tanto, se acepta la hipótesis nula, esto quiere decir que no existe relación significativa entre la dimensión estresores y las técnicas de afrontamiento.

Del **objetivo específico N° 04** que consiste determinar la relación que existe entre la dimensión síntomas y las técnicas de afrontamiento en estudiantes 8° de la Unidad Educativa “Carlos Julio Arosemena” Santa Elena, 2020. Se encontraron los siguientes resultados:

Tabla 7 Distribución de los niveles de la dimensión síntomas y los niveles de las técnicas de afrontamiento en estudiantes 8° de la Unidad Educativa “Carlos Julio Arosemena” Santa Elena, 2020.

		Nivel de las Técnicas de afrontamiento			Total	
		Bajo (20 - 50)	Medio (51 - 57)	Alto (58 - 100)		
Nivel de la dimensión: Síntomas	Bajo (6 - 12)	N° de estudiantes	5	6	3	14
		Porcentaje	16,1%	19,4%	9,7%	45,2%
	Medio (13 - 15)	N° de estudiantes	4	3	3	10
		Porcentaje	12,9%	9,7%	9,7%	32,3%
	Alto (16 - 30)	N° de estudiantes	2	3	2	7
		Porcentaje	6,5%	9,7%	6,5%	22,6%
	Total	N° de estudiantes	11	12	8	31
		Porcentaje	35,5%	38,7%	25,8%	100,0%

Fuente: Elaboración propia

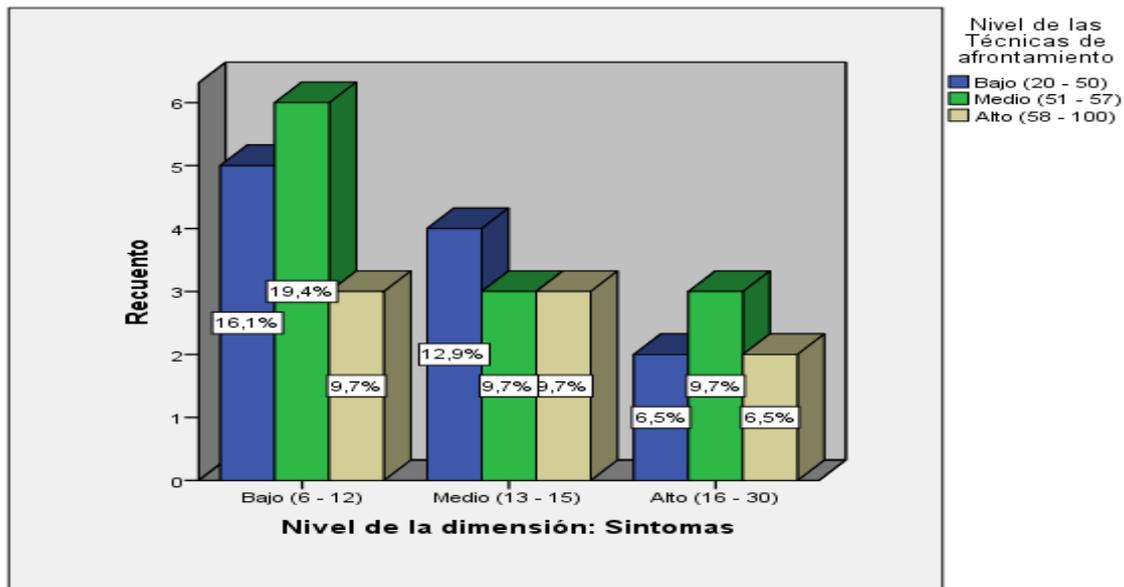


Figura 5 Distribución de los niveles de la dimensión síntomas y los niveles de las técnicas de afrontamiento en estudiantes 8º de la Unidad Educativa “Carlos Julio Arosemena” Santa Elena, 2020.

Fuente: Elaboración propia

Como se puede apreciar en la tabla N° 07 y figura N° 05 se observa que el 16.1% de los estudiantes 8º de la Unidad Educativa “Carlos Julio Arosemena” Santa Elena tienen un nivel bajo en la dimensión síntomas con un nivel bajo en las técnicas de afrontamiento, el 19.4% de los estudiantes tienen un nivel bajo en la dimensión síntomas con un nivel medio en las técnicas de afrontamiento, el 9.7% de los estudiantes tienen un nivel bajo en la dimensión síntomas con un nivel alto en las técnicas de afrontamiento. También se observa que el 12.9% de los estudiantes tienen un nivel medio en la dimensión síntomas con un nivel bajo en las técnicas de afrontamiento, el 9.7% de los estudiantes tienen un nivel medio en la dimensión síntomas con un nivel medio en las técnicas de afrontamiento, el 9.7% de los estudiantes tienen un nivel medio en la dimensión síntomas con un nivel alto en las técnicas de afrontamiento. Por otro lado, se observa que el 6.5% de los estudiantes tienen un nivel alto en la dimensión: Síntomas con un nivel bajo en las técnicas de afrontamiento, el 9.7% de los estudiantes tienen un nivel alto en la dimensión síntomas con un nivel medio en las técnicas de afrontamiento, el 6.5% de los estudiantes tienen un nivel alto en la dimensión síntomas con un nivel alto en las técnicas de afrontamiento.

Tabla 8 Prueba rho de spearman para medir la relación entre los niveles de la dimensión síntomas y los niveles de las técnicas de afrontamiento en estudiantes 8º de la Unidad Educativa “Carlos Julio Arosemena” Santa Elena, 2020.

		Valor	Aprox. Sig.
Ordinal por ordinal	Correlación de Spearman	,066	,726
N de casos válidos		31	

Fuente: Elaboración propia

En la tabla 08, se observa que el valor de Rho de Spearman fue de 0,066 esto quiere decir que la correlación tiene un nivel muy baja positiva entre la dimensión síntomas y las técnicas de afrontamiento en los estudiantes 8º de la Unidad Educativa “Carlos Julio Arosemena” Santa Elena, 2020. Además, la prueba de hipótesis del Rho de Spearman no es significativa, ya que su valor de significancia (0.726) es mayor al 5%. Por lo tanto, se acepta la hipótesis nula, esto quiere decir que no existe relación significativa entre la dimensión síntomas y las técnicas de afrontamiento.

Del **objetivo específico N° 05** que consiste determinar la relación que existe entre la dimensión estrategias de afrontamiento y las técnicas de afrontamiento en estudiantes 8º de la Unidad Educativa “Carlos Julio Arosemena” Santa Elena, 2020. Se encontraron los siguientes resultados:

Tabla 9 Distribución de los niveles de la dimensión estrategias de afrontamiento y los niveles de las técnicas de afrontamiento en estudiantes 8º de la Unidad Educativa “Carlos Julio Arosemena” Santa Elena, 2020.

		Nivel de las técnicas de afrontamiento			Total	
		Bajo (20 - 50)	Medio (51 - 57)	Alto (58 - 100)		
Nivel de la dimensión: Estrategias de afrontamiento	Bajo (6 - 20)	N° de estudiantes	6	3	4	13
		Porcentaje	19,4%	9,7%	12,9%	41,9%
	Medio (21 - 23)	N° de estudiantes	3	5	1	9
		Porcentaje	9,7%	16,1%	3,2%	29,0%
	Alto (24 - 30)	N° de estudiantes	2	4	3	9
		Porcentaje	6,5%	12,9%	9,7%	29,0%
Total	N° de estudiantes	11	12	8	31	
	Porcentaje	35,5%	38,7%	25,8%	100,0%	

Fuente: Elaboración propia

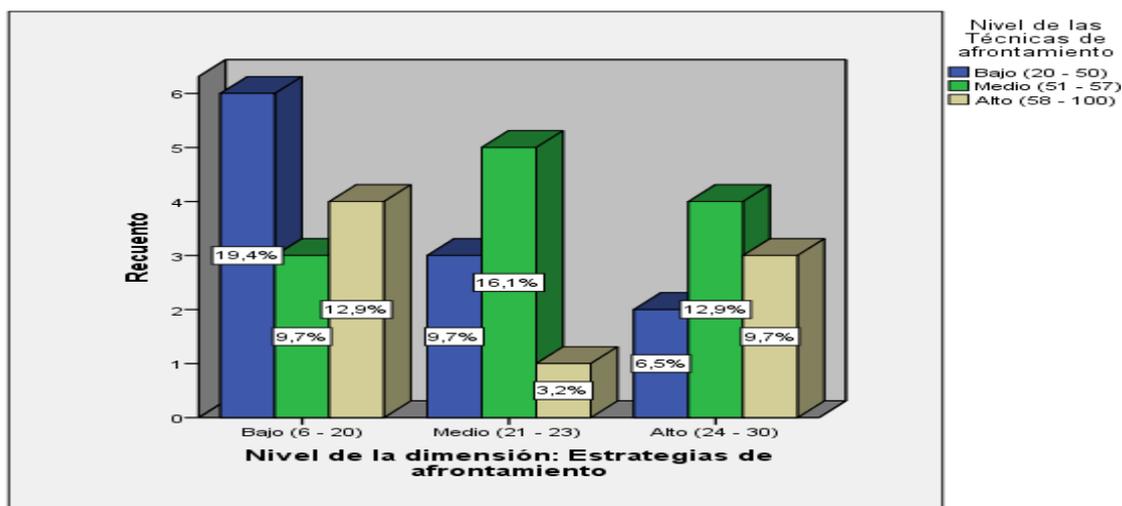


Figura 6 Distribución de los niveles de la dimensión estrategias de afrontamiento y los niveles de las técnicas de afrontamiento en estudiantes 8º de la Unidad Educativa “Carlos Julio Arosemena” Santa Elena, 2020.

Fuente: Elaboración propia

Como se puede apreciar en la tabla N° 09 y figura N° 06 se observa que el 19.4% de los estudiantes 8º de la Unidad Educativa “Carlos Julio Arosemena” Santa Elena tienen un nivel bajo en la dimensión estrategias de afrontamiento con un nivel bajo en las técnicas de afrontamiento, el 9.7% de los estudiantes tienen un nivel bajo en la dimensión estrategias de afrontamiento con un nivel medio en las técnicas de afrontamiento, el 12.9% de los estudiantes tienen un nivel bajo en la dimensión estrategias de afrontamiento con un nivel alto en las técnicas de afrontamiento. También se observa que el 9.7% de los estudiantes tienen un nivel medio en la dimensión estrategias de afrontamiento con un nivel bajo en las técnicas de afrontamiento, el 16.1% de los estudiantes tienen un nivel medio en la dimensión estrategias de afrontamiento con un nivel medio en las técnicas de afrontamiento, el 3.2% de los estudiantes tienen un nivel medio en la dimensión estrategias de afrontamiento con un nivel alto en las técnicas de afrontamiento. Por otro lado, se observa que el 6.5% de los estudiantes tienen un nivel alto en la dimensión estrategias de afrontamiento con un nivel bajo en las técnicas de afrontamiento, el 12.9% de los estudiantes tienen un nivel alto en la dimensión estrategias de afrontamiento con un nivel medio en las técnicas de afrontamiento, el 9.7% de los estudiantes tienen un nivel alto en la dimensión estrategias de afrontamiento con un nivel alto en las técnicas de afrontamiento.

Tabla 10 Prueba rho de spearman para medir la relación entre los niveles de la dimensión estrategias de afrontamiento y los niveles de las técnicas de afrontamiento en estudiantes 8º de la Unidad Educativa “Carlos Julio Arosemena” Santa Elena, 2020.

		Valor	Aprox. Sig.
Ordinal por ordinal	Correlación de Spearman	,132	,477
N de casos válidos		31	

Fuente: Elaboración propia

En la tabla 10, se observa que el valor de Rho de Spearman fue de 0,132 esto quiere decir que la correlación tiene un nivel muy baja positiva entre la dimensión estrategias de afrontamiento y las técnicas de afrontamiento en los estudiantes 8º de la Unidad Educativa “Carlos Julio Arosemena” Santa Elena, 2020. Además, la prueba de hipótesis del Rho de Spearman no es significativa, ya que su valor de significancia (0.477) es mayor al 5%. Por lo tanto, se acepta la hipótesis nula, esto quiere decir que no existe relación significativa entre la dimensión estrategias de afrontamiento y las técnicas de afrontamiento.

V. Discusión

Después de realizar el análisis de los datos obtenidos a través de la aplicación de los instrumentos en los estudiantes. Respecto al objetivo general: Determinar la relación que existe entre el estrés emocional y las técnicas de afrontamiento en estudiantes 8º de la Unidad Educativa “Carlos Julio Arosemena” Santa Elena, 2020. Los resultados demostraron que el valor de Rho de Spearman fue de 0,301 por lo que la correlación tiene un nivel baja positiva entre el estrés emocional y las técnicas de afrontamiento. Además, la prueba de hipótesis del Rho de Spearman no es significativa, ya que su valor de significancia (0.1) es mayor al 5%. Por lo tanto, no existe relación significativa entre el estrés emocional y las técnicas de afrontamiento. Se encuentra coincidencia con los resultados obtenidos por Serna (2018) quien concluye que entre el estrés académico y el clima escolar no existe una relación significativa ($p=0,548$). Sin embargo, se difiere con lo obtenido por Rojas (2018) quien concluye que si existe relación significativa entre el estrés académico y las estrategias de afrontamiento con un ($r = 0,406$). Asimismo, se encuentra coincidencia con los resultados de Vilcacundo (2020) al concluir que el uso de estrategias para hacerle frente al estrés permite que puedan enfrentar situaciones difíciles durante toda su existencia. También se encuentra diferencia con lo obtenido por Escajadillo (2019) quien concluye que Estrés académico tiene relación positiva con los hábitos de estudio ($Rho = ,840$).

