



UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO

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

**Afrontamiento en niveles de estrés académico en adolescentes
de un centro educativo de la ciudad de Abancay - 2021.**

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

AUTOR:

Usca Gamarra, Edward ([ORCID: 0000-0001-5046-256X](https://orcid.org/0000-0001-5046-256X))

ASESORA:

Dra. Bejarano Álvarez, Patricia Mónica ([ORCID: 0000-0003-3059-6258](https://orcid.org/0000-0003-3059-6258))

LÍNEA DE INVESTIGACIÓN:

Atención integral, del infante, niño y adolescente

LIMA – PERÚ

2021

Dedicatoria

A mi madre, que con su sacrificio y esfuerzo me enseñó a no darme por vencido y poder creer en mí, en todo momento. A mi hija Yocio, por ser mi motor de inspiración para seguir adelante día a día, y mantener la pausa para seguir jugando. A Tefi, mi enamorada de toda mi vida, quien mantuvo en todo momento su templanza para ayudarme en este proyecto, y sin su ayuda no hubiera podido lograr este peldaño. Y por sobre todo a Dios.

Edward Usca Gamarra

Agradecimiento

Agradecer a los profesores de la maestría quienes, a pesar de la pandemia ayudaron a estimular nuevas formas de aprendizaje, y con quienes logramos entender que no existe el “no puedo”.

Agradecer al Dr. Edgar P. L., quien siempre confió en mí y quien es modelo de persona y profesional a quien siempre admirare.

Edward Usca Gamarra

ÍNDICE DE CONTENIDOS

Carátula	i
Dedicatoria	ii
Agradecimiento	iii
Índice de contenidos	iv
Índice de tablas	vi
Resumen	viii
Abstract	ix
I. INTRODUCCIÓN	1
II. MARCO TEÓRICO	5
III. METODOLOGÍA	15
3.1. TIPO Y DISEÑO DE INVESTIGACIÓN	15
3.1.1. <i>Tipo de investigación</i>	15
3.1.2. <i>Diseño de investigación</i>	15
3.2. VARIABLES Y OPERACIONALIZACIÓN	15
3.3. POBLACIÓN, MUESTRA Y MUESTREO	17
3.3.1. <i>Población</i>	17
3.3.2. <i>Muestra y muestreo</i>	17
3.3.3. <i>Unidad de análisis</i>	19
3.4. TÉCNICAS E INSTRUMENTOS DE RECOLECCIÓN DE DATOS	19
3.4.1. <i>Validez y confiabilidad:</i>	19
3.5. PROCEDIMIENTOS	20
3.6. MÉTODO DE ANÁLISIS DE DATOS	20
3.7. ASPECTOS ÉTICOS	20
IV. RESULTADOS	21
4.1 RESULTADOS DESCRIPTIVOS	21
4.2 PRUEBA DE NORMALIDAD DE LAS VARIABLES DE ESTUDIO	23
4.3 AJUSTE DEL MODELO	24
4.4 VARIABILIDAD	25
4.5 CONTRASTACIÓN DE HIPÓTESIS	26

4.6.1	<i>Hipótesis general</i>	26
4.6.2	<i>Primera hipótesis específica</i>	27
4.6.3	<i>Segunda hipótesis específica</i>	28
4.6.4	<i>Tercera hipótesis específica</i>	29
V.	DISCUSIÓN	31
VI.	CONCLUSIONES	37
VII.	RECOMENDACIONES	38
	REFERENCIAS	39
	ANEXOS	46

ÍNDICE DE TABLAS

TABLA 1 Población Del Centro Educativo	17
TABLA 2 Estratos De La Muestra De Estudio	18
TABLA 3 Nivel De Afrontamiento	21
TABLA 4 Nivel De Estrés Académico	22
TABLA 5 Estadísticos De Normalidad	23
TABLA 6 Bondad de Ajuste Entre Afrontamiento y Dimensiones - Estrés Académico	24
TABLA 7 Variabilidad Afrontamiento y Dimensiones Sobre el Estrés Académico	25
TABLA 8 Parámetros de Afrontamiento en el Estrés Académico	26
TABLA 9 Parámetros de Resolución de Problemas en el Estrés Académico	27
TABLA 10 Parámetros Relación con los Demás en el Estrés Académico	28
TABLA 11 <i>Parámetros Afrontamiento No Productivo en el Estrés Académico</i>	29

Resumen

La presente investigación tuvo como objetivo determinar la influencia del afrontamiento en el estrés académico en adolescentes de una centro educativo de la ciudad de Abancay del 2021, en cuanto a la metodología desarrollada el presente estudio utilizo un enfoque cuantitativo de tipo correlacional descriptivo de tipo básico con un diseño no experimental, para la obtención de datos y de información se aplicó un cuestionarios para medir el afrontamiento en adolescentes que fue validado en el Perú, por Rebaza en el 2018, así como el cuestionario de estrés académico adaptado por Quito en el 2019, con la utilidad de 130 estudiantes de secundaria de una centro educativo de Abancay. El autor concluyo a los resultados que al obtener el p valor obtenido fue de 0.000 el cual es menor al nivel de significancia $\alpha=0.05$, por lo tanto, el afrontamiento influye en el estrés académico de los adolescentes de un centro educativo de Abancay, 2021.

Palabras claves: Estrés académico, afrontamiento, resolución de problemas, relación con los demás, adolescentes.

Abstract

The objective of the present research was to determine the influence of coping on academic stress in puberty and / or adolescents of an educational institution in the city of Abancay in 2021, regarding the methodology developed in the present study I use a descriptive correlational quantitative approach of a basic type with a non-experimental design, to obtain data and information, a questionnaire was applied to measure coping in adolescents that was validated in Peru by Rebaza in 2018, as well as the academic stress questionnaire adapted by Quito in 2019, with the utility of 130 high school students from an educational institution in Abancay. The author concluded the results that when obtaining the p value obtained was 0.000, which is less than the level of significance $\alpha = 0.05$, therefore, coping influences the academic stress of puberty and / or adolescents of an educational institution of Abancay, 2021.

Keywords: Academic stress, coping, problem solving, relationship with others.

I. INTRODUCCIÓN

La presente investigación ha sido estructurada frente a los grandes cambios que existen en nuestro país y que involucran a poblaciones vulnerables como la niñez y la adolescencia peruana, que en la actualidad han cambiado súbitamente sus rutinas de actividades diarias, dentro de su contexto educativo y su entorno social, a causa de la actual pandemia COVID-19, considerando también que esta población adolescente también están expuestos a situaciones de pobreza, y de alguna discapacidad, o se encuentren en situación de migración y refugio, quienes también se enfrentan a situaciones de Estrés constante.

Ante este hecho que afecta nuestro país, una de las poblaciones afectadas como los adolescentes de Abancay, de un Instituto educativo específico, han sufrido cambios sustanciales en su comportamiento adaptativo, a nivel escolar, social y familiar; presentando signos de niveles de agresividad, sentimientos de nerviosismo, angustia, aislamiento social, desgano en sus acciones académicas y del hogar, donde por ser presos de la rutina y del contacto de los medios de comunicación, donde imparten constantemente noticias sobre la enfermedad y las estadísticas de contagio, generan en ellos altos niveles de estrés, dentro de la familia, y su contexto social, trayendo inclusive circunstancias más graves como el maltrato y la violencia intrafamiliar, y signos de Estrés descritos líneas arriba.

Durante la presente investigación se describirán como esta población susceptible, afrontara estos cambios constantes, que consolidaran su identidad, su autonomía frente a la sociedad y a esta nueva realidad que le toca enfrentar, desarrollando estos esfuerzos cognitivos y/o conductuales que le ayudaran a sopesar estos abruptos desfases que hoy atraviesa, y se identificarán la utilidad del afrontamiento y que están relacionadas con su capacidad física y psicológica, además de la organización de sus hábitos, y rutinas diarias que se adecuaran a sus relaciones interpersonales y familiares (Naranjo, 2009).

El afrontamiento como estrategias y estilos, ayudaran a este grupo de personas a sentirse más aliviados, y de esta manera poder expresar sus sentimientos, manteniendo un entorno seguro, de apoyo, confianza, y de buen desarrollo interpersonal, ante su dinámica escolar, y de esta manera se reducirá

las repuestas provocadas por acontecimientos estresantes, haciendo reflexionar que el afrontamiento es el proceso que influye en los adolescentes a ser resilientes ante las instancias enormes, que se planean en su desarrollo vital y de esta manera equilibrar situaciones conflictivas, en su vida diaria.

La Organización mundial de la Salud (OMS) en 2018, sostiene que la población púber y/o adolescente a nivel mundial viene relacionándose a problemas de orden social de forma impropia, siendo un grupo asociado a problemas de orden psicosocial de gran preocupación como la delincuencia y la agresividad, que conllevan a desarrollar múltiples consecuencias en la vida familiar y el desarrollo social, comprendiéndose que actualmente los adolescentes no están arraigando el uso de estilos y estrategias de afrontamiento convenientes, por esta razón se observan en la actualidad aumento de problemas sociales, delincuencia, drogadicción, violencia intrafamiliar y sobre todo agresividad.

Los adolescentes del centro educativo de Abancay, ante descripción de los docentes y su observación en sesiones de clase (en forma virtual), refieren que aún a estos alumnos les cuesta adaptarse a los nuevos modelos y plataformas educativas, amenazando su aprendizaje y su desenvolvimiento académico, así mismo indican la presencia de Estrés durante las sesiones de clases, especialmente en aquellas que le requieren mayor esfuerzo, o frente a las actividades grupales.

El presente estudio parte del problema general: ¿Cómo influye el afrontamiento en Estrés académico de los adolescentes de un Centro educativo de Abancay 2021? Dentro de los problemas específicos se plantean los siguientes ¿Cómo influye la Resolución De Problemas en el Estrés académico de Adolescentes, de un Centro educativo de Abancay – 2021?, siguiendo con el siguiente problema específico de: ¿Cómo influye el Afrontamiento En La Relación Con Los Demás en el Estrés académico de Adolescentes, de un Centro educativo de Abancay – 2021?, el siguiente ¿Cómo influye el afrontamiento Improductivo en el Estrés académico de adolescentes, de un Centro educativo de Abancay – 2021?.

La presente investigación se justifica por alrededor de teorías centradas en el afrontamiento y el Estrés académico, que pueden presentar los adolescentes, durante estados de reacción frente a eventos amenazantes, a nivel académico y situacional que atraviesa el adolescente en Abancay 2021, siendo de beneficio para la comunidad educativa, y de esta manera generar programas en adecuación a los alumnos sobre los estilos y estrategias de afrontamiento, así poder identificar los niveles de Estrés en los adolescentes.

La investigación se ceñirá en una recogida de datos, utilizando cuestionarios validados en el Perú, Adolescents Coping Scale (ACS), indicando la obtención de valores significativos para la descripción del afrontamiento de Adolescentes, de nuestro medio, así mismo para la valoración del Estrés académico se utilizará el inventario de Estrés Académico S I S C O SV, adecuado a la situación de la crisis por COVID-19, siendo válido y confiable, a nuestro medio.

En cuanto al objetivo general se tendrá que identificar la influencia del afrontamiento en el Estrés académico en adolescentes, de un Centro educativo de Abancay – 2021. Respecto a los objetivos específicos se plantean demostrar cómo influye la dimensión de afrontamiento Resolución de problemas en el Estrés académico de adolescentes, de un Centro Educativo de Abancay – 2021, demostrar cómo influye la dimensión de Afrontamiento Relación con los demás en el Estrés académico de adolescentes, de un Centro educativo de Abancay – 2021, demostrar cómo influye la dimensión de afrontamiento Improductivo en el Estrés académico de adolescentes, de un Centro educativo de Abancay – 2021.

Ante lo descrito se planteara la siguiente hipótesis “Influirá el afrontamiento en el Estrés académico, en adolescentes, de un Centro educativo de Abancay 2021”, y las “Influirá la Resolución de problemas en el Estrés académico, en los adolescentes, de un Centro educativo de Abancay 2021”; “Influirá el Afrontamiento Relación Con Los Demás en el Estrés académico, en los adolescentes, de un centro educativo de Abancay 2021”; “Influirá el Afrontamiento Improductivo, en el Estrés académico de los adolescentes, de un Centro educativo de Abancay 2021”.

Finalmente, es importante reconocer el afrontamiento en el Estrés académico, y como se pudieran haber incrementado tras la cuarentena, con

cambios en los estados de vida cotidiana con incrementos de ansiedad, agresividad, poca tolerancia a la frustración, que pudieran afectar la salud del adolescente, quienes pertenecen a una población de riesgo y de menor posibilidad de afrontar el estrés.

II. MARCO TEÓRICO

En cuanto a los estudios previos sobre afrontamiento y estrés académico en el plano internacional. Reyes et al. (2017), realizaron una exploración científica para instaurar estrategias de afrontamiento que manipulan los púberes, de un determinado estado de México ante situaciones angustiosas, tomando una población de 400 adolescentes, aplicándose un instrumento de identificación de tipo de afrontamiento, identificando al género femenino que es más susceptible al miedo a muchas situaciones, excepto al ámbito educativo, así también se describen estrategias de pasatiempo y búsqueda de soporte emocional, a diferencia del género opuesto quienes mantienen estrategias directas al problema, mientras que las adolescentes, investigadas del género femenino son más directas, manteniendo un deshago emocional y un comportamiento agresivo.

Por otra parte, Noreña (2017) divulgó un análisis que analizaba el Estrés académico y las tácticas de afrontamiento de alumnos del primer al tercer ciclo de la Facultad de Ingeniería de la U. de Antioquía en Medellín, Colombia, por género, edad y grado educativo. Se aplicaron tácticas adaptativas en la escala modificada (EEC-M) e inventario de Stress de aprendizaje (INVEA) y se compararon los promedios logrados según cambiantes sociodemográficas. No existe una diferencia significativa en el género y los criterios en el conjunto de 18 a 21 años al confirmar niveles altos de Stress académico, así como en solución de problemas, evitación emocional, búsqueda de apoyo profesional, reevaluación positiva y expresión de la dificultad de afrontamiento resolución de inconvenientes, evitación emocional, averiguación de ayuda, reevaluación activa y signos de complejidad para ajustarse.

De la misma forma Gonzáles et al. (2018) realizaron una encuesta en universidades españolas sobre la relación entre los efectos del Stress académico y cómo lo afrontan los estudiantes (cuatro grupos). Con el objetivo de investigar la inestabilidad de las respuestas psicológicas y fisiológicas al Stress en función del perfil Afrontamiento activo. Se utilizó la Escala de afrontamiento al Stress y la Escala de respuesta al Stress, con resultados obtenidos mostraron en dos grupos, que tenían altos niveles de afrontamiento activo - social y otros dos grupos de estudio identifican bajos niveles de afrontamiento positivo - social y bajos niveles de afrontamiento social. Los factores estadísticos ANOVA mostraron la utilización

de estrategias de afrontamiento activas - sociales describen mínimas respuestas fisiológicas de estrés, a diferencia del otro grupo donde muestran respuestas bajas en el afrontamiento activo – social, presentan reacciones sintomáticas.