Se encuentra diferencia con lo manifestado por Hans Seyle (1951) citado en Puente (2017) en su teoría del estrés quien refiere que es un conjunto de reacciones que el cuerpo desarrolla como reacción antes algún estímulo que se presente de forma nociva. Estos estímulos pueden ser de carácter físico, psicológico o emocional. En este sentido, se genera una reacción que tiene un esquema definido ante cualquier situación que genere estrés, sin importar lo que lo causa, activándose en el individuo de manera inmediata el sistema autónomo que genera una acción ante situaciones estresantes (Fernández, 2010, citado en Lanchipa, 2019). Por lo que el estrés es considerado por el autor como un estado denominado el síndrome de adaptación general, constituido por diferentes respuestas de nivel fisiológico que se

desarrollan en la parte cognoscitiva del individuo, desde la percepción que tiene de la realidad (Seyle, 1951, citado por Ospina, 2016). Asimismo, se encuentra diferencia con lo manifestado por Lazarus y Folkman (1984) citado en Ruiz (2020) en su modelo teórico, donde explican los procedimientos mentales que se desarrollan a raíz de un evento perjudicial para el individuo, estableciendo los acontecimientos se vuelve estresantes por la interacción que se ejerce entre el individuo y su medio circundante y que de acuerdo al grado del estresor la persona realiza una valoración del contexto y recursos que están a su alcance para enfrentar la situación que ha causado el estrés. Asimismo, Para Berrio (1960) citado en Gutiérrez y Amador (2016) el estrés es el cambio que se desarrolla como consecuencia de un síndrome específico, el cual consiste en los cambios diferentes que se generan inducidos al interior de un sistema biológico. Por lo que, se considera que es el desarrollo de un cambio biológico que el individuo experimenta a consecuencia de una condición estresantes. (Álvarez, 2005, citado por Ospina, 2016).

Asimismo, se encuentra diferencia con lo manifestado por Lazarus y Cohen (1977) citados por Puente (2017) quienes refieren que existen tres factores que generan estrés: Los cambios mayores que son aquellos que generan estrés de manera universal y que no están al alcance de nuestro control como, por ejemplo, desastres naturales, violencia social, etc. Y que, además, son eventos que pueden mantenerse por periodos largos de tiempo, por lo que, la afectación tanto física y psicológica también pueden extenderse en la persona. Los cambios mayores, que son aquellos cambios que solamente puede afectar a una sola persona o a un conjunto reducido de ellas. Entre los que se puede tener, la muerte de un familiar, una enfermedad prolongada. En ciertos casos estos eventos pueden llegar a estar establecidos por el mismo individuo, como la realización de un examen, tareas escolares, entre otras (Lazarus y Cohen, 1977, citados por Puente, 2017). Los estresores diarios, es el conjunto de cosas que nos puede irritar de manera permanente o en un momento en específico, aunque estas experiencias o factores serán menos traumáticos o intensos que los cambios mayores, son, sin embargo, mucho más constantes, por lo tanto, se vuelven más importantes durante el proceso

de adaptación y conservación de la salud física y mental que experimenta la persona.

En tal sentido, refieren que el afrontamiento del estrés es una contestación cognitiva y conductual que se origina para dirigir las exigencias tanto externas como internas que desbordan los recursos con los que cuenta el individuo (Lazarus y Folkman 1986, citado en Sánchez, Raich, Gutiérrez, y Deus, 2014). Por lo que el afrontamiento está vinculado a la persona y su entorno, lo que se puede comprender como situaciones diferentes que pueden ejercer influencia en el éxito o fracaso de una respuesta desarrollada por el individuo (Lazarus & Folkman, 1986; Rodríguez, 1995, como se citó en Boullosa, 2013). Asimismo, Para Berrio (1960) citado en Gutiérrez y Amador (2016) el estrés es el cambio que se desarrolla como consecuencia de un síndrome específico, el cual consiste en los cambios diferentes que se generan inducidos al interior de un sistema biológico. Por lo que, se considera que es el desarrollo de un cambio biológico que el individuo experimenta a consecuencia de una condición estresantes. (Álvarez, 2005, citado por Ospina, 2016) que le permite reaccionar a nivel emocional, cognitivo, físico y conductual ante cualquier estímulo que genere estrés (Ifonso et al., 2015 citado en Alania, Llancari, Rafaele y Ortega, 2020). Según, Ruiz y Barraza (2018) el estrés emocional es un cambio adaptativo y psicológico que se manifiesta en el individuo cuando se encuentra forzado por diferentes estresores, los cuales producen un desequilibrio en el sistema despertando múltiples síntomas tanto cognitivos como fisiológicos y conductuales.

De igual manera, se encuentra diferencia con lo manifestado por Lazarus y Folkman (1984) citado en Ferran, González, García, Malo y Casas (2015), donde refieren que el afrontamiento son aquellos esfuerzos que el individuo ejerce conductual y cognoscitivo, que le ayudan a dirigir los requerimientos internos y externos que son apreciados como desbordantes de los recursos ofrecidos por el individuo (Lazarus y Folkman, 1984, p. 141, citados en Ferran et al., 2015). En este sentido, los autores en su modelo encontraron dos estilos para enfrentar el estrés: El que se encuentra

direccionado a la resolución del problema y el direccionado a las emociones o a restablecer la armonía emocional. En este sentido, Frydenberg y Lewis (1996a) citados en Ferran et al. (2015) distingue 3 estilos de afrontamiento: el productivo que incluye todas las acciones para la resolución de problemas. El no productivo que se refiere a aquellos sentimientos que se desarrollan de culpa, alejamiento social o actividades que no están direccionadas a resolver problemas. El orientado a otros que es el desarrollo de estrategias direccionadas a otras personas como buscar ayuda espiritual, profesional o social. Asimismo, se encuentra diferencia con lo manifestado por Ballesteros, Medina y Caicedo (2006) citados en Uribe, Ramos, Villamil y Palacio (2018), en su modelo multidimensional donde refieren que el bienestar psicológico del individuo se perfecciona durante todo su ciclo de vida, siendo la representación del potencial que cada persona tiene, el cual se estructura de seis dimensiones: La auto-aceptación: que se refiere a la capacidad que tiene un individuo de sentirse bien consigo mismo, lo que consiste en la evaluación que uno mismo se realiza de sus particularidades personales (Ballesteros, Medina y Caicedo, 2006, citados en Uribe, Ramos, Villamil y Palacio, 2018). Las relaciones inter-personales positivas: que es aquellas facultas que tiene el individuo para establecer buenas relaciones con los demás, basándose en la empatía y la confianza que se genera mutuamente (Ballesteros, Medina y Caicedo, 2006, citados en Uribe, Ramos, Villamil y Palacio, 2018). La autonomía: es la autodeterminación, la regulación de conductas y la independencia que muestra la persona. Entendiéndose que a través de la autonomía el individuo está en la capacidad de soportar en niveles altos la presión que ejerce la sociedad, así como, de ser capaces de adaptarse conductualmente a los diferentes requerimientos del contexto (Ballesteros, Medina y Caicedo, 2006, citados en Uribe, Ramos, Villamil y Palacio, 2018). Dominio del entorno: Las personas que presentan un dominio adecuado del contexto donde se desenvuelven, poseen un mayor grado de sensación de manejo sobre su contexto cotidiano (Ballesteros, Medina y Caicedo, 2006, citados en Uribe, Ramos, Villamil y Palacio, 2018). Propósito en la vida: se refiere a aquellos objetivos, metas y proyectos que le dan un rumbo a la vida del individuo (Ballesteros, Medina y Caicedo, 2006, citados en Uribe, Ramos, Villamil y Palacio, 2018). Crecimiento personal: se refiere al esfuerzo permanente que el ser humano genera para perfeccionar sus capacidades con la finalidad de

sentirse autorrealizado (Ballesteros, Medina y Caicedo, 2006, citados en Uribe, Ramos, Villamil y Palacio, 2018).

Según, Morales y Trianes (2012) citados en Morales y García (2017) definen las técnicas de afrontamiento del estrés, como aquellas conductas que se generan a consecuencia de la valoración que hace el individuo de los requerimientos ante una situación o problemas, por lo que, las estrategias que se utilicen ante una determinada situación serán diferentes antes cualquier otra. En este sentido, es necesario afrontar de manera productiva y sistémica los problemas que se generen en el ámbito social, familiar, de la salud y escolares, ya que influyen en la adaptación emocional, social y escolar. Según, Morales y Trianes (2012) citados en Morales y García (2017) definen las técnicas de afrontamiento del estrés, como aquellas conductas que se generan a consecuencia de la valoración que hace el individuo de los requerimientos ante una situación o problemas, por lo que, las estrategias que se utilicen ante una determinada situación serán diferentes antes cualquier otra. En este sentido, es necesario afrontar de manera productiva y sistémica los problemas que se generen en el ámbito social, familiar, de la salud y escolares, ya que influyen en la adaptación emocional, social y escolar. De igual manera, se encuentra diferencia con lo manifestado por González et al. (2002) citado en Morales y Moysén (2015) las técnicas de afrontamiento del estrés son una serie de acciones y procesos cognitivos que capacitan a la persona con la finalidad de que pueda minimizar o tolerar los efectos que se producen a raíz de un estímulo estresante. En este sentido, es útil para el individuo el uso de estrategias de afrontamiento que sean positivas, ya que estas ayudan en la reducción del estrés y la salud física y mental a largo plazo.

Del objetivo específico N°1: Determinar el nivel del estrés emocional en estudiantes 8º de la Unidad Educativa “Carlos Julio Arosemena” Santa Elena, 2020. Los resultados demostraron que en el nivel más alto el 35.5% de los estudiantes se encuentran en un nivel bajo del estrés emocional. Lo que se diferencia de los resultados de Rojas (2018) quien determina que el 62% de los estudiantes se encuentra en un nivel alto de estrés. Asimismo, Serna (2018) 66.67% de los

estudiantes se encuentran en un nivel de “casi siempre” está en estrés. De igual manera, se encuentra con lo obtenido por Escajadillo (2019) quien establece que el 57.7% de escolares se encuentra en un nivel regular del estrés académico.

Asimismo, se encontró diferencia con lo manifestado por Berrio (1960) citado en Gutiérrez y Amador (2016) el estrés es el cambio que se desarrolla como consecuencia de un síndrome específico, el cual consiste en los cambios diferentes que se generan inducidos al interior de un sistema biológico. Por lo que, se considera que es el desarrollo de un cambio biológico que el individuo experimenta a consecuencia de una condición estresantes. (Álvarez, 2005, citado por Ospina, 2016) que le permite reaccionar a nivel emocional, cognitivo, físico y conductual ante cualquier estímulo que genere estrés (Ifonso et al., 2015 citado en Alania, Llancari, Rafaele y Ortega, 2020).

Del objetivo específico N°2: Determinar el nivel de las técnicas de afrontamiento en estudiantes 8° de la Unidad Educativa “Carlos Julio Arosemena” Santa Elena, 2020, los resultados demostraron que el nivel más alto es que el 35.5% de estudiantes tienen un nivel bajo en las técnicas de afrontamiento. Coincidiendo con los resultados de Vilcacundo (2020) quien establece que el 43% de los escolares están en un nivel de estilo improductivo de las estrategias de afrontamiento. Pero se diferencian con los de Rojas (2018) quien determina que el 78% de los escolares se encuentran en un nivel de “alto” de aplicación de estrategias de afrontamiento.

Asimismo, se encuentra diferencia con lo manifestado por Morales y Trianes (2012) citados en Morales y García (2017) quienes definen las técnicas de afrontamiento del estrés, como aquellas conductas que se generan a consecuencia de la valoración que hace el individuo de los requerimientos ante una situación o problemas, por lo que, las estrategias que se utilicen ante una determinada situación serán diferentes antes cualquier otra.

Del objetivo específico N°3: determinar la relación que existe entre la dimensión estresores y las técnicas de afrontamiento en estudiantes 8° de la Unidad Educativa “Carlos Julio Arosemena” Santa Elena, 2020. Los resultados demostraron que el valor de Rho de Spearman fue de 0,187 por lo que la correlación tiene un nivel muy baja positiva entre la dimensión estresores y las técnicas de afrontamiento. Además, la prueba de hipótesis del Rho de Spearman no es significativa, ya que su valor de significancia (0.313) es mayor al 5%. Por lo tanto, no existe relación significativa entre la dimensión estresores y las técnicas de afrontamiento. Coincidiendo con lo encontrado por Serna (2018) quien establece que no existe relación entre la dimensión estresores académicos y normas justas del clima escolar ($p=0,503$). Sin embargo, se encuentra diferencia con los obtenidos por Rojas (2018) quien determina que si existe relación entre la dimensión: estímulos estresores y las estrategias de afrontamiento ($r = 0,466$). Asimismo, se encuentra diferencia con lo obtenido por Escajadillo (2019) quien determina que si existe relación entre los estresores y hábitos de estudio ($Rho = ,773$).

Asimismo, se encuentra diferencia con lo manifestado por Ruiz y Barraza (2018) quien determina que los estresores son aquellos componentes que conllevan al individuo a la predisposición ante el estrés en su entorno, el cual también se ve influenciado por la carga emocional. Asimismo, se encuentra diferencia con lo manifestado por Lazarus y Folkman (1984) citado en Ferran, González, García, Malo y Casas (2015), donde refieren que el afrontamiento son aquellos esfuerzos que el individuo ejerce conductual y cognoscitivo, que le ayudan a dirigir los requerimientos internos y externos que son apreciados como desbordantes de los recursos ofrecidos por el individuo.

Del objetivo específico N°4: Determinar la relación que existe entre la dimensión síntomas y las técnicas de afrontamiento en estudiantes 8° de la Unidad Educativa “Carlos Julio Arosemena” Santa Elena, 2020. Los resultados demostraron que el valor de Rho de Spearman fue de 0,066 por lo que la correlación tiene un nivel muy baja positiva entre la dimensión síntomas y las técnicas de afrontamiento en los estudiantes. Además, la prueba de hipótesis del Rho de Spearman no es

significativa, ya que su valor de significancia (0.726) es mayor al 5%. Por lo tanto, no existe relación significativa entre la dimensión síntomas y las técnicas de afrontamiento. Encontrando coincidencia con los resultados de Serna (2018) quien establece que no existe relación entre la dimensión síntomas del estrés académico y apoyo de los profesores ($p=0,212$). Sin embargo, se encuentra diferencia con los resultados de Escajadillo (2019) quien establece que si existe relación positiva entre síntomas de estrés y hábitos de estudio ($Rho =,596$). Asimismo, se encuentra diferencia con lo obtenido por Rojas (2018) quien establece que si existe relación entre la dimensión: síntomas o reacciones y las estrategias de afrontamiento ($r = 0,491$).

De igual forma, se encuentra diferencia con lo manifestado por Ruiz y Barraza (2018) quienes establecen que los síntomas del estrés son características conductuales, físicas y psicológicas que expresa un individuo en el entorno donde se desenvuelve. Asimismo, se encuentra diferencia con lo manifestado por Hans Selye (1951) citado en Puente (2017) al manifestar que el estrés es un conjunto de reacciones que el cuerpo desarrolla como reacción antes algún estímulo que se presente de forma nociva. Estos estímulos pueden ser de carácter físico, psicológico o emocional. En este sentido, se genera una reacción que tiene un esquema definido ante cualquier situación que genere estrés, sin importar lo que lo causa, activándose en el individuo de manera inmediata el sistema autónomo que genera una acción ante situaciones estresantes (Fernández, 2010, citado en Lanchipa, 2019).

Del objetivo específico N°5: Determinar la relación que existe entre la dimensión estrategias de afrontamiento y las técnicas de afrontamiento en estudiantes 8° de la Unidad Educativa "Carlos Julio Arosemena" Santa Elena, 2020. Los resultados demostraron que el valor de Rho de Spearman fue de 0,132 por lo que la correlación tiene un nivel muy baja positiva entre la dimensión estrategias de afrontamiento y las técnicas de afrontamiento. Además, la prueba de hipótesis del Rho de Spearman no es significativa, ya que su valor de significancia (0.477) es mayor al 5%. Por lo tanto, no existe relación significativa entre la dimensión estrategias de

afrontamiento y las técnicas de afrontamiento. Encontrando similitud con Serna (2018) quien determina que no existe relación entre la dimensión estrategias de afrontamiento y la dimensión participación ($p=0,040$). Sin embargo, se difiere con los resultados de Escajadillo (2019) quien establece que si existe relación significativa entre estrategias de afrontamiento y hábitos de estudio ($Rho = ,744$). Sin embargo, se encuentra diferencia con lo obtenido por Rojas (2018) quien determina que si existe relación entre la dimensión: intensidad y las estrategias de afrontamiento ($r = 0,414$).

Asimismo, se difiere con lo manifestado por Ruiz y Barraza (2018) quienes manifiestan que las estrategias de afrontamiento es la forma en que el individuo acciona con la finalidad de hacerle frente a los requerimientos internos y externos que ejercen influencia en el desequilibrio del individuo. Asimismo, se difiere con Morales y Trianes (2012) citados en Morales y García (2017) quienes definen las técnicas de afrontamiento del estrés, como aquellas conductas que se generan a consecuencia de la valoración que hace el individuo de los requerimientos ante una situación o problemas, por lo que, las estrategias que se utilicen ante una determinada situación serán diferentes antes cualquier otra. En este sentido, es necesario afrontar de manera productiva y sistémica los problemas que se generen en el ámbito social, familiar, de la salud y escolares, ya que influyen en la adaptación emocional, social y escolar.

VI. Conclusiones

1. Se concluye que no existe relación significativa entre el estrés emocional y las técnicas de afrontamiento en estudiantes 8º de la Unidad Educativa “Carlos Julio Arosemena” Santa Elena, 2020. Con un valor de ($Rho = 0,301$).
2. Se concluye que no existe relación entre la dimensión estresores y las técnicas de afrontamiento en los estudiantes 8º de la Unidad Educativa “Carlos Julio Arosemena” Santa Elena, 2020. Con un valor de ($Rho = 0,187$).
3. Se concluye que no existe relación entre la dimensión síntomas y las técnicas de afrontamiento en los estudiantes 8º de la Unidad Educativa “Carlos Julio Arosemena” Santa Elena, 2020. Con un valor de ($Rho = 0,066$).
4. Se concluye que no existe relación entre la dimensión estrategias de afrontamiento y las técnicas de afrontamiento en los estudiantes 8º de la Unidad Educativa “Carlos Julio Arosemena” Santa Elena, 2020. Con un valor de ($Rho = 0,132$).

VII. Recomendaciones

Se le recomienda al especialista del departamento de psicopedagogía diseñar un programa de capacitación sobre estrategias de afrontamiento del estrés dirigido a docentes, padres de familia y estudiantes con la finalidad de brindar herramientas para anteponerse a los acontecimientos estresantes.

Se recomienda a los docentes realizar actividades como talleres y dinámicas basadas en las experiencias de los alumnos para fortalecer las relaciones interpersonales positivas, resolución de problemas, gestión de emociones, reconocimiento de las propias limitaciones con el objetivo de diseñar estrategias que les permitan afrontar las diferentes situaciones estresantes.

Se recomienda al área de psicología hacer evaluaciones y consejería permanente a los estudiantes sobre su salud emocional para brindar herramientas y estrategias que les sirva de ayuda para enfrentar situaciones difíciles en su vida cotidiana.

Se les recomienda a los padres de familia apoyar a sus hijos en la realización de sus tareas escolares, crear espacios de esparcimiento con actividades de diversión familiar, fortalecer la comunicación, crear un buen clima familiar para cuidar la salud emocional y física de sus hijos.

Referencias

- Abanto Vélez , W. I. (2016). *Diseño y desarrollo del proyecto de investigación* . Trujillo: Universidad Cesar Vallejo .
- Águila, B., Calcines Castillo, M., Monteagudo de la Guardia, R., & Nieves Achon, Z. (2015). Estrés académico. *EDUMECENTRO*, 7(2). Obtenido de http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2077-28742015000200013
- Alania Contreras, R., Llancari Morales, R., Rafaele de la Cruz, M., & Ortega Révolo, D. (2020). Adaptación del cuestionario de estrés académico SISCO SV al contexto de la crisis por COVID-19. *Socialium*, 4(2). doi:<https://doi.org/10.26490/uncp.sl.2020.4.2.669>
- Arrieta, G., Baldi López, G., & Albanesi de Nasetta, S. (2015). Estrategias de afrontamiento y estrés en un grupo de niños de la ciudad de San Luis (Argentina). *Pensando Psicología*, 11(18). Obtenido de <https://webcache.googleusercontent.com/search?q=cache:76UnP05QIFAJ:https://revistas.ucc.edu.co/index.php/pe/article/download/1222/1543/+&cd=8&hl=es-419&ct=clnk&gl=pe>
- Bonilla Mercado, L. M. (2019). *Para iniciarse en la investigación científica*. Trujillo: UPAO.
- Boullosa Galarza, G. I. (2013). *Estrés académico y afrontamiento en un grupo de estudiantes de una universidad privada de Lima*. Tesis de Licenciatura , Universidad Católica del Perú , Facultad de Ciencias. Obtenido de <http://tesis.pucp.edu.pe/repositorio/handle/20.500.12404/4880>
- Carrasco Díaz, S. (2019). *Metodología de la Investigación Científica. Pautas metodológicas para diseñar y elaborar el proyecto de investigación*. Lima: San Marcos.
- Córdova Baldeón , I. (2019). *El proyecto de investigación cuantitativa*. Lima: San Marcos.
- Escajadillo Pilco, A. (2019). *Estrés académico y hábitos de estudio en estudiantes de cuarto año de secundaria de la Institución educativa 2095 Herman Busse de la Guerra - Los Olivos, 2018*. Tesis de Maestría, Universidad Cesar Vallejo, Escuela de Posgrado. Obtenido de http://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/31690/Escajadillo_PAV.pdf?sequence=1
- Ferran Viñas , P., González Carrasco, M., García Moreno, Y., Malo Cerrato, S., & Casas Aznar, F. (2015). Coping strategies and styles and their relationship to personal well-being in a sample of adolescents. *Anales de Psicología*, 31(1). Obtenido de

http://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0212-97282015000100024

- Gestión . (2018). *Universidades enseñan a estudiantes a combatir el stress*. Obtenido de American College Health Association: <https://gestion.pe/tendencias/universidades-ensenan-estudiantes-combatir-stress-263400-noticia/>
- Gutiérrez Huby, A., & Amador Murguía, E. (2016). Estudio del estrés en el ámbito académico para la mejora del rendimiento estudiantil. *QUIPUKAMAYOC Revista de la Facultad de Ciencias Contables*, 24(45). Obtenido de <https://webcache.googleusercontent.com/search?q=cache:SMgyDZ84Y4J:https://revistasinvestigacion.unmsm.edu.pe/index.php/quipu/article/download/12457/11150/+&cd=5&hl=es-419&ct=clnk&gl=pe>
- Hernández Sampieri , R., Méndez Valencia , S., Mendoza Torres, C. P., & Cuevas Romo , A. (2017). *Fundamentos de Investigación* . México: McGrawHill.
- Hernandez Sampieri, R., & Mendoza Torres, C. P. (2018). *Metodología de la investigación. Las rutas cuantitativas, cualitativas y mixtas*. (Primera ed.). Mexico : McGrawHill.
- Lanchipa Tolmos , M. V. (2019). *estresores cotidianos y el afrontamiento del estres en niños de 8 a 11 años de la ciudad de Arequipa*. Tesis de maestría , Universidad Nacional de San Agustín Arequipa, Unidad de Posgrado , Arequipa . Obtenido de <http://bibliotecas.unsa.edu.pe/bitstream/handle/UNSA/9603/PSMlatomv.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Lazarus, R. , & Folkman, S. . (1984). *Estrés evaluación y afrontamiento*. Barcelona : Martinez Roca.
- Lerma Gonzales, H. D. (2019). *Metodología de la investigación. Propuesta, anteproyecto y proyecto* (Reimpresion Quinta Edicion ed.). Colombia: ECOE.
- Martínez Martín , A. F. (20 de Abril de 2020). *Hans Selye y el estrés, la enfermedad del siglo XX*. Obtenido de El diario de salud: <https://eldiariodesalud.com/catedra/hans-selye-y-el-estres-la-enfermedad-del-siglo-xx>
- Maturana H. , A., & Vargas S., A. (2015). El estrés escolar. *Revista Médica Clínica Las Condes*, 26(1). Obtenido de <https://reader.elsevier.com/reader/sd/pii/S0716864015000073?token=D100A11C7987DEFC6691A884BF1EAB49A0F71996E936D15B255F3B26064A154A25901630269A7D01C99C94FEDE2945CE>
- Morales Rodriguez, F. M., Trianes Torres, M. V., & Miranda Paéz, J. (2012). *Diferencia por sexo y edad en afrontamiento infantil del estrés cotidiano*. Obtenido de Electronic Journal of research in educational psychology:

<https://es.scribd.com/document/343626368/Diferencias-Por-Sexo-y-Edad-en-Afrontamiento-Infantil-Del-Estres-Cotidiano>

- Morales Rodríguez, F., & García Medina, T. (2017). Environmental effect and academic performance in child confrontation strategies. *REVISTA DE ESTUDIOS E INVESTIGACIÓN EN PSICOLOGÍA Y EDUCACIÓN*(14). Obtenido de <https://revistas.udc.es/index.php/reipe/article/view/reipe.2017.0.14.2265/pdf>
- Morales Salinas, B., & Moysén Chimal, A. (2015). Stress coping skills in adolescent high school students. *Revista Digital de Investigación en Docencia Universitaria*, 9(1). Obtenido de <https://revistas.upc.edu.pe/index.php/docencia/article/view/380/377>
- Ñaupas Paitán, H., Valdivia Dueñas , M. R., Palacios Vilela , J. J., & Romero Delgado, H. (2018). *Metodología de la Investigación. Cuantitativa - Cualitativa y Redacción de la Tesis*. Bogota: Ediciones de la U.
- Ospina Stepanian, A. (2016). *Síntomas, niveles de estrés y estrategias de afrontamiento en una muestra de estudiantes masculinos y femeninos de una Institución de Educación Superior Militar: Análisis comparativo*. Tesis de maestría , Universidad Católica de Colombia , Facultad de Psicología . Obtenido de <https://repository.ucatolica.edu.co/bitstream/10983/3161/4/TESIS%20DE%20MAESTR%C3%8DA%20%20Andr%C3%A9s%20Ospina%20Stepanian.pdf>
- Palomino Oriazano, J., Peña Corahua, J., Zevallos Ypanaqué, G., & Orizano Quedo, L. A. (2019). *Metodología de la investigación: Guía para elaborar un proyecto en salud y educación* . Lima: San Marcos.
- Pino Gotuzzo, R. (2019). *Metodología de la investigación*. Lima: San Marcos.
- Puente Ferreras, A. (2017). *Psicología contemporánea básica y aplicada*. España: Pirámide.
- Quito Calle , J., Tamayo Piedra , M., Buñay Barahona, D., & Neyra Cardenas , O. (Setiembre de 2017). Estrés académico en estudiantes de tercero de bachillerato de Unidades Educativas Particulares de Ecuador. *Revista Electrónica de Psicología IZTACALA*, 20(3). Cuenca, Ecuador. Obtenido de https://www.researchgate.net/publication/320175032_ESTRES_ACADEMICO_EN_ESTUDIANTES_DE_TERCERO_DE_BACHILLERATO_DE_UNIDADES_EDUCATIVAS_PARTICULARES_DEL_ECUADOR
- Rojas Ahumada, M. (2018). *Estrés académico y estrategias de afrontamiento en estudiantes de la Escuela Padre Luis Tezza*. Tesis de Maestría, Universidad Nacional de Educación Enrique Guzman y Valle, Escuela de Posgrado . Obtenido de <https://repositorio.une.edu.pe/bitstream/handle/UNE/2485/TM%20CE->