Así mismo, Peña et al (2017), exploraron las estrategias de afrontamiento ante el estrés en estudiantes Universitarios de México (UAGro), con el objetivo de valorar la frecuencia e intensidad de estrés y estrategias que utilizan para afrontarlo, utilizando cuestionarios de estrés académico (SISCO), y el cuestionario de afrontamiento del estrés (CAE). Evidencia sobre el estrés con un 88.6 %, con un 43.7 % de intensidad regular, y entendiendo que el 77.8 % al exceso de tareas. En la investigación refiere las reacciones de 12.7 % la somnolencia y desgaste físico, 16.5 %, molestia psicológica y 10.1 % trastornos de alimentación. Las estrategias más viables fueron sobre la habilidad asertiva 13.3 % y la mayor estrategia es la búsqueda de apoyo social 41.1 % y la poca utilizada es la expresión emocional abierta 56.3 %. Así mismo se encontró la relación leve en actitudes competitivas con sus compañeros, y valoración emocional o cognitiva de cada individuo.

Por otra parte, Uribe et al. (2018), establecen la preponderancia entre las estrategias de afrontamiento en el bienestar psicológico de un sesgo poblacional de púberes, analizando la relación que existe entre diferentes tipos de estrategias de afrontamiento, y el bienestar psicológico en una muestra de 104 púberes, de Montería (Córdoba – Colombia). Se localizó existente una interacción significativa y positiva en medio de las formas de afrontamiento y el bienestar psicológico en los púberes. Estas formas dirigidas a solucionar problemas por medio de las ocupaciones llevadas a cabo por el sujeto, o intentando encontrar el soporte de los otros, se relacionan con elevado confort o bienestar, mientras tanto que las formas pertenecientes al estilo improductivo, se correlacionan con bajo confort o bienestar.

Por último, Gonzales et al. (2019), describe en su investigación las estrategias de afrontamiento en una población de 15 y 21 años, internos en tres instituciones operadoras del Instituto Colombiano de Bienestar Familiar, teniendo en cuenta situación de abandono parental, concluyéndose que no hay relación directa entre la forma de emplear ciertas estrategias y el hecho del abandono parental, ya que todos los evaluados están dentro del rango de normalidad a la hora de responder a una situación problemática. También se puede observar que los

evaluados entre más tiempo tienen en las instituciones más abiertos son en cuanto a sus emociones y a la creación de un proyecto de vida (Resolución de problemas).

Es importante también considerar los antecedentes nacionales que consideran la analogía entre las variables de afrontamiento y estrés académico. Flores (2018) quien realiza una investigación para establecer la relación entre el nivel de estrés académico y las estrategias de afrontamiento en alumnos de un instituto en Arequipa, conteniendo una muestra de 565 alumnos, utilizando un cuestionario de estrés académico y otro de afrontamiento al estrés. Al finalizar la investigación se concluyó que el 70 % mantiene el estrés académico es superior; y el 65.5 % el nivel de afrontamiento al Stress es de nivel inadecuado; y que el 54.9 % el nivel de afrontamiento y estrés académico es alto e inadecuado, respectivamente en la correlación de variables. Así mismo, se comprobó que existe relación estadísticamente entre el nivel de estrés académico y las estrategias de afrontamiento en estudiantes de un Instituto tecnológico de Arequipa - 2017.

En la misma línea, Vila (2019) realizó una exploración científica donde tiene el objetivo de determinar la relación entre el nivel de estrés y el estilo de afrontamiento en mujeres con niños diagnosticados con multidiscapacidad en los CEBES de Cusco, en el 2018. Se encontró que no existe relación entre el nivel de estrés y el estilo de afrontamiento por sus dimensiones evidenciando una distribución entre ambas variables, y que el estilo de afrontamiento por sus dimensiones encuentra en la muestra que la población estudiada presenta un estilo de afrontamiento por el resolución del problema el 36.7 por ciento, el estilo de afrontamiento orientado a nivel emotivo un 54.2 por ciento y el estilo de afrontamiento dirigido en otros estilos el 21.1 por ciento.

En ese mismo sentido, Wan (2018), describe la correspondencia entre la idea de salud, los tipos de afrontamiento y el estado emocional en estudiantes de educación superior universitaria de primer ciclo. Los instrumentos utilizados son el Cuestionario de Salud Subjetiva General, el Cuestionario Multidimensional de Afrontamiento, la Escala de Experiencia Positiva y Negativa, el cuestionario de Hábitos de Vida y la Ficha Sociodemográfica. Estableciendo que el afrontamiento está direccionado al conflicto manteniendo una correspondencia con las emociones positivas, el afrontamiento encauzado en la emoción y con otros estilos de

afrontamiento, por último, se establece que el afrontamiento estará en la emoción y tiene correspondencia con otros estilos de afrontamiento.

En la misma línea, Iparraguirre (2020), estudió la relación entre variables que son la función familiar y Stress por aprendizaje remoto en alumnos de segundo de secundaria de un I. Educativo de Lima en 2020. Encontrándose resultados donde existen relación importante entre función familiar y Stress académico por aprendizaje remoto. Confirmándose la correlación explicativa inmediata entre la cohesión familiar y el Stress académico a nivel remoto de escolares del segundo de secundaria de un Instituto educativo, donde un 69% mantiene una funcionalidad media, con un 26% de nivel de cohesión familiar separada – caótica, de las cuales presentan un 29% de estrés medio, considerándose que la funcionalidad familiar y el estrés académico están relacionados.

Por último, Quito et al. (2020), realizaron un estudio de Stress y estrategias de afrontamiento en adolescentes de un Institución educativa de Juliaca, teniendo el objetivo de determinar la relación entre el Stress las estrategias de afrontamiento. Para el análisis de datos se utilizó el inventario SISCO y la escala de Adolescents Coping Scale (ACS). Los efectos del estudio muestran que existe correlación positiva, significativa entre Stress académico y estrategias de afrontamiento, al correlacionar las dimensiones situación estresante, determinándose que no hay correlación, con la dimensión reacciones físicas, se estableció que no existe correlación explicativa, y finalmente con la dimensión de reacciones comportamentales, se ha determinado una correlación significativa, en conclusión existe una relación significativa entre Stress académico y estrategias de afrontamiento en adolescentes de educación escolar.

La etimología del término afrontamiento se conceptualizó revisando la definición de la variable de estudio. En la traducción al inglés coping, se define como afrontamiento y se utiliza en la investigación para referirse al Stress para hacer frente a situaciones aberrantes o catastróficas. Lazarus y Folkman (1984) conceptualizan a este fenómeno como un esfuerzo cognitivo y conductual constante para controlar necesidades y situaciones concretas tanto externas como internas, evaluando la respuesta de sus recursos personales Hashemi et al. (2019).

Siegel et al. (2018) definieron el afrontamiento como el comportamiento y el coraje cognitivo que los individuos adoptan de acuerdo con sus necesidades ambientales y adoptó una variedad de procesos para mantener su personalidad. En este sentido, el cara a cara reconoce un equilibrio duradero entre la individualidad y la integridad emocional para mantener la integridad física, mental y emocional. Asimismo, se explica que estos procesos adaptativos se centran en la percepción individual y se expresan en conductas y conductas interdependientes bajo la influencia de mecanismos mentales como las reacciones físicas y la autoevaluación. Ante la presencia de situaciones de alto riesgo, el afrontamiento mantiene procesos de autorregulación que ayudan a compensar las secuelas de eventos estresantes, en donde el individuo descubre las diferencias entre las demandas de su contexto y recursos psicológicos, biológicos, o sociales

En su estudio con púberes, Frydenberg & Lewis (1993) definen al afrontamiento adolescente como un conjunto de procesos cognitivos y emocionales que aparecen en respuesta a unas situaciones adversas, y estas son representadas para restaurar el desorden ocasionadas por un estímulo aversivo. Es decir, transformando el estímulo, al problema sin necesariamente dar una alternativa. Estos autores ponen en consideración que ante la etapa de cambios constantes de la adolescencia es importante la identificación adecuada de las estrategias de afrontamiento, ya que estas permitirán al adolescente a controlar de manera adecuada los obstáculos de cambio frente a las adversidades de sus contextos donde se desarrolla, ayudándoles a adaptarse de mejor manera en su contexto social, y de esta manera generar independencia en sus relaciones sociales.

Se sabe que el adolescente busca ser aceptado socialmente, y por ello es afectado por los cambios sociales de su entorno, al conocer nuevos amigos, al poder solucionar problemas, y al integrarse a nuevos ambientes sociales y estos comportamientos serán importantes durante su adaptación social futura.

El afrontamiento, por consiguiente, es tan importante para poder hacer frente a circunstancias e influencias del contexto que le toca vivir como adolescente (Van der Hallen, Jongerling, & Godor, 2020). Es fundamental considerar también que el afrontamiento individual suele vincularse con el afrontamiento familiar, de tal manera que son capaces de afrontar crisis familiares, manteniendo un importante

efecto en el aprendizaje del adolescente para poder enfrentar dificultades, según su forma de vida (Maykel, deLeyer, & Bray, 2018).

Mientras tanto, Sepehrian & Lotf (2017) proponen tres estrategias de afrontamiento. Uno es concentrarse en las emociones, esto quiere decir que las personas que quieren controlar todas las consecuencias emocionales de un Stress momentáneo. El otro es la solución orientada al problema, en donde la persona está lidiando con el problema, buscando sugerencias y estrategias mientras se busca una solución completa, la solución final se enfoca en evitar y empeorar la situación.

Según Siegel et al. (2018) la estrategia de afrontamiento es el proceso de regular y comunicar las emociones que influyen en las respuestas derivadas de los problemas que enfrentan los adolescentes en ese momento. Los métodos de afrontamiento de este estudio se agrupan en tres tipos. Los estilos de orientación social, emocional están asociados con búsquedas de apoyo social, estilos orientados a la evitación y, en última instancia, la eficiencia.

Para el presente estudio se basará en la teoría de Frydenberg y Lewis (1993) donde se determinará las estrategias de afrontamiento establecidas que utiliza el púber y/o adolescente frente a diferentes contextos, y como actúa en el control sus sentimientos, pensamientos y comportamientos, de la misma forma ayudara a identificar como las estrategias de afrontamiento son utilizadas adecuadamente para mantener estados de bienestar y tranquilidad.

Las dimensiones establecidas por la Teoría de Frydenberg y Lewis (1993), son Resolución de problema, está focalizado en tomar decisiones y la resolución de esfuerzos para tener éxito, en la dedicación que hace el individuo por resolver el problema; buscando el lado positivo ante situaciones estresantes, pretendiendo encontrar distintas situaciones relajantes, es encontrar una distracción para evadir el problema, manteniendo una distracción física, y ocupaciones deportivas (Grandes, 2017).

Continuo afrontamiento en relación con su entorno, soporte social, para encontrar solución a su problema; buscar pertenencia preocuparse por la vinculación con su grupo social; invertir en amistades próximas, compartir los

problemas con los demás y encontrar soluciones a su problema; buscar apoyo espiritual, recurrir a la espiritualidad; buscar ayuda especializada para la solución de problemas específicos (Grandes, 2017).

Y por último afrontamiento improductivo; preocuparse es la inquietud expectante del individuo sobre lo que podría pasar, miedo al futuro; hacerse ilusiones se caracteriza por mantener expectativa por las cosas que van a suceder; falta de afrontamiento es comparado con la dificultad individual para la solución de problemas; reducción de la tensión, buscar tranquilizarse con el consumo de sustancias, ignorar el problema es decir reusar de forma contundente el problema acontecido; auto inculparse sentirse víctima por lo sucedido; guardárselo para sí, y no dejar la colaboración de otros para ayudar a solucionarlo (Grandes, 2017).

El manejo de estas estrategias de afrontamiento está sujeto a la manera de como el adolescente o el individuo percibe un hecho que está viviendo y puede elegir la mejor forma como puede afrontarlo y/o enfrentarlo, ajustándose a las herramientas aprendidas, siendo controladas por su carácter y/o personalidad, considerándose que el manejo de las estrategias de afrontamiento, son diferentes en todos los individuos (Grandes, 2017).

Es necesario considerar la importancia de la definición del estrés, como lo refiere Liu (2017) que considera que esta reacción ha estado presente desde el nacimiento del ser humano y lo acompaña de generación en generación manteniendo una respuesta ante la exposición de hechos peligrosos. Considerando a los enfoques más importantes que definen al Stress como estímulo, como respuesta, como proceso. Así mismo Elsalem et al. (2020) consideran que el Stress es una respuesta innata del cuerpo humano, ante condiciones desafiantes, y que demandan una respuesta ante recursos físicos, mentales y conductuales, perturbando el equilibrio emocional del individuo.

El estrés siempre está relacionado con acontecimientos insatisfactorios o infelices de la vida del individuo y que pretendemos mejorar y las emociones son fluctuantes a medida en que se producen cambios en su contexto. En efecto, este desarrollo y cambio se producirá en el transcurso de su vida siendo compatibles con su proceso de desarrollo (Lazarus, 2006).

Labrador y Crespo en el 2010, definen al Stress como la reacción de una persona al percibir una situación o acontecimiento amenazante y desequilibrante al estado emocional del sujeto. Estas reacciones generalmente presionan al individuo a los cambios que hay en su contexto como consecuencia lo expone a su satisfacción física, psíquica y conductual. Barraza (2007) conceptualiza al Stress académico como aquella reacción que sufren los estudiantes de niveles secundarios y que resulta como exclusiva a estresores relacionados con los movimientos estructurados dentro de la actividad escolar, y trabajos en grupo.

Maykel et al. (2018), definen que el Estrés académico es el malestar que influye en los escolares debido a efectos físicos, sentimentales, que son internos, externos o de su propio contexto, que mantienen al individuo a competir y enfrentar su dinámica escolar, como las competencias escolares, así como las dinámicas de grupos de trabajo, y el desarrollo de su autoestima. Los adolescentes en etapa escolar, luchan día a día con ambientes de alta demanda y necesitan, la sobre exigencia de sus aptitudes para mantener sus capacidades de afrontamiento para así adaptarse a situaciones estresores, tanto internas y/o externas, de acuerdo a su proceso de adaptación social y su madurez conductual.

Syahril (2021) indica que los alumnos perciben como catastróficas varios escenarios durante su formación profesional. En la mayoría de casos, sus estrategias de afrontamiento son inadecuadas o ineficaces, pero contribuyen a la inquietud, la fatiga física, el insomnio, el bajo rendimiento académico, la disminución de la motivación y, como resultado, el abandono académico. (Restrepo, J. Castañeda Kirama, T.).

A su vez Singh (2020) conceptualiza al Stress académico como un proceso cognitivo y afectivo, al estudiante en sus labores académicas y en el contexto académico. Por tanto, el Estrés escolar se puede definir como una condición que ocurre cuando los estudiantes perciben (el dolor) negativamente sobre las demandas ambientales.

Por lo que es necesario conocer como es la Respuesta fisiológica del Estrés académico, en los adolescentes mantienen un proceso psicológico, y debido a esto actúan el sistema nervioso, en donde es importante el neuroendocrino y el sistema

autónomo, que son trascendentales ante la respuesta del Estrés, en donde intervienen neurotransmisores y hormonas específicas, como la noradrenalina hormona del Stress. Ramadhani & Mahmudiono (2021) refieren que la otra hormona relacionada al Stress es el cortisol, que es un esteroide segregado en la corteza suprarrenal. El cortisol es la hormona que procesa la secreción de la glucosa, junto a la adrenalina son transportadas en la sangre activando al organismo, con reservas energéticas, manteniendo al organismo en estados de alerta.