Du%204087%20R1%20-
%20Rojas%20Ahumada.pdf?sequence=1&isAllowed=y

- Ruiz Camacho, C., & Barraza Macías, A. (2018). *VALIDACIÓN DEL INVENTARIO SISCO SV-21 EN ESTUDIANTES UNIVERSITARIOS ESPAÑOLES*. México: Centro de Estudios Clínica e Investigación Psicoanalítica S.C. Obtenido de https://www.researchgate.net/publication/344853194_Validacion_del_Inventario_SISCO_SV-21_en_estudiantes_universitarios_espanoles
- Ruiz Mitjana, L. (2020). *La teoría del estrés de Richard S. Lazarus Una teoría que trata sobre la relación entre el estrés y los pensamientos*. Obtenido de Psicología y mente : <https://psicologiymente.com/psicologia/teoria-estres-lazarus>
- Sánchez Carlessi, H., & Reyes Meza, C. (2017). *Metodología y diseños en la investigación científica*. Lima: Bussines Support Aneth.
- Sánchez, D., Raich, R. M., Gutiérrez Rosado, T., & Deus Yela, J. (2014). *Instrumentos de evaluación en psicología de la salud*. Madrid : Alianza.
- Santos Morocho, J. (2017). *Prevalencia de estrés académico y factores asociados en estudiantes de ciencias de la salud de la Universidad Católica de Cuenca, 2016*. Tesis de Maestría , Universidad de Cuenca , Facultad de Ciencias Médicas . Obtenido de https://www.researchgate.net/publication/332061733_PREVALENCIA_DE_ESTRES_ACADEMICO_Y_FACTORES_ASOCIADOS_EN_ESTUDIANTES_DE_CIENCIAS_DE_LA_SALUD_DE_LA_UNIVERSIDAD_CATOLICA_DE_CUENCA_2016
- Serna Martínez , R. (2018). *Estrés académico y clima escolar de los estudiantes del quinto grado de secundaria sección piloto "C" del Colegio Emblemático del Perú Mateo Pumacahua del distrito de Sicuani, Canchis, Cusco, 2018*. Tesis de Maestría , Universidad Cesar Vallejo , Escuela de Posgrado . Obtenido de http://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/34192/serna_mr.pdf?sequence=1&isAllowed=y
- Silvestre Miraya, I., & Huaman Nahula, C. (2019). *Pasos para elaborar la investigación y la redacción de la tesis universitaria*. Lima: San Marcos.
- Trianes M., V., M. J., B., Fernadez, F., Escobar , M., Maldonado E., & Muñoz A. (2009). *Evaluación del estres infantil: Inventario infantil de estresores cotidianos (IIEC)*. Madrid: Psicothema.
- Uribe Urzola, A., Ramos Vidal, I., Villamil Benítez, I., & Palacio Sañudo, J. (2018). La importancia de las estrategias de afrontamiento en el bienestar psicológico en una muestra escolarizada de adolescentes. *Psicogente*, 21(40). Obtenido de <http://revistas.unisimon.edu.co/index.php/psicogente/article/view/3082>

- Vaca Narváez, L. (2016). *Estrés y tipo de afrontamiento al estrés en los estudiantes asignados por el sistema nacional de nivelación y admisión en la Universidad Técnica de Ambato*. Tesis , Universidad Técnica de Ambato, Facultad de Ciencia de la Salud, Ambato.
- Valderrama Mendoza, S. (2015). *Pasos para elaborar proyectos de investigación científica. Cuantitativa, cualitativa y mixta*. Lima: San Marcos.
- Valdivieso León, L., & Lucas Mangas, S. (2020). Estrategias de Afrontamiento del Estrés Académico Universitario: Educación Infantil-Primaria. *Educación XXI*, 2(23). Obtenido de [10.5944/educXX1.25651](https://doi.org/10.5944/educXX1.25651)
- Vara Horna, A. A. (2015). *7 pasos para elaborar una tesis. Como elaborar y asesorar una tesis para Ciencias Administrativas, Finanzas, Ciencias Sociales y Humanidades* (Primera Edición ed.). Lima: MACRO.
- Vilcacundo Diaz, S. (2020). *Estrés infantil y estrategias de afrontamiento en niños víctimas de violencia escolar*. Tesis de Licenciatura, Universidad Técnica de Ambato, Facultad de Ciencias de la Salud. Obtenido de <https://repositorio.uta.edu.ec/bitstream/123456789/31558/1/Vilcacundo%20Diaz%20%20Sandra.pdf>
- Zamora Calderón, J. (2018). *Estudio del nivel de estrés académico y estrategias de afrontamiento en estudiantes del tercer año de bachillerato de una unidad educativa particular religiosa*. Tesis de Maestría , Universidad del Azuay, Escuela de Psicología . Obtenido de <http://dspace.uazuay.edu.ec/handle/datos/8012>

Anexos

Anexo 1 Operacionalización de Variables

Variables De Estudio	Definición Conceptual	Definición Operacional	Dimensión	Indicadores		Escala De Medición
Variable 1 Estrés emocional	Según, Ruiz y Barraza (2018) el estrés emocional es un cambio adaptativo y psicológico que se manifiesta en el individuo cuando se encuentra forzado por diferentes estresores, los cuales producen un desequilibrio en el sistema despertando múltiples síntomas tanto cognitivos como fisiológicos y conductuales.	Para medir la variable 1 se utilizó la adaptación del cuestionario de estrés académico de Ruiz y Barraza (2018) el cual consta de tres dimensiones para el estudio de la variable: estresores, síntomas y estrategias de afrontamiento. El cual estuvo estructurado con opciones de respuesta múltiples en la escala de Likert.	Estresores	Tareas escolares	1, 2, 3	Ordinal
				Exigencias escolares	4	
				Tiempo	5	
			Síntomas	Agotamiento	6, 7, 10, 11	
				Problemas	8, 9	
			Estrategias de afrontamiento	Resolución de problemas	12, 13, 14	
Emociones	15, 16, 17					
Variable dependiente Afrontamiento del estrés	Según, Morales y Trianes (2012) citados en Morales y García (2017) definen las técnicas de afrontamiento del estrés, como aquellas conductas que se generan a consecuencia de la valoración que hace el individuo de los requerimientos ante una situación o problemas, por lo que, las estrategias que se utilicen ante una determinada situación serán diferentes antes cualquier otra. En este sentido, es necesario afrontar de manera productiva y sistémica los problemas que se generen en el ámbito social, familiar, de la salud y escolares, ya que influyen en la adaptación emocional, social y escolar.	Para medir la variable se utilizó la adaptación del cuestionario estrategias de afrontamiento del estrés de Morales et al. (2012) estructurado con cuatro situaciones de afrontamiento: contexto familiar, salud, tareas escolares y ámbito social. Diseñado con opciones de respuesta múltiples en escala de Likert.	Contexto familiar	Familia	1, 2, 3, 5	Ordinal
				Ayuda	4	
			Salud	Salud	6, 7, 9, 10	
				Emociones	8	
			Tareas escolares	Rendimiento	11, 12	
				Estado emocional	13, 14, 15	
			Ámbito social	Relaciones interpersonales	16, 17	
				Aislamiento	18, 19, 20	

Anexo 2

FICHA TÉCNICA DEL CUESTIONARIO DE ESTRÉS EMOCIONAL

Nombre	Inventario SISCO SV-21 del Estrés Académico
Autor	Cristina Ruiz Camacho y Arturo Barraza-Macias
Procedencia	México (2018)
Adaptado	Santamaría Delgado, Laura
Procedencia	Ecuador (2020)
Aplicación	Individual - colectiva
Ámbito de aplicación	Educativa
Edad	11 y 13 años
Duración	Variable entre 5 y 10 minutos
Numero de ítems	17
Finalidad	Evaluar el estrés emocional
Descripción	El cuestionario está constituido por tres dimensiones: dimensión estresores, dimensión síntomas y dimensión estrategias de afrontamiento.
Escala de medición	Likert. Nunca= 1 Casi nunca=2 A veces= 3 Casi siempre= 4 Siempre=5

Niveles y rangos	Niveles	Rangos
	Alto	55 - 85
	Medio	49 - 54
	Bajo	17 - 48

CUESTIONARIO DE ESTRÉS EMOCIONAL

Instrucciones: A continuación, se presentan una serie de reacciones que, en mayor o menor medida, suelen presentarse en algunos alumnos cuando están estresados. Responde, señalando con una X, ¿con que frecuencia se te presentan cada una de estas reacciones cuando estás estresado? tomando en consideración la escala de valores.

Variable 1		Escala de medición				
Estrés emocional		Siempre Siempre (5)	Casi siempre (4)	A veces (3)	Casi nunca (2)	Nunca nunca (1)
N°	Dimensión estresores					
1	Los profesores me dejan muchas tareas todos los días.					
2	La personalidad de mis profesores que me imparten las clases me agrada.					
3	No me agrada la forma de evaluación de mis profesores/as (a través de ensayos, trabajos de investigación, búsquedas en internet, etc.					
4	Mis profesores son muy exigentes.					

5	El tiempo es limitado para hacer el trabajo que me encargan los/as profesores/as.					
Dimensión síntoma						
6	Me siento cansado (a)					
7	Últimamente me siento decaído (a) triste y deprimido (a).					
8	Tengo problemas de ansiedad, angustia y desesperación.					
9	Tengo problemas de concentración					
10	A veces tengo sentimiento de agresividad o aumento de la irritabilidad.					
11	Me siento desganado (a) para realizar mis trabajos académicos.					
Dimensión estrategias de afrontamiento						
12	Me concentro en resolver la situación que me preocupa.					
13	Establezco soluciones concretas para resolver la situación que me preocupa.					
14	Analizo lo positivo y negativo de las soluciones pensadas para solucionar la situación que me preocupa.					
15	Mantengo el control de mis emociones para que no me afecte lo que me estresa.					
16	Recuerdo situaciones similares ocurridas anteriormente y pienso en cómo las solucione.					
17	Trato de obtener lo positivo de la situación que preocupa.					

FICHA TÉCNICA DEL CUESTIONARIO DE TÉCNICAS DE AFRONTAMIENTO

Nombre	Cuestionario de estrategias situacionales de afrontamiento en niños y en niñas (ESAN)	
Autores	Morales, Trianes, Miranda, Fernández, y Escobar, M. y Maldonado, E.F.	
Procedencia	México - 2012	
Adaptado	Santamaría Delgado, Laura	
Procedencia	Ecuador - 2020	
Aplicación	individual - colectiva	
Ámbito de aplicación	Educativa	
Edad	11 y 13 años	
Duración	Variable entre 5 y 8 minutos	
Numero de ítems	20	
Finalidad	Evaluar el desarrollo cognitivo	
Descripción	El cuestionario está constituido por cuatro dimensiones: Contexto familiar, salud, tareas escolares y relaciones sociales	
Escala de medición	Likert. Nunca= 1 Casi nunca=2 A veces= 3 Casi siempre= 4 Siempre=5	
Niveles y rangos	Niveles	Rangos
	Alto	20 - 50
	Medio	51 - 57
	Bajo	58 - 100

CUESTIONARIO DE TÉCNICAS DE AFRONTAMIENTO

Instrucciones						
Estimado estudiante. lea detenidamente cada una de las preguntas y responda. Las preguntas tienen cinco opciones de respuesta, elija la que mejor describa lo que piensa usted. Solamente una opción. Marque con una cruz o realice un símbolo de verificación. Recuerde: no marcar dos opciones.						
Variable 2		Escala de medición				
Técnicas de afrontamiento		Siempre (5)	Casi siempre (4)	A veces (3)	Casi nunca (2)	Nunca (1)
N°	Contexto familiar					
1	Cuando en casa hay muchas peleas no digo nada.					
2	Cuando mis padres discuten, trato de hacer otras cosas.					
3	En casa hay muchos problemas y ayudo a solucionarlos.					
4	Cuando hay peleas en casa salgo en busca de ayuda de cualquier familiar.					
5	Cuando mis padres se pelean no les digo nada de lo que siento.					
Salud						
6	Cuando me llevan al médico me asusto mucho					
7	Cuando estoy enfermo (a) prefiero jugar y no ir al médico					
8	Grito a papá y a mamá cuando estoy delicado de salud.					
9	Cuando estoy enfermo no le cuento a nadie lo que me pasa.					

10	Cuando el médico me dice que tengo que cuidarme yo me cuido					
Tareas escolares						
11	A veces tengo malas notas, pero no digo nada.					
12	Trato de estudiar un poco más para sacar buenas notas					
13	Cuando tengo cursos desaprobados me pongo triste.					
14	Prefiero jugar y no estudiar.					
15	Cuando desaprubo un examen busco ayuda.					
Relaciones sociales						
16	A veces no me llevo bien con algunos compañeros de mi aula de clase.					
17	A veces pido ayuda a mi mejor amigo (a)					
18	Cuando tengo problemas prefiero solucionarlo sola (a).					
19	A veces me siento triste y solo (a).					
20	Prefiero estar en casa que con mis amigos.					

Variable 1: ESTRÉS EMOCIONAL																					
Sujetos	Dimensión estresores						Dimensión síntomas							Dimensión estrategias de afrontamiento						Total	
	P1	P2	P3	P4	P5		P6	P7	P8	P9	P10	P11		P12	P13	P14	P15	16	P17		
1	3	5	3	1	4	16	3	3	1	3	3	1	14	5	3	5	4	5	5	27	57
2	3	4	3	2	3	15	1	2	1	1	3	3	11	2	5	4	3	3	5	22	48
3	1	5	1	1	5	13	1	1	1	1	1	1	6	5	1	5	5	5	5	26	45
4	3	5	4	3	3	18	3	3	2	3	2	2	15	3	3	3	3	3	3	18	51
5	2	5	1	5	4	17	3	1	1	3	1	1	10	3	1	1	5	5	5	20	47
6	5	3	3	1	3	15	3	1	1	3	1	3	12	5	4	4	1	3	4	21	48
7	2	5	1	5	4	17	3	1	1	3	1	1	10	3	1	1	5	5	5	20	47
8	3	5	3	4	3	18	4	3	5	3	3	2	20	4	4	4	4	4	3	23	61
9	5	3	3	3	5	19	5	5	5	5	5	5	30	5	4	3	2	4	4	22	71
10	4	1	3	2	5	15	1	1	3	1	1	4	11	3	3	3	3	3	4	19	45
11	3	3	3	3	2	14	1	1	1	3	2	1	9	1	3	2	4	3	4	17	40
12	3	3	2	3	3	14	2	3	3	3	2	2	15	1	2	2	3	3	3	14	43
13	2	3	2	3	2	12	3	3	3	3	3	2	17	4	5	1	5	4	3	22	51
14	4	3	3	2	5	17	1	1	1	3	3	3	12	3	2	5	4	3	4	21	50
15	5	5	4	3	4	21	2	1	3	3	2	4	15	5	5	4	3	4	4	25	61
16	3	5	3	1	1	13	1	1	1	3	3	1	10	3	5	5	5	3	5	26	49
17	4	5	1	4	5	19	1	1	2	3	2	1	10	5	5	4	5	5	5	29	58
18	3	5	2	4	1	15	3	1	4	2	3	3	16	5	3	4	2	5	4	23	54
19	1	5	3	3	1	13	4	1	1	1	1	1	9	5	5	5	5	5	5	30	52
20	2	3	1	3	5	14	2	3	1	2	4	3	15	4	1	1	2	4	4	16	45
21	3	3	4	3	4	17	1	1	2	2	3	3	12	3	4	4	3	2	4	20	49
22	4	5	5	4	4	22	4	3	3	2	2	1	15	3	2	3	3	4	3	18	55
23	3	5	5	2	3	18	2	3	3	3	2	2	15	1	1	2	2	1	3	10	43
24	4	5	5	5	5	24	3	3	1	3	1	2	13	5	3	4	3	2	5	22	59
25	4	5	5	5	3	22	3	2	1	3	5	3	17	4	3	3	3	2	4	19	58
26	3	5	3	5	1	17	3	2	3	3	1	3	15	4	4	5	5	4	4	26	58
27	5	5	3	3	3	19	2	2	1	1	1	1	8	5	5	5	5	5	5	30	57
28	4	4	3	2	1	14	3	4	1	1	2	3	14	4	5	5	4	4	4	26	54
29	3	3	4	3	1	14	3	3	3	2	4	2	17	4	3	2	2	2	4	17	48
30	4	4	3	5	4	20	3	5	5	3	1	4	21	2	2	2	1	3	1	11	52
31	3	5	2	2	3	15	2	3	1	2	1	3	12	4	4	3	4	3	5	23	50

Variable 2: TECNICAS DE AFRONTAMIENTO

Sujetos	CONTEXTO FAMILIAR						SALUD						TAREAS ESCOLARES						RELACIONES SOCIALES						Total
	P1	P2	P3	P4	P5		P6	P7	P8	P9	P10		P11	P12	P13	P14	P15		P16	P17	P18	P19	P20		
1	1	5	3	1	1	11	3	3	1	1	3	11	3	5	4	1	3	16	5	3	1	5	3	17	55
2	1	1	1	1	1	5	1	1	1	1	5	9	1	5	3	1	1	11	3	3	1	2	3	12	37
3	3	5	4	5	5	22	1	1	5	1	5	13	5	5	5	1	1	17	1	1	3	1	5	11	63
4	2	2	2	2	2	10	2	2	2	2	3	11	2	3	2	3	2	12	1	3	2	2	2	10	43
5	1	1	1	1	1	5	1	1	1	1	5	9	1	3	1	1	5	11	1	5	5	1	5	17	42
6	1	4	2	1	1	9	4	1	1	5	5	16	3	5	3	1	3	15	1	3	3	1	4	12	52
7	1	2	2	1	1	7	3	3	1	2	3	12	2	3	3	1	3	12	3	1	1	1	3	9	40
8	4	1	1	1	1	8	1	1	5	1	2	10	5	5	4	3	1	18	5	4	5	2	5	21	57
9	1	3	3	2	2	11	1	1	3	1	5	11	1	5	3	1	3	13	1	3	2	2	3	11	46
10	1	3	1	2	2	9	3	3	2	3	3	14	3	5	3	2	5	18	2	2	5	3	2	14	55
11	1	1	1	1	2	6	2	1	2	1	3	9	1	3	3	1	3	11	3	2	3	2	4	14	40
12	2	2	3	2	2	11	3	3	2	3	5	16	5	5	4	2	2	18	5	3	2	5	3	18	63
13	1	5	3	2	2	13	3	4	1	1	2	11	3	3	4	2	3	15	4	3	2	4	3	16	55
14	2	2	2	1	1	8	1	1	1	1	4	8	5	5	5	3	3	21	5	3	1	5	5	19	56
15	2	1	1	2	5	11	3	2	2	5	5	17	1	3	1	1	4	10	1	1	3	3	4	12	50
16	1	1	3	1	1	7	5	3	1	3	5	17	3	5	3	3	5	19	3	5	3	2	5	18	61
17	1	3	1	1	3	9	3	1	1	3	5	13	1	4	3	1	5	14	2	5	4	1	5	17	53
18	2	1	5	3	1	12	2	4	1	5	1	13	4	5	5	1	1	16	1	1	4	5	1	12	53
19	3	3	3	2	5	16	1	1	1	3	5	11	3	5	1	5	3	17	3	3	1	1	5	13	57
20	3	4	2	1	1	11	3	5	1	1	3	13	2	5	5	3	4	19	3	2	2	3	4	14	57
21	1	2	2	3	5	13	3	1	2	3	4	13	1	4	4	3	2	14	3	3	2	4	4	16	56
22	4	4	5	1	1	15	3	1	1	1	5	11	3	5	5	3	5	21	1	5	3	1	3	13	60
23	1	1	3	1	1	7	1	3	1	2	5	12	2	4	2	3	2	13	4	3	3	4	3	17	49
24	2	4	3	3	2	14	2	2	5	5	5	19	5	3	2	3	4	17	4	4	3	3	3	17	67
25	2	4	3	3	2	14	2	2	5	4	5	18	5	5	4	5	3	22	5	4	3	4	4	20	74
26	2	3	1	1	1	8	2	1	2	2	2	9	4	3	4	4	4	19	3	3	4	3	4	17	53
27	1	1	3	1	2	8	5	3	2	3	5	18	1	3	4	1	5	14	5	3	1	5	5	19	59
28	1	3	3	1	1	9	1	1	1	1	5	9	1	5	1	1	4	12	1	1	1	1	5	9	39
29	1	1	1	1	1	5	4	1	1	1	5	12	1	5	5	1	3	15	1	1	5	1	3	11	43
30	1	3	3	1	1	9	1	1	1	5	4	12	5	4	5	3	3	20	4	1	5	5	5	20	61
31	1	1	3	1	3	9	2	1	3	5	1	12	5	3	2	5	2	17	2	3	1	2	1	9	47

Confiabilidad del cuestionario de estrés emocional

Resumen de procesamiento de casos

		N	%
Casos	Válido	10	100,0
	Excluido ^a	0	,0
	Total	10	100,0

a. La eliminación por lista se basa en todas las variables del procedimiento.

Estadísticas de fiabilidad

Alfa de Cronbach	N de elementos
,864	17

Estadísticas de total de elemento

	Media de escala si el elemento se ha suprimido	Varianza de escala si el elemento se ha suprimido	Correlación total de elementos corregida	Alfa de Cronbach si el elemento se ha suprimido
P1	45,20	127,511	,574	,853
P2	43,40	128,044	,461	,857
P3	45,40	136,711	,228	,866
P4	45,50	129,833	,405	,860
P5	44,90	114,100	,653	,848
P6	45,00	128,000	,368	,863
P7	45,50	146,278	-,167	,885
P8	46,30	135,122	,349	,862
P9	45,70	126,900	,555	,854
P10	44,90	121,656	,876	,842
P11	45,20	124,622	,537	,854
P12	44,40	114,933	,753	,842
P13	44,60	129,378	,483	,857
P14	44,50	129,167	,474	,857
P15	44,10	123,433	,628	,850
P16	44,60	128,267	,596	,853
P17	44,00	122,889	,607	,851

Confiabilidad del cuestionario de técnicas de afrontamiento

Resumen de procesamiento de casos

		N	%
Casos	Válido	10	100,0
	Excluido ^a	0	,0
	Total	10	100,0

a. La eliminación por lista se basa en todas las variables del procedimiento.

Estadísticas de fiabilidad

Alfa de Cronbach	N de elementos
,825	20

Estadísticas de total de elemento

	Media de escala si el elemento se ha suprimido	Varianza de escala si el elemento se ha suprimido	Correlación total de elementos corregida	Alfa de Cronbach si el elemento se ha suprimido
P1	47,30	156,900	,261	,823
P2	47,10	152,322	,316	,821
P3	46,50	139,833	,523	,810
P4	46,40	137,378	,619	,803
P5	47,90	160,100	,475	,822
P6	46,50	142,500	,503	,811
P7	47,00	158,222	,206	,824
P8	47,00	152,444	,297	,822
P9	45,90	156,767	,098	,836
P10	46,10	146,322	,334	,822
P11	47,10	160,100	,116	,828
P12	45,10	146,767	,404	,817
P13	46,50	143,611	,835	,801
P14	47,30	151,567	,388	,817
P15	45,50	138,500	,800	,797
P16	46,70	152,900	,340	,820
P17	46,70	153,344	,268	,823
P18	46,40	150,933	,273	,824
P19	46,80	150,400	,495	,814
P20	45,20	136,622	,778	,796

Anexo 3. VALIDACIÓN DE LOS INSTRUMENTOS

MATRIZ DE VALIDACIÓN

TÍTULO DE LA TESIS: Estrés emocional y técnicas de afrontamiento en estudiantes de la Unidad Educativa "Carlos Julio Arosemena" Santa Elena, 2020.

VARIABLE	DIMENSIÓN	INDICADOR	ITEMS	Opción de respuestas					CRITERIOS DE EVALUACIÓN								OBSERVACIÓN Y/O RECOMENDACIONES
				5. siempre	4. casi siempre	3. a veces	2. casi nunca	1. nunca	RELACION ENTRE LA VARIABLE Y LA DIMENSIÓN		RELACION ENTRE EL INDICADOR Y EL ITEM		RELACION ENTRE EL ITEM Y LA OPCIÓN DE RESPUESTA				
									SI	NO	SI	NO	SI	NO			
Estrés emocional Según Ruiz y Barraza (2018) el estrés emocional es un cambio adaptativo y psicológico que se manifiesta en el individuo cuando se encuentra forzado por diferentes estresores, los cuales producen un desequilibrio en el sistema despertando múltiples síntomas tanto cognitivos como fisiológicos y conductuales.	Estresores Estresores son aquellos componentes que conllevan al individuo a la predisposición ante el estrés en su entorno, el cual también se ve influenciado por la carga emocional (Ruiz y Barraza, 2018).	Tareas escolares	1. Los profesores me dejan muchas tareas todos los días.						X	X	X	X					
			2. La personalidad de mis profesores que me imparten las clases me agrada.						X	X	X	X					
			3. No me agrada la forma de evaluación de mis profesores/as (a través de ensayos, trabajos de investigación, búsquedas en internet, etc.						X	X	X	X					
	Exigencias escolares	4. Mis profesores son muy exigentes.						X	X	X	X						
		5. El tiempo es limitado para hacer el trabajo que me encargan los/as profesores/as.						X	X	X	X						
	Síntomas: Son características conductuales, físicas y psicológicas que expresa un individuo en el entorno donde se desenvuelve (Ruiz y Barraza, 2018).	Agotamiento	6. Me siento cansado (a)						X	X	X	X					
			7. Últimamente me siento decaído (a) triste y deprimido (a).						X	X	X	X					
			10. Me siento desganado (a) para realizar mis trabajos académicos.						X	X	X	X					
	Problemas	11. Me siento desganado (a) para realizar mis trabajos académicos.						X	X	X	X						
		8. Tengo problemas de ansiedad, angustia y desesperación.						X	X	X	X						
	Estrategias de afrontamiento: forma en que el individuo acciona con la finalidad de hacerle frente a los requerimientos internos y externos que ejercen influencia en el desequilibrio del individuo (Ruiz y Barraza, 2018).	Resolución de problemas	9. Tengo problemas de concentración						X	X	X	X					
			12. Me concentro en resolver la situación que me preocupa.						X	X	X	X					
			13. Establezco soluciones concretas para resolver la situación que me preocupa.						X	X	X	X					
	Emociones	Emociones	14. Analizo lo positivo y negativo de las soluciones pensadas para solucionar la situación que me preocupa.						X	X	X	X					
			15. Mantengo el control de mis emociones para que no me afecte lo que me estresa.						X	X	X	X					
			16. Recuerdo situaciones similares ocurridas anteriormente y pienso en cómo las solucioné.						X	X	X	X					
			17. Trato de obtener lo positivo de la situación que preocupa.						X	X	X	X					


 Mg. Pa. Hene Moreno Flores
 Reg. N° 14873

MATRIZ DE VALIDACIÓN DE INSTRUMENTO

NOMBRE DEL INSTRUMENTO : Cuestionario de estrés emocional

OBJETIVO : Evaluar Estrés emocional estudiantes de la Unidad Educativa "Carlos Julio Arosemena" Santa Elena, 2020

DIRIGIDO A : Alumnos

APELLIDOS Y NOMBRES DEL EVALUADOR : *Maria Flores Zano*

GRADO ACADÉMICO DEL EVALUADOR : *Maestro*

VALORACIÓN:

Muy Alto	Alto <i>X</i>	Medio	Bajo	Muy Bajo
----------	---------------	-------	------	----------

(La valoración va a criterio del investigador esta valoración es solo un ejemplo)

[Signature]
Dra. P. Ingrid Moreno Flores
Reg. N° 14873

Estrés emocional y técnicas de afrontamiento en estudiantes de la Unidad Educativa "Carlos Julio Arosemena" Santa Elena, 2020.