Estos procesos fisiológicos activan el estado de supervivencia del individuo manteniendo una constante exposición a estímulos estresores, siendo estas sustancias químicas que reaccionaran en las regiones cerebrales. Es importante considerar que el Modelo sistémico cognoscitivista del Estrés académico, pueda explicar esta reacción que esta propuesto por Barraza (2007). Componentes sistémicos procesuales del Estrés académico; refiriendo que el Estrés académico es una reacción de secuencias de entrada y salida, influyendo en el sistema nervioso provocando un equilibrio, y estas respuestas estresores (input), síntomas (indicadores de desequilibrio del organismo como sistema), y estrategias de afrontamiento (output) (Quito, 2019).

Estados psicológicos, considerados como un estado netamente psíquico, presentando factores estresantes mayores (reacción de amenaza de la integridad física y que son extraños a su comprensión) y estresores mínimos (valoración propia de las amenazas). Considerando el estado psíquico como un factor estresor con estímulos estresantes amenazantes que desencadenara en el individuo reacciones inespecíficas (Quito, 2019). Un indicador de desequilibrio sistémico con el Estrés escolar, que se refiere a indicadores y síntomas de situaciones estresantes (desequilibrio sistémico) y los clasifica en respuestas físicas, mentales y conductuales (Quito, 2019).

El afrontamiento es un restaurador del equilibrio sistémico; considerando que el desorden que produce el Estrés en el individuo, desencadena varias estrategias de afrontamiento para restablecer el equilibrio del organismo. Las estrategias de afrontamiento son muchas, Barraza (200y) y sugiere: Asertividad, autoestima, distracciones evasivas, religiosidad, reflexión sobre el problema, asistencia

profesional, sentido de humor, compartir socialmente, elaboraciones de actividades distractoras, como estrategias de afrontamiento académico (Quito, 2019).

III. METODOLOGÍA

3.1. Tipo y diseño de investigación

3.1.1. Tipo de investigación

La investigación es de tipo básica (CONCYTEC, 2018), ya que el objetivo del estudio fue profundizar en la comprensión de las variables afrontamiento y estrés académico, así mismo se buscó comprender la relación entre las dos. En cuanto al método del estudio, este fue hipotético deductivo, el cual se define cómo la postulación de hipótesis que se deben comprobar o verificar su veracidad las mismas que se basan en conocimiento previo o premisas producto del conocimiento disponible (Hernández-Sampieri y Mendoza, 2018). De la misma forma, el enfoque del presente estudio fue cuantitativo, ya que mediante técnicas estadísticas y el uso de instrumentos de medición se podrá comprender la manifestación de los fenómenos a estudiar (Hernández-Sampieri y Mendoza, 2018). Así mismo, el nivel de investigación considerado para el presente estudio es de alcance correlacional causal (Hernández-Sampieri & Mendoza, 2018), ya que se determinó la influencia de una variable independiente sobre una variable dependiente.

3.1.2. Diseño de investigación

El diseño de investigación del presente estudio se definió como no experimental transversal, esto porque no se buscó manipular ninguna variable. A su vez el estudio fue realizado en un momento específico por lo cual es también un estudio de tipo transversal (Hernández-Sampieri y Mendoza, 2018).

3.2. Variables y operacionalización

Afrontamiento

En el estudio esta variable se estableció como la variable independiente.

Definición conceptual: Se refiere a las respuestas cognitivas y conductuales que desarrollan los adolescentes para enfrentar las demandas internas o externas que se consideran incontrolables o insuperables por el individuo (Rebaza, 2018).

Definición operacional: Los estilos de afrontamiento se midieron a través de los factores referencia a otros, dirigido a resolver el problema, y afrontamiento no

productivo. Factores que se miden a través de la Escala de afrontamiento para adolescentes (ACS) adaptada por (Rebaza, 2018).

Indicadores: Se comprende un indicador cómo aquel componente de la variable susceptible de ser medido (Freire, 2019). La escala está compuesta por 79 ítems distribuidos en 18 estrategias de afrontamiento a los problemas y todas ellas estructuradas en tres dimensiones.

Escala de medición: La escala de medición para este cuestionario es intensidad ordinal: No me ocurre nunca o no lo hago (1 puntos), Me ocurre o lo hago raras veces (2 puntos), Me ocurre o lo hago algunas veces (3 puntos), Me ocurre o lo hago a menudo (4 puntos), Me ocurre o lo hago con mucha frecuencia (5 puntos).

Variable estrés académico

Para el presente estudio esta variable se consideró como la variable dependiente.

Definición conceptual: Situación estresante provocada por las presiones del medio escolar, produciendo un desequilibrio sistémico que se expresa mediante síntomas e incitan al individuo a buscar formas de afrontamiento para reestablecer el equilibrio (Quito, 2019).

Definición operacional: El estrés académico se midió a través de la intensidad de estímulos estresores, síntomas y estrategias de afrontamiento del estudiante. Dimensiones que se miden a través del Inventario SISCO adaptado por Quito (2019).

Indicadores: Un indicador es la propiedad de una variable, y es la parte que se puede medir en esta (Freire, 2019). El cuestionario está compuesto por 29 ítems distribuidos en 17 indicadores y estructurado en tres dimensiones.

Escala de medición: La escala de medición para este cuestionario es intensidad ordinal: Nunca (0 puntos), Rara vez (1 puntos), Algunas veces (2 puntos), Casi siempre (3 puntos), Siempre (4 puntos).

3.3. Población, muestra y muestreo

3.3.1. Población

La presente investigación tiene como población a todos los adolescentes de 4to y 5to grado de educación secundaria de un Centro Educativo de Abancay en el 2021. Según Hernández-Sampieri y Mendoza (2018), la población hace referencia como el universo de unidades de análisis de características similares que serán observadas en espacio, tiempo, y contexto definido con resultados estadísticos.

Criterio de inclusión: El criterio de inclusión se refirió a todos los adolescentes de 4to y 5to grado matriculados en el Centro Educativo de Abancay en el 2021.

Criterio de exclusión: El criterio de inclusión se refirió a todos los adolescentes de 4to y 5to grado no matriculados en el Centro Educativo de Abancay en el 2021.

Tabla 1

Población del Centro Educativo

Grado educativo	Sección	Estudiantes
4°	A	31
	B	25
	C	31
5°	A	27
	B	30
	C	25
	D	26
Total		195

Fuente: Elaboración propia.

3.3.2. Muestra y muestreo

El muestreo fue probabilístico estratificado proporcionado, la muestra total se dividirá proporcionalmente por cada sección del 4to y 5to grado (estratos). Sumando un total de 130 estudiantes.

$$n = \frac{N \times (Z_{1-\alpha})^2 \times p \times q}{(N - 1) \times e^2 + (Z_{1-\alpha})^2 \times p \times q}$$

$$n = \frac{195 * 1.96^2 * 0.5 * 0.5}{194 * 0.05^2 + 1.96^2 * 0.5 * 0.5} = 130$$

Dónde:

Z_{1-α}: 1.96 (Nivel de Confianza = 95%)

p: 0.5 (50% área bajo la curva)

q: 0.5 (50% comp. bajo la curva)

e: 5 (5% de error muestral)

N: 195 (Población absoluta)

n: 130 (muestra)

Tabla 2

Estratos de la Muestra de Estudio

Sección	Adolescentes(f)	Proporción	Muestra Estratificada
4 A	31	0.159	21
4 B	25	0.128	17
4 C	31	0.159	21
5 A	27	0.138	18
5 B	30	0.154	20
5 C	25	0.128	17
5 D	26	0.133	17
Total	195	1	130

Fuente: Elaboración propia.

3.3.3. Unidad de análisis

La unidad de análisis o unidad elemental se refirió a un púber de 4to o 5to grado matriculado en el Centro Educativo de Abancay en el 2021.

3.4. Técnicas e instrumentos de recolección de datos

La técnica a utilizar en el presente estudio fue la encuesta, la cual se define como un procedimiento de recolección de datos que utiliza un instrumento de medición mediante preguntas normalizadas (Hernández-Sampieri & Mendoza, 2018), para ello se utilizaron dos instrumentos de medición. Por una parte, una escala, que significa un grupo de afirmaciones que identifican el grado de acuerdo o desacuerdo con respecto a algo (Ventura-León, 2020, párr. 2). Para el caso presente se utilizó la Escala de Afrontamiento Para Adolescentes (ACS) de Frydenberg y Lewis (1993), adaptado por Rebaza (2018). Por otra parte, un inventario el cual es un conjunto de “rasgos, actitudes, preferencias o habilidades personales de una conducta o personalidad” (Ventura-León, 2020, párr. 4). En el presente caso se utilizó el Inventario Sistemático Cognoscitivista para el estudio del estrés académico (SISCO) de Barraza (2007), adaptado por Quito (2019).

3.4.1. Validez y confiabilidad:

En el caso de la Escala de Afrontamiento Para Adolescentes (ACS) se realizó una validez de contenido mediante juicio de expertos los cuales arrojaron un indicador de 0.99. Así mismo se realizó el análisis factorial confirmatorio validando la estructura de tres factores para la estructura interna del test. La confiabilidad también obtuvo valores aceptables mediante Alfa de Cronbach ($\alpha = 0.96$) (Rebaza, 2018).

Con respecto al Inventario SISCO del Estrés Académico se estableció una validez de contenido mediante V de Aiken (0.9 - 1). Y validez de constructo mediante análisis factorial confirmatorio que identifica tres factores los cuales explican un 48.05% de varianza. La confiabilidad se realizó mediante coeficiente de Omega de McDonald ($\Omega = 0.871$) (Quito, 2019).

3.5. Procedimientos

Para el procesamiento de datos se consiguió la autorización de la Institución Educativa, la que estará considerada en los anexos. Los instrumentos de recolección de datos se medirán en forma remota virtual, y se expondrán del mismo modo. Al culminar la recolección de datos se consignarán, en una base de datos en un archivo Excel.

3.6. Método de análisis de datos

Se realizó mediante estadística descriptiva, cuya función es la de recolección, almacenamiento, clasificación de datos para el cálculo de la información (Hernández-Sampieri & Mendoza, 2018) mediante el uso de hojas de cálculo de Microsoft Excel, y el análisis estadístico IBM SPSS Statistics (25.0). Por otra parte, para verificar la influencia de la variable estrés y sus dimensiones se hizo uso de un modelo de regresión logística ordinal.

3.7. Aspectos éticos

En el presente análisis de la investigación se respetará, las definiciones interpretaciones de autores nacionales e internacionales, en las distintas investigaciones para lo cual se han citado adecuadamente las fuentes bibliográficas respetando sus investigaciones, la verificación de la autenticidad de los datos será corroborado por la carta de presentación de la Universidad Cesar Vallejo, solicitando el acceso de información, así como la carta de aceptación por el director de la institución donde se generó la investigación y la aplicación del instrumento a los adolescentes, por medio del manejo de datos de la aplicación de Google forms, instrumentos que han sido resueltos por la muestra, manteniendo en reserva los datos obtenidos de los participantes en la investigación, basándonos en el lineamiento ético del Colegio de Psicólogos del Perú, para la situación de indagaciones científicas (Colegio de Psicólogos del Perú, 2018), por lo que se presentó un consentimiento informado explicándose los objetivos de la investigación y la necesidad de sus resultados para ayudar al adolescente en mejorar su salud mental, sin dañar su privacidad e integridad.

IV. RESULTADOS

4.1 Resultados descriptivos

4.1.1 Afrontamiento

Tabla 3

Nivel de Afrontamiento

Nivel	Afrontamiento		Resolución de Problemas		Relación Con Los Demás		Afrontamiento No Productivo	
	<i>f</i>	%	<i>f</i>	%	<i>f</i>	%	<i>f</i>	%
No utilizado	27	20.8	27	20.8	27	20.8	26	20.0
Utiliza raras veces	31	23.8	26	20.0	26	20.0	26	20.0
Utiliza algunas veces	23	17.7	25	19.2	27	20.8	27	20.8
Utiliza a menudo	24	18.5	28	21.5	27	20.8	26	20.0
Utiliza con mucha frecuencia	25	19.2	24	18.5	23	17.7	25	19.2
Total	130	100	130	100	130	100	130	100

Fuente: Elaboración propia mediante SPSS

Análisis e interpretación

Los resultados indican que la mayoría de estudiantes utilizan raras veces el afrontamiento (23.8%) y no utilizan (20.8%) el afrontamiento. Así mismo, la mayoría utiliza a menudo (21.5%) y no utiliza (20.8%) la resolución de problemas. También que la mayoría (20.8%) no utilizan, utilizan algunas veces, y utilizan a menudo el afrontamiento en relación con los demás. Por último, que la mayoría utiliza algunas veces (20.8%), no utiliza, no utiliza varias veces, y utiliza a menudo (20.0%) el afrontamiento no productivo.

4.1.2 Estrés académico

Tabla 4

Nivel de Estrés Académico

Nivel	Estrés Académico		Estresores		Reacciones Síntomas		Estrategias de Afrontamiento	
	<i>f</i>	%	<i>f</i>	%	<i>f</i>	%	<i>f</i>	%
Leve	48	36.9	46	35.4	46	35.4	44	33.8
Moderado	40	30.8	41	31.5	51	39.2	44	33.8
Profundo	42	32.3	43	33.1	33	25.4	42	32.3
Total	130	100	130	100	130	100	130	100

Fuente: Elaboración propia mediante SPSS

Análisis e interpretación

Se observa que la mayoría de estudiantes (36.8%) muestran niveles leves de estrés académico, (32.3%) muestran niveles de estrés académico profundo. Así mismo, se observa que la mayoría de estudiantes (35.4%) muestran niveles leves para la dimensión estresores. De la misma forma, se observa que la mayoría de estudiantes (39.2%) muestran niveles moderados para la dimensión reacciones sintomáticas. Y con respecto a la dimensión estrategias de afrontamiento, la mayoría de estudiantes (33.8%) muestran niveles leves y moderados.

4.2 Prueba de normalidad de las variables de estudio

Tabla 5

Estadísticos de Normalidad

Variables y Dimensiones	Pruebas de Normalidad					
	Kolmogorov-Smirnov ^a			Shapiro-Wilk		
	Estadístico	gl	Sig.	Estadístico	gl	Sig.
V1: Afrontamiento	0.074	130	0.078	0.990	130	0.457
Resolución de problemas	0.053	130	,200*	0.993	130	0.727
Afrontamiento en relación con los demás	0.053	130	,200*	0.989	130	0.399
No productivo	0.084	130	0.025	0.992	130	0.637
V2: Estrés académico	0.085	130	0.023	0.976	130	0.020
Estresores	0.089	130	0.014	0.979	130	0.045
Reacción síntomas	0.106	130	0.001	0.965	130	0.002
Estrategias de afrontamiento	0.115	130	0.000	0.971	130	0.007

Fuente: Elaboración propia mediante SPSS

Análisis e interpretación

Debido a que la cantidad de la población, y por consiguiente el grado de libertad, es mayor a 30, se consideraron los resultados de la prueba de normalidad de Kolmogórov-Smirnov para todos los casos. Los resultados del p-valor arrojan valores mayores al alfa establecido ($\alpha = 0.05$) para la variable predictora afrontamiento ($p = 0.078$). Lo que indica que existe evidencia suficiente para afirmar que la población no muestra una distribución normal para las variables y dimensiones establecidas para el presente estudio.