Ficha de evaluación del instrumento: Cuestionario de estrés emocional

Indicadores	Criterios	Deficiente 0 - 20				Regular 21 - 40				Buena 41 - 60				Muy Buena 61 - 80				Excelente 81 - 100				OBSERVACIONES
		0	6	11	16	21	26	31	36	41	46	51	56	61	66	71	76	81	86	91	96	
ASPECTOS DE VALIDACION		5	10	15	20	25	30	35	40	45	50	55	60	65	70	75	80	85	90	95	100	
1. Claridad	Esta formulado con un lenguaje apropiado																			95		
2. Objetividad	Esta expresado en conductas observables																		86			
3. Actualidad	Adecuado al enfoque teórico abordado en la investigación																		86			
4. Organización	Existe una organización lógica entre sus ítems																		86			
5. Suficiencia	Comprende los aspectos necesarios en cantidad y calidad.																	81				
6. Intencionalidad	Adecuado para valorar las dimensiones del tema de la investigación																	81				
7. Consistencia	Basado en aspectos teórico-científicos de la investigación																	81				
8. Coherencia	Tiene relación entre las variables e indicadores																	81				
9. Metodología	La estrategia responde a la elaboración de la investigación																	81				

INSTRUCCIONES: Este instrumento, sirve para que el EXPERTO EVALUADOR evalúe la pertinencia, eficacia del instrumento que se está validando. Deberá colocar la puntuación que considere pertinente a los diferentes enunciados.

Promedio *excellent 81*

Piura, 15 de noviembre de 2020.
 Mgr.: *Dora Han J. L.*
 DNI: *40918409*
 Teléfono: *941668446*
 E-mail: *scarlos@postgrad.uv.edu.pe*


 Mg. Sc. Iratze Merino Flores
 Reg. N° 14873

MATRIZ DE VALIDACIÓN

TÍTULO DE LA TESIS: Estrés emocional y técnicas de afrontamiento en estudiantes de la Unidad Educativa "Carlos Julio Arosemena" Santa Elena, 2020.

VARIABLE	DIMENSIÓN	INDICADOR	ITEMS	Opción de respuestas					CRITERIOS DE EVALUACIÓN								OBSERVACIÓN Y/O RECOMENDACIONES				
				5. siempre	4. casi siempre	3. a veces	2. casi nunca	1. nunca	RELACIÓN ENTRE LA VARIABLE Y LA DIMENSIÓN		RELACIÓN ENTRE EL INDICADOR Y EL ÍTEM		RELACIÓN ENTRE EL ÍTEM Y LA OPCIÓN DE RESPUESTA								
									SI	NO	SI	NO	SI	NO	SI	NO					
Técnicas de afrontamiento Según, Morales y Trénes (2012) citados en Morales y García (2017) definen las técnicas de afrontamiento del estrés, como aquellas conductas que se generan a consecuencia de la valoración que hace el individuo de los requerimientos ante una situación o problemas, por lo que, las estrategias que se utilizan ante una determinada situación serán diferentes antes cualquier otra. En este sentido, es necesario afrontar de manera productiva y selectiva los problemas que se generan en el ámbito social, familiar, de la salud y escolares, ya que influyen en la adaptación emocional, social y escolar.	En el contexto familiar: que realiza una apreciación de las estrategias que se utilizan en el contexto familiar, ante situaciones problemáticas (Morales et al., 2012 citado en Morales y García, 2017).	Familia	1. Cuando en casa hay muchas peleas no digo nada.						X	X	X	X									
			2. Cuando mis padres discuten, trato de hacer otras cosas.						X	X	X	X	X								
			3. En casa hay muchos problemas y ayudo a solucionarlos.						X	X	X	X	X	X							
			4. Cuando mis padres se pelean no les digo nada de lo que siento.						X	X	X	X	X	X							
			5. Cuando hay peleas en casa salgo en busca de ayuda de cualquier familiar.						X	X	X	X	X	X							
		En el contexto de la salud es la apreciación de las estrategias a las que se recurre para afrontar situaciones dolorosas generadas por problemas de salud mental y física (Morales et al., 2012 citado en Morales y García, 2017).	salud	6. Cuando me lleven al médico me asusto mucho.						X	X	X	X	X							
				7. Cuando estoy enfermo (a) prefiero jugar y no ir al médico.						X	X	X	X	X	X						
				8. Cuando estoy enfermo no le cuento a nadie lo que me pasa.						X	X	X	X	X	X						
				9. Cuando el médico me dice que tengo que cuidarme yo me cuidó.						X	X	X	X	X	X						
				10. Grito a papá y a mamá cuando estoy delicado de salud.						X	X	X	X	X	X						
	En las tareas escolares, es la apreciación de las estrategias que se utilizan para hacerle frente a situaciones relacionadas al ámbito escolar (Morales et al., 2012 citado en Morales y García, 2017).	Rendimiento	11. A veces tengo malas notas, pero no digo nada.						X	X	X	X	X								
		Estado emocional	12. Trato de estudiar un poco más para sacar buenas notas.						X	X	X	X	X								
			13. Cuando tengo cursos desaprobados me pongo triste.						X	X	X	X	X	X							
			14. Prefiero jugar y no estudiar.						X	X	X	X	X	X							
			15. Cuando desapruébo un examen busco ayuda.						X	X	X	X	X	X							
	El ámbito social es la apreciación de aquellas estrategias utilizadas para enfrentar situaciones que bienen que ver con las relaciones interpersonales. (Morales et al., 2012 citado en Morales y García, 2017).	Relaciones interpersonales	16. A veces no me llevo bien con algunos compañeros de mi aula de clase.						X	X	X	X	X								
		Ámbito social	17. A veces pido ayuda a mi mejor amigo (a).						X	X	X	X	X	X							
			18. cuando tengo problemas prefiero solucionarlo sola (a).						X	X	X	X	X	X							
			19. a veces me siento triste y solo (a).						X	X	X	X	X	X							
			20. Prefiero estar en casa que con mis amigos.						X	X	X	X	X	X							


 Fernando Merino Flores
 Reg. N° 14873

MATRIZ DE VALIDACIÓN DE INSTRUMENTO

NOMBRE DEL INSTRUMENTO : Cuestionario de técnicas afrontamiento

OBJETIVO : Evaluar las técnicas de afrontamiento en estudiantes de la Unidad Educativa "Carlos Julio Arosemena" Santa Elena, 2020.

DIRIGIDO A : Alumnos

APELLIDOS Y NOMBRES DEL EVALUADOR : *Maria Jh. Torres*

GRADO ACADÉMICO DEL EVALUADOR : *Maestrante*

VALORACIÓN:

Muy Alto	Alto <input checked="" type="checkbox"/>	Medio	Bajo	Muy Bajo
----------	--	-------	------	----------

(La valoración va a criterio del investigador esta valoración es solo un ejemplo)


M. Sc. Irene Merino Flores
Reg. N° 14873

Estrés emocional y técnicas de afrontamiento en estudiantes de la Unidad Educativa "Carlos Julio Arosemena" Santa Elena, 2020.

Ficha de evaluación del instrumento: Cuestionario de técnicas de afrontamiento

Indicadores	Criterios	Deficiente 0 - 20				Regular 21 - 40				Buena 41 - 60				Muy Buena 61 - 80				Excelente 81 - 100				OBSERVACIONES
		0	6	11	16	21	26	31	36	41	46	51	56	61	66	71	76	81	86	91	96	
ASPECTOS DE VALIDACION		5	10	15	20	25	30	35	40	45	50	55	60	65	70	75	80	85	90	95	100	
1. Claridad	Esta formulado con un lenguaje apropiado																	81				
2. Objetividad	Esta expresado en conductas observables																	81				
3. Actualidad	Adecuado al enfoque teórico abordado en la investigación																	81				
4. Organización	Existe una organización lógica entre sus ítems																		86			
5. Suficiencia	Comprende los aspectos necesarios en cantidad y calidad.																		86			
6. Intencionalidad	Adecuado para valorar las dimensiones del tema de la investigación																		86			
7. Consistencia	Basado en aspectos teórico-científicos de la investigación																	81				
8. Coherencia	Tiene relación entre las variables e indicadores																	81				
9. Metodología	La estrategia responde a la elaboración de la investigación																	81				

INSTRUCCIONES: Este instrumento, sirve para que el EXPERTO EVALUADOR evalúe la pertinencia, eficacia del Instrumento que se está validando. Deberá colocar la puntuación que considere pertinente a los diferentes enunciados.

Promedio *81 exabnt*

Piura, 25 de octubre de 2020.
 Mgr.: *Irma Flores*
 DNI: *40416809*
 Teléfono: *941868496*
 E-mail: *irca@cehvallejo.edu.pe*


 Mg. *Irma Flores*
 Reg. N° 14873

Activar
Ve a Conf

SEGUNDO EXPERTO

MATRIZ DE VALIDACIÓN

TÍTULO DE LA TESIS: Estrés emocional y técnicas de afrontamiento en estudiantes de la Unidad Educativa "Carlos Julio Arosemena" Santa Elena, 2020.

VARIABLE	DIMENSIÓN	INDICADOR	ITEMS	Opción de respuestas					CRITERIOS DE EVALUACIÓN				OBSERVACIÓN Y/O RECOMENDACIONES			
				5. siempre	4. casi siempre	3. a veces	2. casi nunca	1. nunca	RELACION ENTRE LA VARIABLE Y LA DIMENSIÓN		RELACION ENTRE EL INDICADOR Y EL ITEM			RELACION ENTRE EL ITEM Y LA OPCIÓN DE RESPUESTA		
									SI	NO	SI	NO		SI	NO	SI
Estrés emocional Según Ruiz y Barraza (2018) el estrés emocional es un cambio adaptable y psicológico que se manifiesta en el individuo cuando se encuentra forzado por diferentes estresores, los cuales producen un desequilibrio en el sistema despertando múltiples síntomas tanto cognitivos como fisiológicos y conductuales.	Estresores	Tareas escolares	1. Los profesores me dejan muchas tareas todos los días.						✓		✓					
			2. La personalidad de mis profesores que me imparten las clases me agada.						✓		✓		✓			
			3. No me agrada la forma de evaluación de mis profesores/as (a través de ensayos, trabajos de investigación, búsquedas en internet, etc.						✓		✓		✓			
	Estresores	Exigencias escolares	4. Mis profesores son muy exigentes.						✓		✓		✓			
			5. El tiempo es limitado para hacer el trabajo que me encargan los/as profesoras/as.						✓		✓		✓			
	Síntomas	Agotamiento	6. Me siento cansado (a)						✓		✓		✓			
			7. Últimamente me siento decaído (a) triste y deprimido (a).						✓		✓		✓			
			10. Me siento desganado (a) para realizar mis trabajos académicos.						✓		✓		✓			
		11. Me siento desganado (a) para realizar mis trabajos académicos.						✓		✓		✓				
		Problema	8. Tengo problemas de ansiedad, angustia y desesperación.						✓		✓		✓			
	9. Tengo problemas de concentración							✓		✓		✓				
	Estrategias de afrontamiento	Resolución de problemas	12. Me concentro en resolver la situación que me preocupa.						✓		✓		✓			
			13. Establezco soluciones concretas para resolver la situación que me preocupa.						✓		✓		✓			
		Emociones	14. Analizo lo positivo y negativo de las soluciones pensadas para solucionar la situación que me preocupa.						✓		✓		✓			
	15. Mantengo el control de mis emociones para que no me afecte lo que me estresa.							✓		✓		✓				
	16. Recuerdo situaciones similares ocurridas anteriormente y pienso en cómo las solución.							✓		✓		✓				
				17. Trato de obtener lo positivo de la situación que preocupa.						✓		✓		✓		


 Colegio de Docentes del U.E. "Carlos Julio Arosemena"
 Consejo Superior Regional y Provincial de Santa Elena
 Mg. Ps. Miguel Alberto Velez Sancarran
 C. Ps. P. 4371

MATRIZ DE VALIDACIÓN DE INSTRUMENTO

NOMBRE DEL INSTRUMENTO : Cuestionario de estrés emocional

OBJETIVO : Evaluar Estrés emocional estudiantes de la Unidad Educativa "Carlos Julio Arosemena" Santa Elena, 2020

DIRIGIDO A : Alumnos

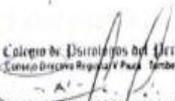
APELLIDOS Y NOMBRES DEL EVALUADOR : VELEZ SANCARRANCO Miguel Alberto

GRADO ACADÉMICO DEL EVALUADOR : MAESTRO

VALORACIÓN:

Muy Alto	Alto X	Medio	Bajo	Muy Bajo
----------	--------	-------	------	----------

(La valoración va a criterio del investigador esta valoración es solo un ejemplo)

 Colegio de Docentes del UETA
Consejo Docente Regional 4 Páez - Tumbes

Mg. Ps. Miguel Alberto Velez Sancarranc
C.P.S.P. 4371

Estrés emocional y técnicas de afrontamiento en estudiantes de la Unidad Educativa "Carlos Julio Arosemena" Santa Elena, 2020.

Ficha de evaluación del instrumento: Cuestionario de estrés emocional

Indicadores	Criterios	Deficiente 0 - 20				Regular 21 - 40				Buena 41 - 60				Muy Buena 61 - 80				Excelente 81 - 100				OBSERVACIONES
		0	6	11	16	21	26	31	36	41	46	51	56	61	66	71	76	81	86	91	96	
ASPECTOS DE VALIDACION		5	10	15	20	25	30	35	40	45	50	55	60	65	70	75	80	85	90	95	100	
1. Claridad	Esta formulado con un lenguaje apropiado																	85				
2. Objetividad	Esta expresado en conductas observables																	85				
3. Actualidad	Adecuado al enfoque teórico abordado en la investigación																		90			
4. Organización	Existe una organización lógica entre sus ítems																			95		
5. Suficiencia	Comprende los aspectos necesarios en cantidad y calidad.																	85				
6. Intencionalidad	Adecuado para valorar las dimensiones del tema de la investigación																	85				
7. Consistencia	Basado en aspectos teóricos-científicos de la investigación																	85				
8. Coherencia	Tiene relación entre las variables e indicadores																	85				
9. Metodología	La estrategia responde a la elaboración de la investigación																	85				

INSTRUCCIONES: Este instrumento, sirve para que el EXPERTO EVALUADOR evalúe la pertinencia, eficacia del Instrumento que se está validando. Deberá colocar la puntuación que considere pertinente a los diferentes enunciados.

Promedio

Piura, 15 de noviembre de 2020.

Mgr.: Miguel Alberto Reyez Sancarranc

DNI: 09862733

Teléfono: 957434651

E-mail: mi.aresa@latuasa.com

85 EXCELENTE



Colegio de Psicólogos del Perú
Curso de Especialización en Psicología Clínica
Mg. Ps. Miguel Alberto Reyez Sancarranc
C.P. P. 4371

Activar
Ve a Config

MATRIZ DE VALIDACIÓN

TÍTULO DE LA TESIS: Estrés emocional y técnicas de afrontamiento en estudiantes de la Unidad Educativa "Carlos Julio Arosemena" Santa Elena, 2020.

VARIABLE	DIMENSIÓN	INDICADOR	ITEMS	Opción de respuestas					CRITERIOS DE EVALUACIÓN				OBSERVACIÓN Y/O RECOMENDACIONES
				5. Siempre	4. Casi siempre	3. A veces	2. Casi nunca	1. Nunca	RELACIÓN ENTRE LA VARIABLE Y LA DIMENSIÓN		RELACIÓN ENTRE EL INDICADOR Y EL ÍTEM		
									SI	NO	SI	NO	
<p>Técnicas de afrontamiento</p> <p>Según, Morales y Tranes (2012) citados en Morales y García (2017) definen las técnicas de afrontamiento del estrés, como aquellas conductas que se generan a consecuencia de la valoración que hace el individuo de los requerimientos ante una situación o problemas, por lo que, las estrategias que se utilizan ante una determinada situación serán diferentes antes cualquier otra. En ese sentido, es necesario afrontar de manera productiva y sistemática los problemas que se generan en el ámbito social, familiar, de la salud y escolares, ya que influyen en la adaptación emocional, social y escolar.</p>	En el contexto familiar: que realiza una apreciación de las estrategias que se utilizan en el contexto familiar, ante situaciones problemáticas (Morales et al., 2012 citado en Morales y García, 2017).	Familia	1. Cuando en casa hay muchas peleas no digo nada.						✓	✓	✓	✓	
			2. Cuando mis padres discuten, trato de hacer otras cosas.						✓	✓	✓	✓	
			3. En casa hay muchos problemas y ayudo a solucionarlos.						✓	✓	✓	✓	
			5. Cuando mis padres se pelean no les digo nada de lo que siento.						✓	✓	✓	✓	
			4. Cuando hay peleas en casa salgo en busca de ayuda de cualquier familiar.						✓	✓	✓	✓	
	En el contexto de la salud: es la apreciación de las estrategias a las que se recurre para afrontar situaciones dolorosas generadas por problemas de salud mental y física (Morales et al., 2012 citado en Morales y García, 2017).	salud	6. Cuando me llevan al médico me asusto mucho						✓	✓	✓	✓	
			7. Cuando estoy enfermo (a) prefiero jugar y no ir al médico						✓	✓	✓	✓	
			9. Cuando estoy enfermo no le cuento a nadie lo que me pasa.						✓	✓	✓	✓	
			10. Cuando el médico me dice que tengo que cuidarme yo me cuido.						✓	✓	✓	✓	
			8. Grito a papá y a mamá cuando estoy delicado de salud.						✓	✓	✓	✓	
	En las tareas escolares, es la apreciación de las estrategias que se utilizan para hacerle frente a situaciones relacionadas al ámbito escolar (Morales et al., 2012 citado en Morales y García, 2017).	Rendimiento	11. A veces tengo malas notas, pero no digo nada.						✓	✓	✓	✓	
			12. Trato de estudiar un poco más para sacar buenas notas						✓	✓	✓	✓	
		Estado emocional	13. Cuando tengo cursos desaprobados me pongo triste.						✓	✓	✓	✓	
			14. Prefiero jugar y no estudiar.						✓	✓	✓	✓	
			15. Cuando desaprubo un examen busco ayuda.						✓	✓	✓	✓	
	El ámbito social es la apreciación de aquellas estrategias utilizadas para enfrentar situaciones que tienen que ver con las relaciones interpersonales. (Morales et al., 2012 citado en Morales y García, 2017).	Relaciones interpersonales	16. A veces no me llevo bien con algunos compañeros de mi aula de clase.						✓	✓	✓	✓	
			17. A veces pido ayuda a mi mejor amigo (a)						✓	✓	✓	✓	
		Ámbito social	18. cuando tengo problemas prefiero solucionarlo sola (a).						✓	✓	✓	✓	
			19. a veces me siento triste y solo (a).						✓	✓	✓	✓	
			20. Prefiero estar en casa que con mis amigos.						✓	✓	✓	✓	


 Colegio de Docentes del U.E. "Carlos Julio Arosemena" Santa Elena
 Mg. Pa. Miguel Alberto Pérez Sancarranc
 C. P. N. 45371

Acti
Ve a

MATRIZ DE VALIDACIÓN DE INSTRUMENTO

NOMBRE DEL INSTRUMENTO : Cuestionario de técnicas afrontamiento

OBJETIVO : Evaluar las técnicas de afrontamiento en estudiantes de la Unidad Educativa "Carlos Julio Arosemena" Santa Elena, 2020.

DIRIGIDO A : Alumnos

APELLIDOS Y NOMBRES DEL EVALUADOR : VETER SANCARRAWCO MIGUEL ALBERTO

GRADO ACADÉMICO DEL EVALUADOR : MAESTRO

VALORACIÓN:

Muy Alto	Alto X	Medio	Bajo	Muy Bajo
----------	--------	-------	------	----------

(La valoración va a criterio del investigador esta valoración es solo un ejemplo)


Colegio de Distritos del Valle
Consejo Directivo Regional del Valle
Santa Elena

Estrés emocional y técnicas de afrontamiento en estudiantes de la Unidad Educativa "Carlos Julio Arosemena" Santa Elena, 2020.

Ficha de evaluación del instrumento: Cuestionario de técnicas de afrontamiento

Indicadores	Criterios	Deficiente 0 - 20				Regular 21 - 40				Buena 41 - 60				Muy Buena 61 - 80				Excelente 81 - 100				OBSERVACIONES
		0	6	11	16	21	26	31	36	41	46	51	56	61	66	71	76	81	86	91	96	
ASPECTOS DE VALIDACION		5	10	15	20	25	30	35	40	45	50	55	60	65	70	75	80	85	90	95	100	
1. Claridad	Esta formulado con un lenguaje apropiado																		90			
2. Objetividad	Esta expresado en conductas observables																		90			
3. Actualidad	Adecuado al enfoque teórico abordado en la investigación																	85				
4. Organización	Existe una organización lógica entre sus ítems																			95		
5. Suficiencia	Comprende los aspectos necesarios en cantidad y calidad.																			95		
6. Intencionalidad	Adecuado para valorar las dimensiones del tema de la investigación																			95		
7. Consistencia	Basado en aspectos teórico-científicos de la investigación																			95		
8. Coherencia	Tiene relación entre las variables e indicadores																			95		
9. Metodología	La estrategia responde a la elaboración de la investigación																			95		

INSTRUCCIONES: Este instrumento, sirve para que el EXPERTO EVALUADOR evalúe la pertinencia, eficacia del Instrumento que se está validando. Deberá colocar la puntuación que considere pertinente a los diferentes enunciados.

Promedio 92 Excelente

Piura, 15 de noviembre de 2020.

Mgr.: Miguel Alberto Velez Sancarranc

DNI: 09862733

Teléfono: 957494651

E-mail: mi.ale.v@upwv.edu.pe



Colegio de Investigadores del Perú
Consejo Directivo Regional de Piura - Tumbes

Mg. Ps. Miguel Alberto Velez Sancarranc
C.P. P. 4371

Activar
Ve a Confi

TERCER EXPERTO
MATRIZ DE VALIDACIÓN

TÍTULO DE LA TESIS: Estrés emocional y técnicas de afrontamiento en estudiantes de la Unidad Educativa "Carlos Julio Arosemena" Santa Elena, 2020.

VARIABLE	DIMENSIÓN	INDICADOR	ITEMS	Opción de respuestas					CRITERIOS DE EVALUACIÓN				OBSERVACIÓN Y/O RECOMENDACIONES		
				5. Siempre	4. Casi siempre	3. A veces	2. Casi nunca	1. Nunca	RELACION ENTRE LA VARIABLE Y LA DIMENSIÓN		RELACION ENTRE EL INDICADOR Y EL ÍTEM			RELACION ENTRE EL ÍTEM Y LA OPCIÓN DE RESPUESTA	
									SI	NO	SI	NO		SI	NO
Estrés emocional Según Ruiz y Barraza (2018) el estrés emocional es un cambio adaptativo y psicológico que se manifiesta en el individuo cuando se encuentra forzado por diferentes estresores, los cuales producen un desequilibrio en el sistema despertando múltiples síntomas tanto cognitivos como fisiológicos y conductuales.	Estresores: son aquellos componentes que conllevan al individuo a la predisposición ante el estrés en su entorno, el cual también se ve influenciado por la carga emocional (Ruiz y Barraza, 2018).	Tareas escolares	1. Los profesores me dejan muchas tareas todos los días.						X		X		X		
			2. La personalidad de mis profesores que me imparten las clases me agrada.						X		X		X		
			3. No me agrada la forma de evaluación de mis profesoras/as (a través de ensayos, trabajos de investigación, búsquedas en internet, etc.						X		X		X		
	Exigencias escolares	Tiempo	4. Mis profesores son muy exigentes.						Y		X		X		
			5. El tiempo es limitado para hacer el trabajo que me encargan los/as profesores/as.						X		X		Y		
			6. Me siento cansado (a)						X		X		Y		
	Síntomas: Son características conductuales, físicas y psicológicas que expresa un individuo en el entorno donde se desenvuelve (Ruiz y Barraza, 2018).	Agotamiento	7. Últimamente me siento decaído (a) triste y deprimido (a).						Y		X		X		
			10. Me siento desganado (a) para realizar mis trabajos académicos.						Y		Y		X		
			11. Me siento desganado (a) para realizar mis trabajos académicos.						X		Y		X		
	Estrategias de afrontamiento: forma en que el individuo acciona con la finalidad de hacerle frente a los requerimientos internos y externos que ejercen influencia en el desequilibrio del individuo (Ruiz y Barraza, 2018).	Problema	Resolución de problemas	8. Tengo problemas de ansiedad, angustia y desesperación.						X		X		Y	
				9. Tengo problemas de concentración						Y		X		Y	
				12. Me concentro en resolver la situación que me preocupa.						X		X		X	
	Emociones			13. Establezco soluciones concretas para resolver la situación que me preocupa.						X		X		Y	
				14. Analizo lo positivo y negativo de las soluciones pensadas para solucionar la situación que me preocupa.						X		Y		X	
				15. Mantengo el control de mis emociones para que no me afecte lo que me estresa.						X		X		X	
				16. Recuerdo situaciones similares ocurridas anteriormente y pienso en cómo las solucioné.						X		X		X	
				17. Trato de obtener lo positivo de la situación que preocupa.						Y		X		X	


Dr. Elizabeth Guzmán Escobar
PSICÓLOGA
C.P.S. N° 1379

MATRIZ DE VALIDACIÓN DE INSTRUMENTO

NOMBRE DEL INSTRUMENTO : Cuestionario de estrés emocional

OBJETIVO : Evaluar Estrés emocional estudiantes de la Unidad Educativa "Carlos Julio Arosemena" Santa Elena, 2020

DIRIGIDO A : Alumnos

APELLIDOS Y NOMBRES DEL EVALUADOR : *Céspedes Soareda Golde Elizabeth*

GRADO ACADÉMICO DEL EVALUADOR : *Magister*

VALORACIÓN:

Muy Alto	Alto <input checked="" type="checkbox"/>	Medio	Bajo	Muy Bajo
----------	--	-------	------	----------

(La valoración va a criterio del investigador esta valoración es solo un ejemplo)


M^{te}. Elizabeth Soareda Golde
PSICÓLOGA
C.P. N° 1379

Estrés emocional y técnicas de afrontamiento en estudiantes de la Unidad Educativa "Carlos Julio Arosemena" Santa Elena, 2020.

Ficha de evaluación del instrumento: Cuestionario de estrés emocional

Indicadores	Criterios	Deficiente 0 - 20					Regular 21 - 40					Buena 41 - 60					Muy Buena 61 - 80					Excelente 81 - 100					OBSERVACIONES
		0	6	11	16	21	26	31	36	41	46	51	56	61	66	71	76	81	86	91	96	100					
ASPECTOS DE VALIDACION		5	10	15	20	25	30	35	40	45	50	55	60	65	70	75	80	85	90	95	100						
1. Claridad	Esta formulado con un lenguaje apropiado																		90								
2. Objetividad	Esta expresado en conductas observables																			95							
3. Actualidad	Adecuado al enfoque técnico abordado en la investigación																	85									
4. Organización	Existe una organización lógica entre sus ítems																	85									
5. Suficiencia	Comprende los aspectos necesarios en cantidad y calidad																	85									
6. Intencionalidad	Adecuado para valorar las dimensiones del tema de la investigación																	85									
7. Consistencia	Basado en aspectos técnicos-científicos de la investigación																	85									
8. Coherencia	Tiene relación entre las variables e indicadores																		90								
9. Metodología	La estrategia responde a la elaboración de la investigación																	85									

INSTRUCCIONES: Este instrumento, sirve para que el EXPERTO EVALUADOR evalúe la pertinencia, eficacia del instrumento que se está validando. Deberá colocar la puntuación que considere pertinente a los diferentes enunciados.

Promedio **87** Excelente

Piura, 15 de noviembre de 2020.