4.3 Ajuste del modelo

Tabla 6

Bondad de Ajuste Entre Afrontamiento - Dimensiones y Estrés Académico

Modelo		Chi-cuadrado	gl	Sig.
Afrontamiento- estrés académico	Pearson	1.601	4	0.809
	Desvianza	1.613	4	0.806
Resolución de problemas-estrés académico	Pearson	2.250	4	0.690
	Desvianza	2.248	4	0.690
Afrontamiento en relación con los demás-estrés académico	Pearson	2.525	4	0.640
	Desvianza	2.580	4	0.630
Afrontamiento no productivo-estrés académico	Pearson	2.114	4	0.715
	Desvianza	2.151	4	0.708

Fuente: Elaboración propia mediante SPSS

Análisis e interpretación

En cuanto a las pruebas de ajuste entre el afrontamiento con sus dimensiones y la variable estrés académico, se observa que el p valor para el modelo afrontamiento-estrés académico ($p = 0.809$) es mayor al nivel de significancia $\alpha=0.05$. Este resultado es similar para los modelos resolución de problemas-estrés académico ($p = 0.690$); afrontamiento en relación con los demás-estrés académico ($p = 0.640$); y afrontamiento no productivo-estrés académico ($p = 0.715$). Los anteriores resultados indican que los resultados encontrados más adelante se basan en un buen ajuste para cada modelo.

4.4 Variabilidad

Tabla 7

Variabilidad del Afrontamiento y Dimensiones Sobre el Estrés Académico

Modelo	Pseudo R cuadrado	Proporción
Afrontamiento-estrés académico	Cox y Snell	0.070
	Nagelkerke	0.079
	McFadden	0.033
Resolución de problemas-estrés académico	Cox y Snell	0.047
	Nagelkerke	0.053
	McFadden	0.022
Afrontamiento en relación con los demás-estrés académico	Cox y Snell	0.027
	Nagelkerke	0.030
	McFadden	0.013
Afrontamiento no productivo-estrés académico	Cox y Snell	0.093
	Nagelkerke	0.105
	McFadden	0.044

Fuente: Elaboración propia mediante SPSS

Análisis e interpretación

Los resultados de la Tabla 7, indican la variabilidad del Pseudo R cuadrado, para el presente estudio se utilizará el indicador Nagelkerke. Para el caso del modelo afrontamiento-estrés académico se observa que existe una variabilidad del 7.9% del estrés académico provocado por el afrontamiento. Para el caso del modelo resolución de problemas-estrés académico se observa que existe una variabilidad del 5.3% del estrés académico provocada por la dimensión resolución de problemas. Para el caso del modelo afrontamiento en relación con los demás-estrés académico se observa que existe una variabilidad del 3.0% del estrés académico provocada por la dimensión afrontamiento en relación con los demás. Para el caso del modelo afrontamiento no productivo-estrés académico se observa que existe una variabilidad del 10.5% del estrés académico académica provocada por la dimensión afrontamiento no productivo.

4.5 Contrastación de hipótesis

4.6.1 Hipótesis general

Ho: El afrontamiento no influye en el estrés académico de los adolescentes de un centro educativo de Abancay, 2021.

Ha: El afrontamiento influye en el estrés académico de los adolescentes de un centro educativo de Abancay, 2021.

Tabla 8

Parámetros del Modelo Afrontamiento en el Estrés Académico

Afrontamiento-Estrés académico		Estimación	Desv. Error	Wald	gl	Sig.	IC al 95%	
							Inf	Sup
Umbral (estrés académico)	[Baja = 1]	-1.450	0.404	12.87	1	0.000	-2.241	-0.658
	[Media = 2]	0.046	0.381	0.015	1	0.904	-0.701	0.794
	[No utilizada =1]	-1.501	0.539	7.764	1	0.005	-2.557	-0.445
Ubicación (afrontamiento)	[Utiliza varias veces=2]	-0.786	0.524	2.247	1	0.134	-1.813	0.242
	[Utiliza algunas veces=3]	-0.356	0.519	0.471	1	0.493	-1.373	0.661
	[Utiliza a menudo=4]	-0.968	0.526	3.386	1	0.066	-2.000	0.063
	[Utiliza con mucha frecuencia=5]	0a			0			

Fuente: Elaboración propia mediante SPSS

Análisis e interpretación

La Tabla 7 muestra la estimación de influencia de los niveles de la variable afrontamiento sobre el estrés académico. El p valor obtenido fue de 0.000 el cual es menor al nivel de significancia $\alpha=0.05$, por lo tanto, existe evidencia suficiente para rechazar la hipótesis nula.

En conclusión, el afrontamiento influye en el estrés académico de los adolescentes de un centro educativo de Abancay, 2021.

4.6.2 Primera hipótesis específica

Ho: La resolución de problemas no influye en el estrés académico de los adolescentes de un centro educativo de Abancay, 2021.

Ha: La resolución de problemas influye en el estrés académico de los adolescentes de un centro educativo de Abancay, 2021.

Tabla 9

Parámetros Del Modelo Resolución De Problemas En El Estrés Académico

Resolución de problemas -estrés académico	Estimación	Desv. Error	wald	df	Sig.	IC al 95%		
						Inf	Sup	
Umbral (estrés académico)	[Baja = 1]	-0.541	0.378	2.047	1	0.152	-1.282	0.200
	[Media = 2]	0.926	0.385	5.800	1	0.016	0.172	1.680
Ubicación (resolución de problemas)	[No utilizada =1]	-0.390	0.516	0.572	1	0.449	-1.401	0.620
	[Utiliza varias veces=2]	0.568	0.497	1.305	1	0.253	-0.407	1.543
	[Utiliza algunas veces=3]	0.659	0.536	1.512	1	0.219	-0.392	1.710
	[Utiliza a menudo=4]	-0.106	0.527	0.040	1	0.841	-1.138	0.927
	[Utiliza con mucha frecuencia=5]	0a			0			

Fuente: Elaboración propia mediante SPSS

Análisis e interpretación

La Tabla 8 muestra la estimación de influencia de los niveles de la dimensión resolución de problemas sobre el estrés académico. El p valor obtenido fue de 0.152 el cual es mayor al nivel de significancia $\alpha=0.05$, por lo tanto, no existe evidencia suficiente para rechazar la hipótesis nula.

En conclusión, la resolución de problemas no influye en el estrés académico de los adolescentes de un centro educativo de Abancay, 2021.

4.6.3 Segunda hipótesis específica

Ho: El afrontamiento en relación con los demás no influye en el estrés académico de los adolescentes de un centro educativo de Abancay, 2021.

Ha: El afrontamiento en relación con los demás influye en el estrés académico de los adolescentes de un centro educativo de Abancay, 2021.

Tabla 10

Parámetros Afrontamiento en Relación con los Demás en el Estrés Académico

Fuente: Elaboración propia mediante SPSS

Afrontamiento en relación con los demás-estrés académico		Estimación	Desv. Error	Wald	gl	Sig.	IC al 95%	
							Inf	Sup
Umbral (estrés académico)	[Baja = 1]	-1.016	0.394	6.657	1	0.010	-1.788	-0.24
	[Media = 2]	0.425	0.385	1.221	1	0.269	-0.329	1.179
Ubicación (afrontamiento en relación con los demás)	[No utilizada =1]	-0.874	0.524	2.779	1	0.095	-1.901	0.153
	[Utiliza varias veces=2]	-0.213	0.522	0.167	1	0.683	-1.235	0.809
	[Utiliza algunas veces=3]	-0.394	0.527	0.560	1	0.454	-1.427	0.639
	[Utiliza a menudo=4]	-0.135	0.513	0.069	1	0.793	-1.140	0.870
	[Utiliza con mucha frecuencia=5]	0a			0			

Análisis e interpretación

La Tabla 9 muestra la estimación de influencia de los niveles de la dimensión afrontamiento en relación con los demás sobre el estrés académico. El p valor obtenido fue de 0.010 el cual es menor al nivel de significancia $\alpha=0.05$, por lo tanto, existe evidencia suficiente para rechazar la hipótesis nula.

En conclusión, el afrontamiento en relación con los demás influye en el estrés académico de los adolescentes de un centro educativo de Abancay, 2021.

4.6.4 Tercera hipótesis específica

Ho: El afrontamiento no productivo no influye en el estrés académico de los adolescentes de un centro educativo de Abancay, 2021.

Ha: El afrontamiento no productivo influye en el estrés académico de los adolescentes de un centro educativo de Abancay, 2021.

Tabla 11

Parámetros Afrontamiento No Productivo en el Estrés Académico

Afrontamiento no productivo-estrés académico		Estimación	Desv. Error	Wald	gl	Sig.	IC al 95%	
							Inf	Sup
Umbral (estrés académico)	[Baja = 1]	-1.737	0.435	15.97	1	0.000	-2.589	-0.88
	[Media = 2]	-0.211	0.406	0.269	1	0.604	-1.006	0.585
Ubicación (afrontamiento no productivo)	[No utilizada =1]	-1.737	0.554	9.822	1	0.002	-2.823	-0.65
	[Utiliza varias veces=2]	-1.059	0.545	3.775	1	0.052	-2.127	0.009
	[Utiliza algunas veces=3]	-1.398	0.546	6.566	1	0.010	-2.468	-0.32
	[Utiliza a menudo=4]	-0.604	0.539	1.256	1	0.262	-1.661	0.453
	[Utiliza con mucha frecuencia=5]	0			0			

Fuente: Elaboración propia mediante SPSS

Análisis e interpretación

La Tabla 10 muestra la estimación de influencia de los niveles de la dimensión afrontamiento no productivo. Sobre el estrés académico. El p valor obtenido fue de 0.000 el cual es menor al nivel de significancia $\alpha=0.05$, por lo tanto, existe evidencia suficiente para rechazar la hipótesis nula.

En conclusión, el afrontamiento no productivo influye en el estrés académico de los adolescentes de un centro educativo de Abancay, 2021.

V. DISCUSIÓN

En referencia al objetivo general del presente estudio los resultados que describen sobre la influencia del afrontamiento en el estrés académico en adolescentes de un centro educativo de la ciudad de Abancay 2021, se indicaron que el 23.8% utilizan raras veces el afrontamiento, para poder asumir el estrés académico, así mismo se observa en la investigación que el 20.8% no utilizan el afrontamiento, y que en esta población existe la prevalencia de existir un 36.9% de estrés académico leve, y un 32.3% de estrés académico profundo.

Sobre la formulación específica de los resultados evidencian que el afrontamiento es un mecanismo, donde los adolescentes utilizan diversas estrategias de afrontamiento en varias situaciones, siendo la resolución de problemas la que se utiliza a menudo 21.5%, y el afrontamiento improductivo el más utilizado 19.2%, tal como refiere Reyes en el 2017, que describe en su estudio que las estrategias más utilizadas en su población estudiada, en relación al sexo masculino, es que mantienen estrategias directas a la solución de problemas, en diferencia al sexo opuesto que mantienen estrategias de afrontamiento en relación con los demás.

En relación a los resultados Noreña en el 2017, confirman los resultados de presentar niveles elevados en la resolución de inconvenientes, evitación emocional, ayuda social, para solucionar el problema, existiendo una relación específica, con las variables en estudio existiendo influencia entre el afrontamiento y el estrés académico en adolescentes de la centro educativo de la ciudad de Abancay 2021, similares resultados nos indica Peña en el 2017, al confirmar que los niveles de estrés estarían relacionados levemente con las actitudes competitivas entre compañeros de aula, y que al contrario dependen de su expresión emocional individual con un 56.3% y apoyo social 41.1% así entendemos que el afrontamiento hacia el estrés académico estaría relacionado en su relación con su contexto inmediato, y las limitaciones hacia sus actividades distractoras.

Uribe en el 2018, describe resultados en donde las estrategias de afrontamiento y el bienestar psicológico, en donde las principales estrategias y formas de solucionar problemas, son las más utilizadas el tipo improductivo, y la

relación con los demás o su contexto, esto quiere decir que rehúyen del problema buscando apoyo de otras personas, y realizando actividades recreativas, evitando el estrés académico y generando en el púber y/o adolescente bienestar psicológico. Estos resultados son manejados en la investigación donde existe relación entre el uso de actividades de ocio y la relación con su entorno social en su ámbito educativo coincidiendo con el autor en la relación de estrategias de afrontamiento y el bienestar psicológico.

Los resultados nos muestran que el afrontamiento influye en el estrés académico de los adolescentes de un centro educativo de la ciudad de Abancay 2021; donde el coeficiente de correlación obtenido fue de 0.000 el cual es menor al nivel de significancia $\alpha = 0.05$, por lo tanto, existe la evidencia suficiente para rechazar que el afrontamiento no influye en el estrés académico. Estos resultados muestran relación con lo planteado por Flores, Talavera en el 2018, donde concluye que el Estrés académico y las estrategias de afrontamiento mantienen una relación estadística correlacional entre variables.

Ante la estipulación de la primera hipótesis específica la resolución de problemas influye en el estrés académico de los adolescentes de un centro educativo de Abancay 2021, que está relacionado con un valor obtenido de $p = 0.152$, el cual es mayor al nivel de significancia $\alpha = 0.05$, en si la resolución de problemas no influye en el estrés académico de adolescentes, esto quiere decir que los estudiantes de la centro educativo mantienen la estrategia para identificar problemas, y buscar medidas lógicas para encontrar una solución apropiada, frente a eventos suscitados dentro de su vida escolar, evitando situaciones estresantes.

Estos resultados son discutibles con Wan en el 2018, quien refiere que la idea de afrontamiento está relacionada con su situación emocional, indicando que el afrontamiento esa direccionado a la emoción y tiene correspondencia con otros estilos de afrontamiento. Así mismo ante los resultados de las dimensiones de relación con los demás, y su entorno obtienen resultados de $p = 0.010$, guardando significancia de $\alpha = 0.05$, que indican que esta dimensión influye para mantener el estrés académico de los adolescentes del centro educativo de Abancay.

En relación con el autor Gonzales en el 2019, quien describe estrategias de afrontamiento en una población similar, indica que no hay relación entre el afrontamiento y el abandono emocional, indicando su capacidad de resiliencia ante eventos estresores, el investigador no comparte este resultado, pues describimos en la investigación que si existe un decremento emocional, cambio conductual, estrés académico, significativo en el púber y/o adolescente, al no tener contacto social, y no compartir actividades recreativas, esta características de afrontamiento se aplican en situaciones donde el estudiante tiende a preocuparse sobre su futuro, y el no poder controlar su aislamiento, generando estados de ira y mal comportamiento, en los resultados referimos estas reacciones sintomáticas de un 33.1% de los adolescentes, que afectan en su salud mental y que influyen en el estrés académico.