Mgr.: *Goldi Elizabeth Cispedes Saavedra*

DNI: 02867522

Teléfono: 945911191

E-mail: *gcispedes.0226@gmail.com*

MATRIZ DE VALIDACIÓN

TÍTULO DE LA TESIS: Estrés emocional y técnicas de afrontamiento en estudiantes de la Unidad Educativa "Carlos Julio Arosemena" Santa Elena, 2020.

VARIABLE	DIMENSIÓN	INDICADOR	ITEMS	Opción de respuestas					CRITERIOS DE EVALUACIÓN				OBSERVACIÓN Y/O RECOMENDACIONES		
				5. siempre	4. casi siempre	3. a veces	2. casi nunca	1. nunca	RELACION ENTRE LA VARIABLE Y LA DIMENSIÓN		RELACION ENTRE EL INDICADOR Y EL ÍTEM				
				SI	NO	SI	NO	SI	NO	SI	NO				
<p>Técnicas de afrontamiento</p> <p>Según, Morales y Triana (2012) citados en Morales y García (2017) definen las técnicas de afrontamiento del estrés, como aquellas conductas que se generan a consecuencia de la valoración que hace el individuo de los requerimientos ante una situación o problemas, por lo que, las estrategias que se utilicen ante una determinada situación serán diferentes a las que se utilicen en otra. En este sentido, es necesario afrontar de manera productiva y sistemática los problemas que se generan en el ámbito social, familiar, de la salud y escolares, ya que influyen en la adaptación emocional, social y escolar.</p>	En el contexto familiar: que realiza una apreciación de las estrategias que se utilizan en el contexto familiar, ante situaciones problemáticas (Morales et al., 2012 citado en Morales y García, 2017).	Familia	1. Cuando en casa hay muchas peleas no digo nada.						X		X				
			2. Cuando mis padres discuten, trato de hacer otras cosas.						X		X		X		
			3. En casa hay muchos problemas y ayudo a solucionarlos.						X		X		X		
			4. Cuando mis padres se pelean no les digo nada de lo que siento.						X		X		X		
			5. Cuando hay peleas en casa salgo en busca de ayuda de cualquier familiar.						X		X		X		
	En el contexto de la salud es la apreciación de las estrategias a las que se recurre para afrontar situaciones dolorosas generadas por problemas de salud mental y física (Morales et al., 2012 citado en Morales y García, 2017).	salud	6. Cuando me llevan al médico me asusto mucho							X		X			
			7. Cuando estoy enfermo (a) prefiero jugar y no ir al médico						X		X		X		
			9. Cuando estoy enfermo no le cuento a nadie lo que me pasa.						X		X		X		
			10. Cuando el médico me dice que tengo que cuidarme yo me cuidó.						X		X		X		
			8. Grito a papá y a mamá cuando estoy delicado de salud.						X		X		X		
	En las tareas escolares, es la apreciación de las estrategias que se utilizan para hacerle frente a situaciones relacionadas al ámbito escolar (Morales et al., 2012 citado en Morales y García, 2017).	Rendimiento	11. A veces tengo malas notas, pero no digo nada.							X		X			
			12. Trato de estudiar un poco más para sacar buenas notas						X		X		X		
		Estado emocional	13. Cuando tengo cursos desaprobados me pongo triste.								X		X		
			14. Prefiero jugar y no estudiar.								X		X		
			15. Cuando desapruébo un examen busco ayuda.								X		X		
	El ámbito social es la apreciación de aquellas estrategias utilizadas para enfrentar situaciones que bienen que ver con las relaciones interpersonales. (Morales et al., 2012 citado en Morales y García, 2017).	Relaciones interpersonales	16. A veces no me llevo bien con algunos compañeros de mi aula de clase.							X		X			
			17. A veces pido ayuda a mi mejor amigo (a)							X		X		X	
		Ámbito social	18. cuando tengo problemas prefiero solucionarlo sola (a).								X		X		
			19. a veces me siento triste y solo (a).								X		X		
			20. Prefiero estar en casa que con mis amigos.								X		X		


 Dr. Elizabeth Cepeda Vazquez
 Psicóloga
 C.Ps. N° 1379

MATRIZ DE VALIDACIÓN DE INSTRUMENTO

NOMBRE DEL INSTRUMENTO : Cuestionario de técnicas afrontamiento

OBJETIVO : Evaluar las técnicas de afrontamiento en estudiantes de la Unidad Educativa "Carlos Julio Arosemena" Santa Elena, 2020.

DIRIGIDO A : Alumnos

APELLIDOS Y NOMBRES DEL EVALUADOR : *Gertrudis Saavedra Goldi Elizabeth*

GRADO ACADÉMICO DEL EVALUADOR : *Magister*

VALORACIÓN:

Muy Alto	Alto <i>X</i>	Medio	Bajo	Muy Bajo
----------	---------------	-------	------	----------

(La valoración va a criterio del investigador esta valoración es solo un ejemplo)


.....
M^{te}. Gertrudis Saavedra Goldi
PSICÓLOGA
C.P.S. N° 13795

Estrés emocional y técnicas de afrontamiento en estudiantes de la Unidad Educativa "Carlos Julio Arosemena" Santa Elena, 2020.

Ficha de evaluación del instrumento: Cuestionario de técnicas de afrontamiento

Indicadores	Criterios	Deficiente 0 - 20				Regular 21 - 40				Buena 41 - 60				Muy Buena 61 - 80				Excelente 81 - 100				OBSERVACIONES
		0	6	11	16	21	26	31	36	41	46	51	56	61	66	71	76	81	86	91	96	
ASPECTOS DE VALIDACION		5	10	15	20	25	30	35	40	45	50	55	60	65	70	75	80	85	90	95	100	
1. Claridad	Esta formulado con un lenguaje apropiado																	85				
2. Objetividad	Esta expresado en conductas observables																		90			
3. Actualidad	Adecuado al enfoque teórico abordado en la investigación																		90			
4. Organización	Existe una organización lógica entre sus ítems																		90			
5. Suficiencia	Comprende los aspectos necesarios en cantidad y calidad.																		90			
6. Intencionalidad	Adecuado para valorar las dimensiones del tema de la investigación																		90			
7. Consistencia	Basado en aspectos teórico-científicos de la investigación																		90			
8. Coherencia	Tiene relación entre las variables e indicadores																		90			
9. Metodología	La estrategia responde a la elaboración de la investigación																		90			

INSTRUCCIONES: Este instrumento, sirve para que el EXPERTO EVALUADOR evalúe la pertinencia, eficacia del Instrumento que se está validando. Deberá colocar la puntuación que considere pertinente a los diferentes enunciados.

Promedio **89 Excelente**

Piura, 25 de octubre de 2020.

Mgr.: **Gabriela Elizabeth Céspedes Saavedra**

DNI: **028675022**

Teléfono: **945911191**

E-mail: **gcspedes0226@gmail.com**

SOLICITUD DE AUTORIZACIÓN

Lunes, 28 de septiembre del 2020.

Asunto: Solicito autorización para la aplicación de instrumento de investigación sobre Estrés Emocional y Técnica de Afrontamiento, en 31 estudiantes de 8° año.

MSc. Solange Palma
RECTORA DE LA UNIDAD EDUCATIVA CARLOS JULIO AROSEMENA TOLA

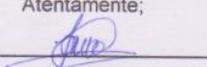
Presente.

Yo, Laura Santamaría Delgado con cédula de identidad número: 0916928427 con domicilio en Provincia de Santa Elena, con el debido respeto me presento ante usted y expongo lo siguiente:

Que como estudiante de maestría vengo realizando el proyecto de investigación titulado **Estrés Emocional y Técnica de Afrontamiento**, para lo cual necesito aplicar una prueba piloto de los instrumento de Confiabilidad y Muestra que se utilizarán en la investigación, necesitando ser aplicados a 31 estudiantes de la institución de 8° año, para determinar su confiabilidad, significando, que es un requisito necesario para continuar mi investigación para obtener el grado académico de Magíster en Educación con Mención en Psicología Educativa, de la Universidad Cesar Vallejo, Piura – Perú, asimismo, cabe señalar, que los datos que resulten de la aplicación de las pruebas serán de uso exclusivo en la investigación.

Seguros de contar con su valiosa respuesta suplico acceder a mi solicitud.

Atentamente;


Lcda. Laura Santamaría Delgado

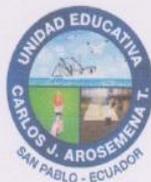
C. I: 0916928427

Telf: 0988814105

Estudiante del Postgrado de la UCV



AUTORIZACIÓN



UNIDAD EDUCATIVA "CARLOS JULIO AROSEMENA TOLA"

San Pablo – Santa Elena – Ecuador

Zona: 5 – Distrito: 24D01 – Circuito: 24D01C04_05

Código Amie: 24H00012

SAN PABLO, 28 DE SEPTIEMBRE DEL 2020.

**EL SUSCRITO MSC. SOLANGE PALMA SUAREZ,
RECTORA DE LA UNIDAD EDUCATIVA
"CARLOS JULIO AROSEMENA TOLA" DE LA
COMUNA SAN PABLO, CANTÓN Y PROVINCIA
DE SANTA ELENA.**

CERTIFICA:

QUE SE LE OTORGO LA AUTORIZACIÓN A LA LIC. SANTAMAIA DELGADO LAURA, CON C.I. 0916928427 DE NACIONALIDAD ECUATORIANA, REALIZAR SU TESIS DE POST GRADO CON EL TEMA ESTRES EMOCIONAL Y TÉCNICAS DE AFRONTAMIENTO CON LOS ESTUDIANTES DE 8VO AÑO BÁSICO.

ES CUANTO PUEDO CERTIFICAR EN HONOR A LA VERDAD, DANDO USO DEL PRESENTE DOCUMENTO DE ACUERDO A SUS REQUERIMIENTOS A LA PERSONA INTERESADA.

ATENTAMENTE

MSC. SOLANGE PALMA SUAREZ.

RECTORA

CI. 0923561153

Cel. 0990957145



CONSENTIMIENTO INFORMADO



UNIDAD EDUCATIVA
"CARLOS JULIO AROSEMENA TOLA"
SAN PABLO - SANTA ELENA - ECUADOR
ZONA: 5 - DISTRITO: 24D01 - CIRCUITO: 24D01C04_05
CÓDIGO AMIE: 24H0001

CONSENTIMIENTO INFORMADO

Estimado padre/madre o apoderado

Soy estudiante de la Escuela de Postgrado de la Universidad Cesar Vallejo y estoy llevando a cabo un estudio sobre **Estrés emocional y Técnicas de afrontamiento** como requisito para obtener mi grado de maestro en Psicología Educativa. El objetivo del estudio es Investigar determinar la relación que existe entre Estrés emocional y Técnicas de afrontamiento en estudiante de 8º de la Unidad Educativa "Carlos Julio Arosemena" Santa Elena, 2020.

Solicito su autorización para que su hijo(a) participe voluntariamente en este estudio.

El estudio consiste aplicar una encuesta el cual contiene 37 preguntas. Le tomará contestarlo aproximadamente 5 minutos. El proceso será estrictamente confidencial y el nombre no será utilizado. La participación o no participación en el estudio no afectará la nota del estudiante.

La participación es voluntaria. Usted y su hijo(a) tienen el derecho de retirar el consentimiento para la participación en cualquier momento. El estudio no conlleva ningún riesgo ni recibe ningún beneficio. No recibirá ninguna compensación por participar. Los resultados grupales estarán disponibles en la dirección de la Unidad Educativa Carlos Julio Arosemena si así desea solicitarlos. Si tiene alguna pregunta sobre esta investigación, se puede comunicar con el investigador al teléfono 0988814105

Si desea que su hijo participe, por favor debe llenar la autorización y devolver a la persona que lo solicita.

Laura Santamaría Delgado

AUTORIZACIÓN DE PADRE FAMILIA



UNIDAD EDUCATIVA
"CARLOS JULIO AROSEMENA TOLA"
SAN PABLO - SANTA ELENA - ECUADOR
ZONA: 5 - DISTRITO: 24D01 - CIRCUITO: 24D01C04_05
CÓDIGO AMIE: 24H0001

AUTORIZACIÓN

He leído el procedimiento descrito arriba. El investigador me ha explicado el estudio y ha contestado mis preguntas. Voluntariamente doy mi consentimiento para que mi hija Angie Elizabeth Florencia Yagual, participe en el estudio de Laura Santamaría Delgado sobre Estrés emocional y técnicas de afrontamiento

He recibido copia de este procedimiento.

Firma Santa M. Yagual

Fecha. Fecha. 16/10/20



UNIDAD EDUCATIVA
"CARLOS JULIO AROSEMENA TOLA"
SAN PABLO - SANTA ELENA - ECUADOR
ZONA: 5 - DISTRITO: 24D01 - CIRCUITO: 24D01C04_05
CÓDIGO AMIE: 24H0001

AUTORIZACIÓN

He leído el procedimiento descrito arriba. El investigador me ha explicado el estudio y ha contestado mis preguntas. Voluntariamente doy mi consentimiento para que mi hija Luis Alberto Gorobiza Suárez, participe en el estudio de Laura Santamaría Delgado sobre Estrés emocional y técnicas de afrontamiento

He recibido copia de este procedimiento.

Firma

Luis Alberto Gorobiza Suárez

Fecha. Fecha. 16/10/20



UNIDAD EDUCATIVA
"CARLOS JULIO AROSEMENA TOLA"
SAN PABLO - SANTA ELENA - ECUADOR
ZONA: 5 - DISTRITO: 24D01 - CIRCUITO: 24D01C04_05
CÓDIGO AMIE: 24H0001

AUTORIZACIÓN

He leído el procedimiento descrito arriba. El investigador me ha explicado el estudio y ha contestado mis preguntas. Voluntariamente doy mi consentimiento para que mi hija Josefa Angel Bastos Glavenna, participe en el estudio de Laura Santamaría Delgado sobre Estrés emocional y técnicas de afrontamiento

He recibido copia de este procedimiento.

Firma Angelo Glavenna Reyes

Fecha. Fecha. 16/10/20