Flores en 2018, hace referencia a la evidencia mostrada en relación entre el nivel de estrés académico y las estrategias de afrontamiento, mostrando resultados afines a la investigación, indicando que existe 70% de mantener estrés académico alto y que 65.5% mantiene estrategias de afrontamiento inadecuadas, por lo referente aseveramos los resultados indicando que los adolescentes, mantienen niveles de estrés académico, por estar ausentes en sus actividades sociales, y de participación grupal en la solución de problemas, teniendo la necesidad de compartir sus problemas con su grupo social íntimo. Afirmando lo referente al investigador Quito 2020 y Vila en el 2019, que el individuo mantiene estrategias de afrontamiento relacionadas con su nivel emotivo y su distracción social recreativo, que lo ayudaran a evitar síntomas al estrés académico.

Sobre los objetivos específicos planteados en la investigación se demostró cómo influye la dimensión de afrontamiento Resolución de problemas en el Estrés académico de adolescentes, de un Instituto educativo de Abancay – 2021, analizando su capacidad de canalizar sus emociones hacia otras actividades que no generen el desgaste emocional, como son la sobre carga de trabajos escolares, resolviendo estas actividades con la utilización de plataformas virtuales, que son de mayor uso por esta población, como lo describe Reyes en el 2017 quien indica que la población adolescente es más susceptible al estrés académico, al no poder formar parte del grupo social, y no generar actividades de pasatiempo.

Entonces el afrontamiento individual suele vincularse con el afrontamiento familiar, de tal manera que son capaces de afrontar crisis familiares, manteniendo un importante efecto en el aprendizaje del adolescente para poder enfrentar dificultades, según su forma de vida (Maykel, deLeyer, & Bray, 2018), el afrontamiento que actualmente se ha observado en esta población está relacionado con la vinculación social y con la dispersión recreativa, y que actualmente el adolescente no comparte, generando un nivel de estrés académico, pues al no estar en contacto con sus pares, y no realizar sus actividades de ocio, el adolescente estaría propenso a mantener un nivel de estrés, evidenciado por situaciones de conflicto en el contexto familiar, y presencia de alteraciones en el comportamiento.

Ante los resultados obtenidos según la primera hipótesis específica, indican que esta relación con los demás y su contexto social, genera en el adolescente estrés académico, mas no afectan (no le importa) en sus actividades académicas, manteniendo una significancia de 0.152 el cual es mayor al valor de 0.05, que indica que el afrontamiento en resolución de problemas no influye en el estrés académico, al no estar bajo una competición participativa en el aula, el estudiante se desmotiva, y genera deserción académica. Barraza en el 2006, sugiere que la valoración de uno mismo, la ayuda profesional constante, el compartir socialmente, la elaboración de actividades distractoras genera un equilibrio sistémico en el estudiante, evitando así el estrés ante situaciones laborales académicas (Quito, 2019).

En referencia en el segundo objetivo, donde se desea determinar la influencia del afrontamiento de los demás y/o contexto social en el estrés académico, pudimos encontrar que la poca participación con su contexto social, reunión con sus compañeros, relaciones interpersonales, afectan en su desenvolvimiento emocional, generando niveles de estrés académico, en relación con autores descritos en los antecedentes Peña en el 2017 y Uribe en el 2018, describe como una mayor estrategia o solución ante el estrés es el apoyo social, identificando también que el desarrollo de un estudiante depende de su competitividad y su valoración frente a un grupo social, siendo importante para la resolución de conflictos el soporte emocional y social.

En el presente estudio al plantearnos la segunda hipótesis específica de como el afrontamiento en relación con los demás influye en el estrés académico, y afirmamos que el adolescente por ser un ente netamente social, le es importante compartir sus problemas con su entorno social más próximo, amigos, compañeros de carpeta, etc., tratando de solucionar sus problemas, esta actividad social hoy por hoy, se ve afectada por el efecto de la cuarentena, perturbando su equilibrio social y emocional del adolescentes, y provocando niveles de estrés, acompañados con cambios comportamentales. Vila en el 2019, en su investigación también afirma que el afrontamiento orientado a nivel emotivo social en personas que atraviesan situaciones de estrés en el más importante, manteniendo un 54.2%.

De esta forma podemos mantener la afirmación de la segunda hipótesis que el afrontamiento en relación a su entorno, soporte social, apoyo emocional, influye en los niveles de estrés académico del adolescente, conteniendo un valor de significancia de 0.010 en relación con el coeficiente de 0.05, encontrando influencia significativa en la descripción de la hipótesis, y siendo corroborada por Uribe en el 2018, y Gonzales en el 2018, quienes indican que el sobrellevar situaciones estresantes, y el control de síntomas fisiológicos del estrés, son mejor controladas compartiendo con su entorno más confiable, manteniendo un adecuado soporte emocional, y ayuda al controlar del estrés académico del adolescente.

Al tercer objetivo, que se plantea en la investigación de determinar como afrontamiento no productivo influye en el estrés académico, determinaríamos que el adolescente frente a este evento de la cuarentena al no estar desarrollándose en actividades compartidas de recreación provoca un nivel de estrés académico, el cual se identifica con el exceso de sedentarismo y mal uso de su tiempo libre provocando reacciones fisiológicas poco saludables para el adolescente, tal como menciona Elsale et al. (2020) que considera que este efecto del estrés provoca un desequilibrio emocional del individuo, generando cambios de comportamiento, y en un eventual futuro problemas en su desarrollo de hábitos saludables.

En relación a la investigación Uribe en el 2018, refiere que uno de los determinantes para la presencia de estrés académico es permanecer desocupado, refiriendo en su investigación que, para solucionar inconvenientes en su entorno laboral académico, se debería direccionar la solución de problemas por medio de

actividades ocupacionales y el acompañamiento social, evitando de esta manera un inadecuado control de las reacciones del estrés académico.

Por lo descrito en la presente investigación podemos aseverar que el afrontamiento improductivo influye en el estrés académico, manteniendo una significación menor de 0.00 en referencia al coeficiente 0.05, indicando que el adolescente al no diversificar sus actividades diarias, generaría niveles de estrés académico, afectando su desenvolvimiento académico. Como lo refiere Peña en el 2017, que describe que la pobre expresión abierta de emociones, en relación con actividades de juego, actividades físicas provoca estrés indicando un 56.3%.

Es importante mencionar que el estrés académico, influye en determinados contextos de desarrollo del adolescente, como lo menciona Iparraguirre en el 2020, que estudio la relación del estrés académico y la funcionalidad familiar, determinando que existen niveles de estrés que afectan la dinámica familiar, es decir que a menor estrés menor disfuncionalidad, inflexibilidad y desunión familiar, y por lo que se concluye en relación a la definición del estrés como un proceso que afecta el desarrollo de psicológico y que estará relacionado con eventos insatisfactorios de la vida del adolescente y en general de la familia. Y que las estrategias, estilos y técnicas de afrontamiento serán restauradores del equilibrio del desarrollo social, emocional y cognitivo del ser humano.

VI. CONCLUSIONES

Primera: Respecto al objetivo general de identificar la influencia del afrontamiento en el Estrés académico en adolescentes, ponemos ratificar que el afrontamiento influye en el estrés académico, específicamente en las relaciones con sus actividades recreativas y su relación con los demás, mas no influye en la resolución de problemas.

Segunda: Respecto al objetivo específico se plantea demostrar cómo influye el estrés académico en la resolución de problemas en el estrés académico, no influye en la dedicación que realiza el individuo ante sus actividades escolares, por lo consiguiente el estudiante busca el lado positivo ante situaciones que le demandan estrés.

Tercera: Respecto al objetivo específico se plantea demostrar cómo influye el estrés académico en su relación con los demás y/o su entorno social, se concluye que el estudiante mantiene niveles de estrés al no estar en contacto con su entorno y pueden influir en su desarrollo académico.

Cuarto: Respecto al objetivo específico se plantea demostrar cómo influye el estrés académico en su afrontamiento no productivo, que son las actividades relacionadas con la expectativa sobre su futuro, y las cuales presenta dificultades para la solución de problemas, y las trata de solucionar con el consumo de sustancias, o con acciones que pueden afectar su desarrollo emocional, se concluye que produce un estrés académico.

VII. RECOMENDACIONES

Primera: La dirección del centro educativo con respecto al afrontamiento en los niveles de estrés académico en los estudiantes, se recomienda establecer programas de intervención para disminuir el estrés académico en los estudiantes animando a los tutores, asesores educativos a fomentar la formación de grupos de alumnos con la finalidad de fomentar habilidades sociales, favoreciendo el conocimiento personal, y en grupo afianzando sus cualidades individuales y en grupo, mediante actividades lúdicas, utilizando plataformas virtuales, y de tipo auditivo visual.

Segunda: Es importante que la dirección académica del centro educativo de Abancay establezca, como directivas en las actividades de los tutores, asesores académicos actividades extracurriculares que proyecten en los alumnos a generar actividades mediante la formación de proyectos audio visuales, videos, cortos de películas, etc., fomentando la ayuda a otras personas, animando el compañerismo, frente a problemas que suceden en su comunidad, controlando y estimulando la resolución de problemas como estrategia de afrontamiento y de esta forma controlar los niveles de estrés académico.

Tercera: Es importante que la dirección académica del centro educativo de Abancay, fortalezca actividades programadas con los docentes, con respecto al afrontamiento en el estrés académico, en relación con los demás, con el uso de recursos tecnológicos que ayudaran al estudiante a poder expresarse, enseñándoles a defender sus derechos y haciendo prevaleces su opinión con la formación de programas radiales y visuales (plataformas de redes sociales, YouTube, Facebook).

REFERENCIAS

- Ahmad, R., Naqvi, A. A., Al-Bukhaytan, H. M., & Al-Nasser, A. H. (2019). Evaluation of aromatherapy with lavender oil on academic stress: A randomized placebo controlled clinical trial. *Contemporary Clinical Trials Communications*, 14, 100346. doi:<https://doi.org/10.1016/j.conctc.2019.100346>
- Ayman, G. K. (2021). Academic Self-Efficacy as a Mediator Between Fear of Failure and Academic Stress Among High School Students During Covid-19. *International Journal of Innovation, Creativity and Change*, 15(5), 645-657.
- Bajaj, L., & Ahmed, A. (2020). Stress and Achievement Motivation among Students during Covid-19 Pandemic. *PSYCHOLOGY AND EDUCATION*, 58(2), 8662-8666. Obtenido de <https://doi.org/10.17762/pae.v58i2.3510>
- Baldry, A. C., Sorrentino, A., & Farrington, D. P. (2019). Post-traumatic stress symptoms among Italian preadolescents involved in school and cyber bullying and victimization. *Journal of Child and Family Studies*. *Journal of Child and Family Studies*, 28(9), 2358-2364. Obtenido de <https://link.springer.com/article/10.1007/s10826-018-1122-4>
- Barker, E. T., Howard, A. L., Villemare-Krajden, R., & Galambos, N. L. (2018). The rise and fall of depressive symptoms and academic stress in two samples of university students. *J Youth Adolesc*, 47(6), 1252–1266. doi:10.1007/s10964-018-0822-9
- Barraza, A. (2007). El Inventario SISCO del Estrés Académico. *Investigación Educativa Duranguense*, 2(7), 89-93. Obtenido de <http://www.upd.edu.mx/PDF/Revistas/InvestigacionEducativaDuranguense7.pdf>
- Barraza, A. (2007). El Inventario SISCO del Estrés Académico. *Investigación Educativa Duranguense*, 2(7), 89-93. Obtenido de <http://www.upd.edu.mx/PDF/Revistas/InvestigacionEducativaDuranguense7.pdf>

- Barraza, A., & Barraza, S. (2019). Procrastination and stress. Analysis of its relationship in high school students. *Revista de Investigación Educativa*. Obtenido de <https://doi.org/10.25009/cpue.v0i28.2602>
- Colegio de Psicólogos del Perú. (2018). *Código de ética y deontología*. Colegio de Psicólogos del Perú - Consejo Directivo Nacional.
- CONCYTEC. (11 de Mayo de 2018). *Reglamento de calificación, clasificación y registro de los investigadores del sistema nacional de ciencia, tecnología e innovación tecnológica - reglamento RENACYT*. Obtenido de Portal de CONCYTEC:
https://portal.concytec.gob.pe/images/renacyt/reglamento_renacyt_version_final.pdf
- Eisenbeck, N., Carreno, D. F., & Uclés-Juárez, R. (2019). From psychological distress to academic procrastination: Exploring the role of psychological inflexibility. *Journal of Contextual Behavioral Science*, 13, 103-108. Obtenido de <https://doi.org/10.1016/j.jcbs.2019.07.007>
- Elsalem, L., Al-Azzam, N., Jum'ah, A., Obeidat, N., Sindiani, A. M., & Kheirallah, K. A. (2020). Stress and behavioral changes with remote E-exams during the Covid-19 pandemic: Across-sectional study among undergraduates of medical sciences. *Ann Med Surg*(60), 271-279.
- Freire, E. E. (2019). Las variables y su operacionalización en la investigación educativa. Segunda parte. *Revista Conrado*, 15(69), 171-180. Obtenido de <https://conrado.ucf.edu.cu/index.php/conrado/article/view/1052/1068>
- Frydenberg, E., & Lewis, R. (1993). Adolescent coping scale. *Australian Council for Educational Research*. Obtenido de <https://doi.org/10.1027/1015-5759.12.3.224>
- Fuentes, M. C., García-Ros, R., Pérez-González, F., & Sancerni, D. (2019). Effects of Parenting Styles on Self-Regulated Learning and Academic Stress in Spanish Adolescents. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 16(15), 2778. doi:<https://doi.org/10.3390/ijerph16152778>

- Gadzella, B. M., & Masten, W. G. (2005). An Analysis of The Categories in The Student-life Stress Inventory. *American Journal of Psychology Research*, 1(1), 1-10.
- Gnilka, P. B., Ashley, J. S., Matheny, K. B., Chung, Y. B., & Chang, Y. (2017). Comparison of coping, stress, and life satisfaction between Taiwanese and U.S. college students. *Journal of Mental Health Counseling*, 37, 234–249. doi:10.17744/mehc.37.3.04
- Goloshumova, G. S., Ershova, O. V., Salakhova, V. B., Kidinov, A. V., Nalichaeva, S. A., & Yanysheva, V. A. (2019). Information and educational environment of higher school as a factor of the formation of coping strategies in the structure of students' personality (ecological and psychological aspect). *Eurasian journal of biosciences*, 13(2), 1867-1874. Obtenido de <http://www.ejobios.org/download/information-and-educational-environment-of-higher-school-as-a-factor-of-the-formation-of-coping-7346.pdf>
- Grandes, M. (2017). *Propiedades Psicométricas de las Escalas de Afrontamiento para Adolescentes (ACS) en estudiantes del Distrito de Cascas*. Universidad Cesar Vallejo. Obtenido de <https://hdl.handle.net/20.500.12692/676>
- Hashemi, F., Dortaj, F., Farrokhi, N., & Nasrolahi, B. (2019). Effectiveness of Mindfulness Training on Procrastination and Academic Stress. *Educational Psychology*, 52, 1-13. doi:10.22054/jep.2019.24967.1948
- Hernández-Sampieri, R., & Mendoza, C. (2018). *Metodología de la Investigación: Las rutas cuantitativa, cualitativa y mixta*. McGRAW-HILL.
- Hidayah, M., & Kusumaningrum, F. A. (2020). Peers social support and academic stress among boarding school students. En *Inclusive Development of Society: Proceedings of the 6th International Conference on Management and Technology in Knowledge, Service, Tourism & Hospitality* (pág. 264). CRC Press. Obtenido de <https://books.google.com.pe/books?hl=es&lr=&id=JgPpDwAAQBAJ&oi=fnd&pg=PA264&dq=Peers%E2%80%99+social+support+and+academic+stress+among+boarding+school+students.+In+Inclusive+Development+of+Society:+Proceedings+of+the+6th+International+Conference+on+Manage>

- Hystad, S. W., J, E., Laberg, J. C., Johnsen, B. H., & Bartone, P. T. (2019). Academic stress and health: exploring the moderating role of personality hardiness. *Scand J Educ Res*, 53, 421–429. Obtenido de <https://doi.org/10.1080/00313830903180349>
- Karaman, M. A., Lerma, E., Vela, J. C., & Watson, J. C. (2019). Predictors of Academic Stress Among College Students. *Journal of College Counseling*, 22(1), 41–55. doi:10.1002/jocc.12113
- Lazarus, R. S. (2006). *Stress and emotion: A new synthesis*. Springer publishing company.
- Lazarus, R., & Folkman, S. (1984). *Stress, Appraisal, and Coping*. Springer.
- Liu, S., Lithopoulos, A., Zhang, C. Q., Garcia-Barrera, M. A., & Rhodes, R. E. (2021). Personality and perceived stress during COVID-19 pandemic: Testing the mediating role of perceived threat and efficacy. *Personality and individual differences*, 168, 110351. Obtenido de <https://doi.org/10.1016/j.paid.2020.110351>
- Liu, Y. (2017). The longitudinal relationship between Chinese high school students academic stress and academic motivation. *Learning and Individual Differences*, 38, 123-126.
- Maajida, M., Vishnu, V., & Gayathri, R. (2018). Effect of stress on academic performance of students in different streams. *Drug Invention Today*, 10(9), 1776-1780.
- Maykel, C., deLeyer, J., & Bray, M. (2018). Academic Stress: What Is the Problem and What Can Educators and Parents Do to Help? Positive Schooling and Child Development . *Positive Schooling and Child Development*, 27-40. doi:<https://doi.org/10.1007/978-981-13-0077-6>
- Mazure, C. M., Maciejewski, P. K., Jacobs, S. C., & Bruce, M. L. (2012). Stressful life events interacting with cognitive/personality styles to predict late-onset major depression. *Am. J. Geriatr. Psychiatry*, 10(2), 297–304. Obtenido de <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/11994217/>

- McCrae, R. R. (1984). Situational determinants of coping responses: Loss, threat, and challenge. *Journal of Personality and Social Psychology*, 46, 919-928.
- Menaghan, E. (1983). Individual coping efforts: Moderators of the relationship between life stress and mental health outcomes. En H. B. Kaplan, *Psychosocial stress: Trends in theory and research* (págs. 157-191). Academic Press.
- Ministerio de Justicia. (2013). *Aprueban Reglamento de la Ley N° 29733, Ley de Protección de Datos Personales*. Gobierno del Perú.
- Moos, R. H., Brennan, P. I., Schutte, K. K., & Moos, B. S. (2006). Older adults coping with negative life events: common processes of managing health, interpersonal, and financial/work stressors. *The International Journal of Aging and Human Development*, 62(1), 39-59. doi:10.2190/ENLH-WAA2-AX8J-WRT1
- Norris, F. H., & Kaniasty, K. (1996). Received and perceived social support in times of stress: A test of the social support deterioration deterrence model. *Journal of Personality and Social Psychology*, 71(3), 498-511. doi:10.1037//0022-3514.71.3.498
- Phillips, A. (2013). Perceived Stress. En M. Gellman, & J. Turner, *Encyclopedia of Behavioral Medicine*. Springer. Obtenido de https://doi.org/10.1007/978-1-4419-1005-9_479
- Qian, L., & Fuqiang, Z. (2018). Academic stress, academic procrastination and academic performance: a moderated dual-mediation model. 9(2), 38-46. doi:<https://doi.org/10.24212/2179-3565.2018v9i2p38-46>
- Quito, N. (2019). *Propiedades psicométricas del Inventario SISCO del Estrés Académico en estudiantes de nivel secundaria de una institución educativa pública del distrito de Breña – 2019*. Universidad Cesar Vallejo. Obtenido de <https://hdl.handle.net/20.500.12692/36627>
- Rabkin, J. G., & Struening, E. L. (1976). Life events, stress, and illness. *Science*, 194(4269), 1013-1020. doi:10.1126/science.790570

- Rahardjo, W., & Juneman, S. Y. (2013). Computer Anxiety, Academic Stress, and Academic Procrastination on College Students. *Journal of Education and Learning*, 7(3), 147-152. Obtenido de <https://pdfs.semanticscholar.org/4595/06aace6915e838096c4bd80d1ab4d6909adb.pdf>
- Ramadhani, N., & Mahmudiono, T. (2021). Academic stress is associated with emotional eating behavior among adolescent. *National Nutrition Journal*, 38-47. Obtenido de <https://doi.org/10.204736/mgi.v16i1>
- Rebaza, M. (2018). *Propiedades Psicométricas de las Escalas de Afrontamiento para Adolescentes (ACS) en estudiantes del Distrito de Cascas*. Universidad Cesar Vallejo. Obtenido de https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/24534/rebaza_am.pdf?sequence=1&isAllowed=y
- Rizki, M., Haerul, I., & Egi, D. (2020). Relationship between stress level and academic procrastination among new nursing students. *THE MALAYSIAN JOURNAL OF NURSING*, 3, 63-67. doi:10.31674/mjn.2020.v11i03.010
- Sepehrian, F., & Lotf, J. J. (2017). The Effects of Coping Styles and Gender on Academic Procrastination among University Students. *Journal of Basic and Applied Scientific Research*, 12(1), 2987-2993. Obtenido de [http://www.textroad.com/pdf/JBASR/J.%20Basic.%20Appl.%20Sci.%20Res.,%201\(12\)2987-2993,%202011.pdf](http://www.textroad.com/pdf/JBASR/J.%20Basic.%20Appl.%20Sci.%20Res.,%201(12)2987-2993,%202011.pdf)
- Sharma, P. (2021). An Analysis of the Effect of Academic Stress on Achievement Motivation among Senior-Secondary Students of Mathura District. *Turkish Journal of Computer and Mathematics Education*, 12(5), 498-502. Obtenido de <https://www.turcomat.org/index.php/turkbilmat/article/view/1042/829>
- Shiralkar, M. T., Harris, T. B., Eddins-Folensbee, F. F., & Coverdale, J. H. (2013). A systematic review of stress-management programs for medical students. *Academic Psychiatry*, 37(3), 158-164.
- Siegel, D. M., Burke, T. A., Hamilton, J. L., Piccirillo, M. L., Scharff, A., & Alloy, L. B. (2018). Social anxiety and interpersonal stress generation: the moderating

- role of interpersonal distress. *Anxiety, Stress, & Coping*, 31(5), 526-538. Obtenido de <https://doi.org/10.1080/10615806.2018.1482723>
- Singh, S. K. (2020). Stress and achievement motivation among College. *UGC Care Group I Journal*, 228-241. Obtenido de http://www.drsrcjournal.com/no_10_july_20/25.pdf?i=1
- Subramani, C., & Kadiravan, S. (2017). Academic stress and mental health among high school students. *Indian J Anim Res*, 7, 404–406. Obtenido de <https://d1wqtxts1xzle7.cloudfront.net/53462700/file-with-cover-page.pdf?Expires=1622068441&Signature=fKWYDI~3FhIm6HhNEIVBuYMP48wOSUTWFPiLLawSiVdf6A3KmAeo6Cpe1UPmbMzi17toCz4dUUiQRYmLvG99BwK9z6~HuiUSZRk19teXryFi4fE6LPfyOROAYK~iGUKmjYO2FKYL6SGw1kBhyUgSFKuzLw>
- Syahril, J. (2021). The Academic Stress of Final-Year Students in Covid-19 Pandemic Era. *Jurnal Pendidikan*, 13(1), 80-89. doi:<https://doi.org/10.35445/alishlah.v13i1.407>
- Tobin, D. L., Holroyd, K. A., Reynolds, R. V., & Wigal, J. K. (1989). The hierarchical factor structure of the coping strategies inventory. *Cognitive Therapy and Research*, 13(4), 343–361. doi:<https://doi.org/10.1007/BF01173478>
- Vagos, P., & Pereira, A. (2019). Towards a cognitive-behavioral understanding of assertiveness: effects of cognition and distress on different expressions of assertive behavior. *Journal of Rational-Emotive & Cognitive-Behavior Therapy*, 37(2), 133-148. Obtenido de <https://link.springer.com/article/10.1007/s10942-018-0296-4>
- Van der Hallen, R., Jongerling, J., & Godor, B. (2020). Coping and resilience in adults: a cross-sectional network analysis. *Anxiety, Stress, & Coping*, 1-18. doi:10.1080/10615806.2020.1772969
- Yang, C., Chen, A., & Chen, Y. (2021). College students' stress and health in the COVID-19 pandemic: The role of academic workload, separation from school, and fears of contagion. *PLOS ONE*, 16(2), e0246676. Obtenido de <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0246676>

ANEXOS

Anexo 01: Matriz de consistencia

Influencia del afrontamiento en el estrés académico de adolescentes de un centro educativo de Abancay, 2021.							
PROBLEMA	OBJETIVO	HIPÓTESIS	VARIABLES				
<p>General ¿Cómo influye el afrontamiento en el estrés académico de los adolescentes de un centro educativo de Abancay, 2021?</p> <p>Específicos ¿Cómo influye la resolución de problemas en el estrés académico de los adolescentes de un centro educativo de Abancay, 2021?</p> <p>¿Cómo influye el afrontamiento en relación con los demás en el</p>	<p>General Determinar la influencia del afrontamiento en el estrés académico de los adolescentes de un centro educativo de Abancay, 2021.</p> <p>Específicos Determinar la influencia de la resolución de problemas en el estrés académico de los adolescentes de un centro educativo de Abancay, 2021.</p> <p>Determinar la influencia del afrontamiento en relación con los</p>	<p>General Ha: El afrontamiento influye en el estrés académico de los adolescentes de un centro educativo de Abancay, 2021.</p> <p>Específicas Ha: La resolución de problemas influye en el estrés académico de los adolescentes de un centro educativo de Abancay, 2021.</p> <p>Ha: El afrontamiento en relación con los</p>	Variable 1: Afrontamiento				
			Dimensión	Indicadores	Ítems	Medición	Rangos
			Resolución de problemas	Concentrarse en resolver el problema.	2, 20, 38, 56, 72	Escala de intensidad ordinal: - No me ocurre nunca o no lo hago (1) - Me ocurre o lo hago raras veces (2) - Me ocurre o lo hago algunas veces (3) - Me ocurre o lo hago a menudo (4) - Me ocurre o lo hago con mucha frecuencia (5)	- Estrategia no utilizada (20 - 29) - Se utiliza varias veces (30 - 49) - Se utiliza algunas veces (50 - 69) - Se utiliza a menudo (70 - 89) - Se utiliza con mucha frecuencia (90 - 100)
				Triunfo	3, 21, 39, 57, 73		
				Fijarse en lo positivo.	15, 33, 51, 69		
				Buscar diversiones relajantes.	17, 35, 53		
			Afrontamiento en relación con los demás	Distracción física.	18, 36, 54		
				Buscar apoyo espiritual	14, 32, 50, 68		
				Buscar ayuda profesional	16, 34, 52, 70		
				Invertir en amigos íntimos	5, 23, 41, 59, 75		
				Buscar pertenencia	6, 24, 42, 60, 76		
			No productivo	Buscar apoyo social	1, 19, 37, 55, 71		
				Acción social	10, 28, 46, 64		
Hacerse ilusiones	7, 25, 43, 61, 77						
Falta de afrontamiento	8, 26, 44, 62, 78						
Reducción de la tensión	9, 27, 45, 63, 79						
Ignorar el problema	11, 29, 47, 65						
Auto inculparse	12, 30, 48, 66						
Reservarlo para sí	13, 31, 49, 67						
Preocuparse	4, 22, 40, 58, 74						

			Variable 2: Estrés					
			Dimensión	Indicadores	Ítems	Medición	Rangos	
<p>estrés académico de los adolescentes de un centro educativo de Abancay, 2021?</p> <p>¿Cómo influye el afrontamiento no productivo en el estrés académico de los adolescentes de un centro educativo de Abancay, 2021?</p>	<p>demás en el estrés académico de los adolescentes de un centro educativo de Abancay, 2021.</p> <p>Determinar la influencia del afrontamiento no productivo en el estrés académico de los adolescentes de un centro educativo de Abancay, 2021.</p>	<p>demás influye en el estrés académico de los adolescentes de un centro educativo de Abancay, 2021.</p> <p>Ha: El afrontamiento no productivo influye en el estrés académico de los adolescentes de un centro educativo de Abancay, 2021.</p>	Estresores	<ul style="list-style-type: none"> - Competencias - Sobrecargas - Personalidad y carácter - Evaluaciones - Tipo de trabajos - No entender - Participación - Tiempo limitado 	<ul style="list-style-type: none"> - 3.1, 3.2, 3.3, 3.4, 3.5, 3.6, 3.7, 3.8. 	<p>Escala de intensidad ordinal:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Nunca (0 puntos) - Rara vez (1 puntos) - Algunas veces (2 puntos) - Casi siempre (3 puntos) - Siempre (4 puntos) 	<ul style="list-style-type: none"> - Estrés académico leve (0-33) - Estrés académico moderado (34 a 66) - Estrés académico profundo (67 a 100) 	
				Síntomas	<ul style="list-style-type: none"> - Físicas - Psicológicas - Comportamentales 	<ul style="list-style-type: none"> - 4.1,4.2,4.3,4.4, 4.5,4.6 - 4.7,4.8,4.9,4.10,4.11 - 4.12,4.13,4.14,4.15 		
				Estrategias de afrontamiento	<ul style="list-style-type: none"> - Habilidad asertiva - Elaboración y ejecución de plan - Elogios - Religiosidad - Búsqueda de información - Contar lo que preocupa 	<ul style="list-style-type: none"> - 5.1, 5.2, 5.3, 5.4, 5.5, 5.6. 		

METODOLOGÍA	POBLACIÓN Y MUESTRA	TÉCNICAS E INSTRUMENTOS	ESTADÍSTICOS A UTILIZAR
<p>Método de Investigación: Hipotético deductivo, el cual se define cómo la postulación de hipótesis que se deben comprobar o verificar su veracidad las mismas que se basan en conocimiento previo o premisas producto del conocimiento disponible (Hernández-Sampieri y Mendoza, 2018).</p> <p>Enfoque de Investigación: Cuantitativo, ya que mediante técnicas estadísticas y el uso de instrumentos de medición se podrá comprender la manifestación de los fenómenos a estudiar (Hernández-Sampieri y Mendoza, 2018).</p> <p>Nivel de Investigación: Alcance correlacional causal (Hernández-Sampieri & Mendoza, 2018), ya que se determinó la influencia de una variable independiente sobre una variable dependiente.</p> <p>Diseño: El diseño de investigación del presente estudio se definió como no experimental transversal, esto porque no se buscó manipular ninguna variable. A su vez el estudio fue realizado en un momento específico por lo cual es también un estudio de tipo transversal (Hernández-Sampieri y Mendoza, 2018).</p>	<p>Población: Todos los adolescentes de 4to y 5to grado de educación secundaria de un Establecimiento Educativo de Abancay en el 2021.</p> <p>Muestra El muestreo fue probabilístico estratificado proporcionado (130 estudiantes).</p> <p>Tamaño de muestra: Un total de 130 estudiantes.</p>	<p>Variable 1: Afrontamiento Técnicas: Encuesta Instrumentos: Escala de afrontamiento para adolescentes (ACS) Autor original: Frydenberg & Lewis (1993) Adaptado: Grandes (2017) Ámbito de Aplicación: Adolescentes Forma de Administración: Individual-colectiva</p> <hr/> <p>Variable 2: Estrés académico Técnicas: Encuesta Instrumentos: Inventario del Estrés Académico Autor original: Barraza (2007) Autor: Quito (2019) Ámbito de Aplicación: Educativo secundario Forma de Administración: Individual-colectiva</p>	<p>Descriptiva: Se hará uso de la estadística descriptiva, este método se encarga de la recolección, almacenamiento, clasificación y de llevar a cabo las letras, gráficos y finalmente de hacer el cálculo de la información.</p> <p>Inferencial: Se hará uso del programa de hojas de cálculo de Microsoft Excel 2019, para la base de datos y para el análisis estadístico el IBM SPSS Statistics (25.0). A su vez se utilizará la prueba de hipótesis estadística kolmogorov-Smirnov, con la cual se corroborará si los datos de las variables a estudiar muestran una distribución normal.</p> <p>Regresión logística ordinal: El modelo de regresión logística ordinal (multinomial) se utiliza para verificar la influencia de un determinado grupo de factores (Afrontamiento y sus dimensiones) sobre otra variable respuesta de más de dos categorías ordinales (Dimensión del Estrés Académico).</p>

Anexo:02 Tablas de operacionalización

Variable 1: Afrontamiento						
Definición conceptual	Definición operacional	Dimensiones	Indicadores	Ítems	Escala de medición	Categorías
Se refiere a las respuestas cognitivas y conductuales que desarrollan los adolescentes para enfrentar las demandas internas o externas que se consideran incontrolables o insuperables por el individuo (Grandes, 2017).	Los estilos de afrontamiento se miden a través de los factores referencia a otros, dirigido a resolver el problema, y afrontamiento no productivo. Factores que se miden a través de la Escala de afrontamiento para adolescentes (ACS) adaptada por (Grandes, 2017).	Resolución de problemas	Concentrarse en resolver el problema.	2, 20, 38, 56, 72	Escala de intensidad ordinal: - No me ocurre nunca o no lo hago (1) - Me ocurre o lo hago raras veces (2) - Me ocurre o lo hago algunas veces (3) - Me ocurre o lo hago a menudo (4) - Me ocurre o lo hago con mucha frecuencia (5)	- Estrategia no utilizada (20 - 29) - Se utiliza varias veces (30 - 49) - Se utiliza algunas veces (50 - 69) - Se utiliza a menudo (70 - 89) - Se utiliza con mucha frecuencia (90 - 100)
			Triunfo	3, 21, 39, 57, 73		
			Fijarse en lo positivo.	15, 33, 51, 69		
			Buscar diversiones relajantes.	17,35,53		
			Distracción física.	18, 36 54		
		Afrontamiento en relación con los demás	Buscar apoyo espiritual	14, 32, 50, 68		
			Buscar ayuda profesional	16, 34, 52, 70		
			Invertir en amigos íntimos	5, 23, 41, 59, 75		
			Buscar pertenencia	6, 24, 42, 60, 76		
			Buscar apoyo social	1, 19, 37, 55, 71		
		No productivo	Acción social	10, 28, 46, 64		
			Hacerse ilusiones	7, 25, 43, 61, 77		
			Falta de afrontamiento	8, 26, 44, 62, 78		
			Reducción de la tensión	9, 27, 45, 63, 79		
			Ignorar el problema	11. 29, 47, 65		
			Auto inculparse	12, 30, 48, 66		
			Reservarlo para sí	13, 31, 49, 67		
Preocuparse	4, 22, 40, 58, 74					

Variable 2: Estrés académico						
Definición conceptual	Definición operacional	Dimensiones	Indicadores	Ítems	Escala de medición	Categorías
Situación estresante provocada por las presiones del medio escolar, produciendo un desequilibrio sistémico que se expresa mediante síntomas e incitan al individuo a buscar formas de afrontamiento para reestablecer el equilibrio (Barraza, El Inventario SISCO del Estrés Académico, 2007).	El estrés académico se mide a través de la intensidad de estresores, síntomas inhibicionistas y estrategias de afrontamiento del estudiante. Dimensiones que se miden a través del Inventario SISCO adaptado por Quito (2019).	Estresores	<ul style="list-style-type: none"> - Competencias - Sobrecargas - Personalidad y carácter - Evaluaciones - Tipo de trabajos - No entender - Participación - Tiempo limitado 	- 3.1, 3.2, 3.3, 3.4, 3.5, 3.6, 3.7, 3.8.	Escala de intensidad ordinal: <ul style="list-style-type: none"> - Nunca (0 puntos) - Rara vez (1 puntos) - Algunas veces (2 puntos) - Casi siempre (3 puntos) - Siempre (4 puntos) 	<ul style="list-style-type: none"> - Estrés académico leve (0-33) - Estrés académico moderado (34 a 66) - Estrés académico profundo (67 a 100)
		Síntomas	<ul style="list-style-type: none"> - Físicas - Psicológicas - Comportamentales 	<ul style="list-style-type: none"> - 4.1,4.2,4.3,4.4, 4.5,4.6 - 4.7,4.8,4.9,4.10,4.11 - 4.12,4.13,4.14,4.15 		
		Estrategias de afrontamiento	<ul style="list-style-type: none"> - Habilidad asertiva - Elaboración y ejecución de plan - Elogios - Religiosidad - Búsqueda de información - Contar lo que preocupa 	- 5.1, 5.2, 5.3, 5.4, 5.5, 5.6.		

Anexo 03: Instrumentos de recolección de datos

Instrumento para medir afrontamiento

FICHA TÉCNICA

Nombre	Escala de Afrontamiento Para Adolescentes (ACS)
Autores	Erica Frydenberg y Ramon Lewis (1993)
Adaptado por	Grandes (2017) Rebaza 2018
Ámbito de aplicación	Estudiantes de secundaria
Administración	Individual y colectiva
Duración	15 a 20 minutos aprox.
Objetivo	Examinar las conductas de afrontamiento de los adolescentes
Validez	Validez de contenido mediante juicio de expertos V de Aiken (0.90) en 10 expertos. Análisis de la consistencia interna con índices de ajuste GFI de .791, AGFI de .766, IFI de .721, CFI de .716, estableciendo tres factores.
Confiabilidad	Confiabilidad mediante coeficiente Alfa de Cronbach ($\alpha = 0.58 - 0.68$)
Reactivos y dimensiones	El cuestionario está compuesto por 29 ítems y estructurado en tres dimensiones: D1 – Estímulos estresores (8 ítems) D2 - Síntomas (15 ítems) D3 - Estrategias de afrontamiento (6 ítems)
Medición	Escala de intensidad ordinal - Nunca (1 puntos) - Rara vez (2 puntos) - Algunas veces (3 puntos) - Casi siempre (4 puntos) - Siempre (5 puntos)
Categorías generales	- 0 a 33 (estrés académico leve) - 34 a 66 (estrés académico moderado) - 67 a 100 (estrés académico profundo)

Escala de Afrontamiento Para Adolescentes (ACS)

Adaptación Grandes (2017)

Los estudiantes suelen tener ciertas preocupaciones o problemas sobre temas diferentes, como la escuela, el trabajo, la familia, los amigos, el mundo en general, etc. En este cuestionario encontrarás una lista de formas diferentes con las que la gente de tu edad suele encarar una gama amplia de problemas o preocupaciones. Deberás indicar, marcando la letra correspondiente, las cosas que tú sueles hacer para enfrentarte a esos problemas o dificultades. En cada afirmación debes marcar con una "X" la letra A, B, C, D o E según creas que es tu manera de reaccionar o de actuar frente a los problemas. No hay respuestas correctas o erróneas. No dediques mucho tiempo a cada frase; simplemente responde lo que crees que se ajusta mejor a tu forma de actuar.

- Nunca lo hago A
- Lo hago raras veces B
- Lo hago algunas veces C
- Lo hago a menudo D
- Lo hago con mucha frecuencia E

Por ejemplo, si algunas veces te enfrentas a tus problemas mediante la acción de "Hablo con otros para saber lo que ellos harían si tuviesen el mismo problema", deberías marcar la C como se indica a continuación:

Hablo con otros para saber lo que ellos harían si tuviesen el mismo problema

A	B	<input checked="" type="checkbox"/>	D	E
---	---	-------------------------------------	---	---

ÍTEMS:	A	B	C	D	E
1. Hablo con otros para saber lo que ellos harían si tuviesen el mismo problema	A	B	C	D	E
2. Me dedico a resolver lo que está provocando el problema	A	B	C	D	E
3. Sigo con mis tareas como es debido	A	B	C	D	E
4. Me preocupo por mi futuro	A	B	C	D	E
5. Me reúno con mis amigos más cercanos	A	B	C	D	E
6. Trato de dar una buena impresión en las personas que me importan	A	B	C	D	E
7. Espero que me ocurra lo mejor	A	B	C	D	E
8. Como no puedo hacer nada para resolver el problema, no hago nada	A	B	C	D	E
9. Me pongo a llorar y/o gritar	A	B	C	D	E
10. Organizo una acción en relación con mi problema	A	B	C	D	E
11. Escribo una carta a una persona que siento que me puede ayudar con mi problema	A	B	C	D	E
12. Ignoro el problema	A	B	C	D	E
13. Ante los problemas, tiendo a criticarme	A	B	C	D	E
14. Guardo mis sentimientos para mí solo(a)	A	B	C	D	E
15. Dejo que Dios me ayude con mis problemas	A	B	C	D	E
16. Pienso en aquellos que tienen peores problemas, para que los míos no parezcan tan graves	A	B	C	D	E
17. Pido consejo a una persona que tenga más conocimiento que yo	A	B	C	D	E
18. Encuentro una forma de relajarme, como oír música, leer un libro, tocar un instrumento musical, ver la televisión, etc.	A	B	C	D	E
19. Practico un deporte	A	B	C	D	E
20. Hablo con otros para apoyarnos mutuamente	A	B	C	D	E
21. Me dedico a resolver el problema utilizando todas mis capacidades	A	B	C	D	E
22. Sigo asistiendo a clases	A	B	C	D	E
23. Me preocupo por buscar mi felicidad	A	B	C	D	E

24. Llamo a un(a) amigo(a) íntimo(a)	A	B	C	D	E
25. Me preocupo por mis relaciones con los demás	A	B	C	D	E
26. Espero que un milagro resuelva mis problemas	A	B	C	D	E
27. Frente a los problemas, simplemente me doy por vencido(a)	A	B	C	D	E
28. Intento sentirme mejor bebiendo alcohol, fumando o tomando drogas	A	B	C	D	E
29. Organizo un grupo que se ocupe del problema	A	B	C	D	E
30. Decido ignorar conscientemente el problema	A	B	C	D	E
31. Me doy cuenta que yo mismo(a) me complico la vida frente a los problemas	A	B	C	D	E
32. Evito estar con la gente	A	B	C	D	E
33. Pido ayuda y consejo para que se resuelvan mis problemas	A	B	C	D	E
34. Me fijo en el aspecto positivo de las cosas y trato de pensar en las cosas buenas	A	B	C	D	E
35. Busco ayuda o consejo de un profesional para resolver los problemas	A	B	C	D	E
36. Salgo y me divierto para olvidar mis dificultades	A	B	C	D	E
37. Realizo ejercicios para mantenerme en forma y con buena salud	A	B	C	D	E
38. Busco ánimo en otras personas	A	B	C	D	E
39. Considero otros puntos de vista y trato de tenerlos en cuenta	A	B	C	D	E
40. Trabajo intensamente (Trabajo duro)	A	B	C	D	E
41. Me preocupo por lo que está pasando	A	B	C	D	E
42. Empiezo, o si ya existe, mejoro la relación con mi enamorado(a)	A	B	C	D	E
43. Trato de adaptarme a mis amigos	A	B	C	D	E
44. Espero que el problema se resuelva por sí solo	A	B	C	D	E
45. Me pongo mal (Me enfermo)	A	B	C	D	E
46. Culpo a los demás de mis problemas	A	B	C	D	E
47. Me reúno con otras personas para analizar el problema	A	B	C	D	E
48. Saco el problema de mi mente	A	B	C	D	E
49. Me siento culpable por los problemas que me ocurren	A	B	C	D	E
50. Evito que otros se enteren de lo que me preocupa	A	B	C	D	E
51 leo la Biblia o un libro sagrado	A	B	C	D	E
52. Trato de tener una visión positiva de la vida	A	B	C	D	E
53. Pido ayuda a un profesional	A	B	C	D	E
54. Me doy tiempo para hacer las cosas que me gustan	A	B	C	D	E
55. Hago ejercicios físicos para distraerme	A	B	C	D	E
56. Hablo con otras personas sobre mi problema para que me ayuden a salir de él	A	B	C	D	E
57. Pienso en lo que estoy haciendo y por qué lo hago	A	B	C	D	E
58. Busco tener éxito en las cosas que estoy haciendo	A	B	C	D	E
59. Me preocupo por las cosas que me puedan pasar	A	B	C	D	E
60. Trato de hacerme amigo(a) íntimo(a) de un chico o de una chica	A	B	C	D	E
61. Trato de mejorar mi relación personal con los demás	A	B	C	D	E
62. Sueño despierto que las cosas van a mejorar	A	B	C	D	E
63. Cuando tengo problemas, no sé cómo enfrentarlos	A	B	C	D	E
64. Ante los problemas, cambio mis cantidades de lo que como, bebo o duerno	A	B	C	D	E
65. Me reúno con las personas que tienen el mismo problema que yo	A	B	C	D	E
66. Cuando tengo problemas, me aílo para poder evitarlos	A	B	C	D	E
67. Me considero culpable de los problemas que me afectan	A	B	C	D	E
68. Ante los problemas, evito que otros sepan cómo me siento	A	B	C	D	E
69. Pido a Dios que cuide de mí	A	B	C	D	E
70. Me siento contento(a) de cómo van las cosas	A	B	C	D	E
71. Hablo acerca del problema con personas que tengan más experiencia que yo	A	B	C	D	E
72. Consigo apoyo de otros, como de mis padres o amigos, para solucionar mis problemas	A	B	C	D	E
73. Pienso en distintas formas de enfrentarme al problema	A	B	C	D	E
74. Me dedico a mis tareas en vez de salir	A	B	C	D	E
75. Me preocupo por el futuro del mundo	A	B	C	D	E

76. Procuro pasar más tiempo con la persona con quien me gusta salir	A	B	C	D	E
77. Hago lo que quieren mis amigos	A	B	C	D	E
78. Me imagino que las cosas van a ir mejor	A	B	C	D	E
79. Sufro dolores de cabeza o de estómago	A	B	C	D	E
80. Encuentro una forma de aliviar la tensión; por ejemplo, llorar o gritar o beber o tomar drogas					

Anexo 04: Instrumento para medir estrés académico

FICHA TÉCNICA

Nombre	Inventario Sistémico Cognoscitivista para el estudio del estrés académico (SISCO)
Autor	Barraza (2007)
Adaptado por	Quito (2019)
Ámbito de aplicación	Estudiantes de secundaria
Administración	Individual y colectiva
Duración	15 a 20 minutos aprox.
Objetivo	Evaluar el nivel de estrés académico en estudiantes de educación media a superior
Validez	Validez de contenido mediante V de Aiken (0.9 - 1). Y validez de constructo mediante análisis factorial confirmatorio que identifica tres factores los cuales explican un 48.05% de varianza.
Confiabilidad	Confiabilidad mediante coeficiente de Omega de McDonald ($\Omega = 0.871$)
Reactivos y dimensiones	El cuestionario está compuesto por 29 ítems y estructurado en tres dimensiones: D1 – Estímulos estresores (8 ítems) D2 - Síntomas (15 ítems) D3 - Estrategias de afrontamiento (6 ítems)
Medición	Escala de intensidad ordinal - Nunca (1 puntos) - Rara vez (2 puntos) - Algunas veces (3 puntos) - Casi siempre (4 puntos) - Siempre (5 puntos)
Categorías generales	- 0 a 33 (estrés académico leve) - 34 a 66 (estrés académico moderado) - 67 a 100 (estrés académico profundo)

Inventario Sistemico Cognoscitivista (SISCO)

Adaptación Quito (2019)

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

- Si
 No

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

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

1	2	3	4	5

DIMENSIÓN ESTÍMULOS ESTRESORES

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

	Nunca	Casi nunca	A veces	Casi siempre	Siempre
4.1. La competencia con los compañeros del grupo					
4.2. Sobrecarga de tareas y trabajos escolares					
4.3. La personalidad y el carácter del profesor					
4.4. Las evaluaciones de los profesores (exámenes, ensayos, trabajos de investigación, etc.)					
4.5. El tipo de trabajo que te piden los profesores (consulta de temas, fichas de trabajo, ensayos, mapas conceptuales, etc.)					
4.6. No entender los temas que se abordan en la clase					
4.7. Participación en clase (responder a preguntas, exposiciones, etc.)					
4.8. Tiempo limitado para hacer el trabajo					
Otra _____ (Especifique)					

DIMENSIÓN SÍNTOMAS (REACCIONES)

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


	Nunca	Rara vez	Algunas veces	Casi siempre	Siempre
5.1. Trastornos en el sueño (insomnio o pesadillas)					
5.2. Fatiga crónica (cansancio permanente)					
5.3. Dolores de cabeza o migrañas					
5.4. Problemas de digestión, dolor abdominal o diarrea					
5.5. Rascarse, morderse las uñas, frotarse, etc.					
5.6. Somnolencia o mayor necesidad de dormir					
<i>Síntomas o reacciones psicológicas</i>					
5.7. Inquietud (incapacidad de relajarse y estar tranquilo)					
5.8. Sentimientos de depresión y tristeza (decaído)					
5.9. Ansiedad, angustia o desesperación.					
5.10. Problemas de concentración					
5.11. Sentimiento de agresividad o aumento de irritabilidad					
<i>Síntomas o reacciones comportamentales</i>					
5.12. Conflictos o tendencia a polemizar o discutir					
5.13. Aislamiento de los demás					
5.14. Desgano para realizar las labores escolares					
5.15. Aumento o reducción del consumo de alimentos					
Otra _____ (Especifique)					

DIMENSIÓN ESTRATEGIAS DE AFRONTAMIENTO


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

	Nunca	Casi nunca	A veces	Casi siempre	Siempre
5.1. Habilidad asertiva (defender nuestras preferencias, ideas o sentimientos sin dañar a otros)					
5.2. Elaboración de un plan y ejecución de sus tareas					
5.3. Elogios a sí mismo					
5.4. La religiosidad (oraciones o asistencia a misa)					
5.5. Búsqueda de información sobre la situación					
5.6. Ventilación y confidencias (verbalización de la situación que preocupa).					
Otra _____ (Especifique)					

Anexo 05: Carta de presentación N° 247-2021_USCA GAMARRA EDWARD



UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO



**POS
GRA
DO**

"Año del Bicentenario del Perú: 200 años de Independencia"

Lima, 18 de junio de 2021.

Carta P. 247-2021-UCV-EPG-SP

Magister
GENARO CASTAÑEDA BACA
Director académico
Institución Educativa Francisco Bolognesi

De mi mayor consideración:


Es grato dirigirme a usted, para presentar a **USCA GAMARRA , EDWARD** ; identificado(a) con DNI/CE N° 41827479 y código de matrícula N° 7002520351; estudiante del programa de **MAESTRÍA EN PSICOLOGÍA EDUCATIVA** en modalidad semipresencial quien, en el marco de su tesis conducente a la obtención de su grado de **MAESTRO(A)**, se encuentra desarrollando el trabajo de investigación (tesis) titulado:

Afrontamiento en estrés académico en adolescentes de una institución educativa de Abancay 2021

En este sentido, solicito a su digna persona facilitar el acceso a nuestro(s) estudiante, a fin que pueda obtener información en la institución que usted representa, siendo nuestro(s) estudiante quien asume el compromiso de alcanzar a su despacho los resultados de este estudio, luego de concluir con el desarrollo del trabajo de investigación (tesis).

Agradeciendo la atención que brinde al presente documento, hago propicia la oportunidad para expresarle los sentimientos de mi mayor consideración.

Atentamente,



Ruth Angélica Chizana Becerra
Coordinadora General del Programa de Posgrado en Psicología Educativa
Universidad César Vallejo

Somos la universidad de los que quieren salir adelante.



Anexo 06: Carta De Aceptación Del Director De La Institución Educativa.



Ministerio de Educación
DRE-Apurímac UGEL- Abancay
I.E "Francisco Bolognesi Cervantes"
"Año del Bicentenario: 200 Años de Independencia"



Abancay, 21 de junio de 2021

OFICIO No. 088-2021/ ME-GRA-DREA-UGEL-AB-I.E.S. "FBC"

SEÑORA : Ruth Angélica Chicana Becerra
Coordinadora general de programas de posgrado semipresenciales UCV.

PRESENTE

ASUNTO : Respuesta de aceptación
Referencia: Carta P. 247-2021-UCV-EPG-SP

Es grato dirigirme en representación de la Comunidad Educativa Bolognesiana para hacerle llegar el saludo cordial y sincero de todo el personal docente, jerárquico y administrativo que labora en la I.E "Francisco Bolognesi" de la Ciudad de Abancay, para luego comunicarle con agrado la aceptación del aspirante al grado académico de maestro en psicología: Usca Gamarra Edward identificado con DNI N° 41827479 con código de matrícula: 7002520351 y brindarle las facilidades del caso a fin de que cumpla sus propósitos académicos.

A la espera de su atención al presente, hallo propicia la oportunidad para renovarle las muestras de mi especial consideración y aprecio personal, no sin antes dejar mi número telefónico y correo electrónico para las coordinaciones respectivas: 983900080 – genarocb01@gmail.com

Atentamente;



Mg. Genaro Castañeda Baca
C.M. 1031031840
DIRECTOR

cc.
Asesor
SES/PS
CDS/Te.

Jr Apurímac S/N
Teléfono 083-322035

Anexo 07: Consentimiento informado.

CONSENTIMIENTO INFORMADO

Estimado estudiante del colegio Francisco Bolognesi de la ciudad de Abancay :

Te saluda el psicólogo. **EDWARD USCA GAMARRA**, alumno de la **Maestría en Psicología Educativa de la Universidad César Vallejo**, actualmente estoy realizando una investigación titulada:

“Afrontamiento en estrés académico en adolescentes de un centro educativo de la ciudad de Abancay 2021”

Con el objetivo identificar el afrontamiento en el estrés académico en adolescentes y de esta forma conocer de qué forma enfrentas tus actividades escolares, a causa de la infección por COVID-19. Para ello es necesario tu participación voluntaria, respondiendo los cuestionarios ofrecidos en tu plataforma de tutoría a cargo de la profesora **EDITH TANGO A ISMODES**, por lo que solicito tu colaboración, pidiendo la sinceridad en tus respuestas, con la finalidad de lograr que esta investigación sea lo más verás. Cabe resaltar que tu participación es anónima, esto quiere decir que no se te solicitará tus nombres completos, sólo tu edad. Asimismo, es voluntario; no estás obligado de participar.

Te dejo los enlaces de participación:

<https://docs.google.com/forms/d/1W5YgPAasD4Y6SGhBWLewBzQ0iu4OqWD7idbz6ma3bXE/prefill>

<https://docs.google.com/forms/d/1W5YgPAasD4Y6SGhBWLewBzQ0iu4OqWD7idbz6ma3bXE/prefill>

Agradezco anticipadamente tu iniciativa en participar y aportar a la psicología.

Psicólogo EDWARD USCA GAMARRA

Anexo 08: Evidencia de imágenes de base de datos.

docs.google.com/spreadsheets/d/1WEL_4j8uZUYZ5deUaCD9CX_xlwHr0k0g-r1xWQ6UQ/edit?resourcekey=&gid=80359571...

"ACS Escalas de Afrontamiento para Adolescentes" (respuestas) ☆ 📄 🗑️

Archivo Editar Ver Insertar Formato Datos Herramientas Extensiones Ayuda

100% € % .0 .00 123 Predetermi... 10 B I S A

Marca temporal	Dirección de correo elect	Puntuación	1. Hablo con otros para s	2. Me dedico a resolver l	3. Sigo con mis tareas c	4. Me preocupo por
22/06/2021 19:44:28	jhosimarperales@gmail.com		Lo hago algunas veces	Lo hago con mucha frec	Lo hago con mucha frec	Lo hago con mucha
22/06/2021 19:44:37	hubertsanchezberrocal25@gmail.com		Lo hago raras veces	Lo hago a menudo	Lo hago a menudo	Lo hago con mucha
22/06/2021 19:48:20	jannyk662@gmail.com		No lo hago	Lo hago raras veces	Lo hago algunas veces	Lo hago a menudo
22/06/2021 19:49:14	polucosicosd@gmail.com		Lo hago a menudo	Lo hago a menudo	Lo hago a menudo	Lo hago con mucha
22/06/2021 20:00:37	jhossethronnaldcarrionapaza@gmail.com		Lo hago raras veces	Lo hago a menudo	Lo hago a menudo	Lo hago con mucha
22/06/2021 20:02:41	crepypastadotero@gmail.com		Lo hago algunas veces	Lo hago a menudo	Lo hago a menudo	Lo hago a menudo
22/06/2021 20:07:23	frankespinozaortiz@gmail.com		Lo hago algunas veces	Lo hago raras veces	Lo hago con mucha frec	Lo hago con mucha
22/06/2021 20:26:34	dragonfaded10@gmail.com		No lo hago	Lo hago a menudo	Lo hago a menudo	Lo hago con mucha
22/06/2021 20:49:33	cesarherencia19@gmail.com		Lo hago a menudo	Lo hago a menudo	Lo hago a menudo	Lo hago con mucha
22/06/2021 20:52:06	carlosumbertosierrosoria@gmail.com		Lo hago a menudo	Lo hago con mucha frec	Lo hago a menudo	Lo hago con mucha
22/06/2021 21:07:05	yojancacerespapi@gmail.com		Lo hago con mucha frec	Lo hago con mucha frec	Lo hago con mucha frec	Lo hago con mucha
22/06/2021 21:09:50	leonardzoldyck@gmail.com		Lo hago raras veces	Lo hago algunas veces	Lo hago con mucha frec	Lo hago a menudo
22/06/2021 21:11:27	otakuabner123@gmail.com		No lo hago	Lo hago raras veces	Lo hago raras veces	Lo hago algunas veces
22/06/2021 21:33:49	cesarquispe123@gmail.com		Lo hago algunas veces	Lo hago a menudo	Lo hago con mucha frec	Lo hago con mucha
22/06/2021 22:24:17	kintawachi123456@gmail.com		Lo hago raras veces	Lo hago a menudo	Lo hago algunas veces	Lo hago a menudo

EL INVENTARIO SISCO DEL ESTRÉS ACADÉMICO (respuestas) ☆ 📄 🗑️

Archivo Editar Ver Insertar Formato Datos Herramientas Extensiones Ayuda

100% € % .0 .00 123 Predetermi... 10 B I S A

Marca temporal	Dirección de correo elect	Puntuación	ESCRIBE EL NOMBRE DE TU COLEGIO Y EL GRADO EN EL QUI ESCRIBE TU EDAD	ESCR
22/06/2021 19:31:35	ramossoria.com@gmail.com		Francisco Bolognesi 5to secundaria	16 Abanc
22/06/2021 19:34:36	alder12369@gmail.com		Francisco Bolognesi 4"A	15 Abanc
22/06/2021 19:44:35	panuerafrank@gmail.com		Francisco Bolognesi 5to de secundaria	16 Abanc
22/06/2021 19:59:37	polucosicosd@gmail.com		I. E. "Francisco Bolognesi" 4"	15 Abanca
22/06/2021 20:05:19	hubertsanchezberrocal25@gmail.com		Francisco Bolognesi Cervantes 3ro secundaria	14 Abanca
22/06/2021 20:06:19	jhosimarperales@gmail.com		Francisco Bolognesi de Abancay	16 años Lima
22/06/2021 20:13:58	adolfoceccanago@gmail.com		Francisco bolegnesi. 4to	15 Abanca
22/06/2021 20:15:20	jhossethronnaldcarrionapaza@gmail.com		Francisco Bolognesi 4TO de secundaria	15 Abanca
22/06/2021 20:18:03	crepypastadotero@gmail.com		Francisco Bolognesi 5to secundaria	16 Abanca
22/06/2021 20:18:43	frankespinozaortiz01@gmail.com		Francisco Bolognesi 5to	16 Abanca
22/06/2021 20:21:57	luis.28@gmail.com		Francisco bolognesi 5to	15 Abanca
22/06/2021 20:27:30	manuel.09garcia08@gmail.com		Francisco Bolognesi	15 Abanca
22/06/2021 20:44:17	gimyandersongonzaleschacon@gmail.com		Francisco Bolognesi 5to	16 Abanca
22/06/2021 21:22:54	rodrigogh323@gmail.com		I. E. Francisco bolognesi 3ro c	15 Abanca
22/06/2021 21:24:54	leonardzoldyck@gmail.com		I.E. Francisco Bolognesi [4to]	15 Abanca
22/06/2021 21:47:53	cesarherencia19@gmail.com		Francisco Bolognesi 3 RO	14 Abanca
22/06/2021 22:30:40	elyampicalle@gmail.com		Francisco Bolognesi 5to	15 Abanca
22/06/2021 22:47:36	amberalexandergg@gmail.com		Francisco Bolognesi 5to	16 Abanca

Analisis.sav [Conjunto_de_datos1] - IBM SPSS Statistics Editor de datos

Archivo Edición Ver Datos Transformar Analizar Marketing directo Gráficos Utilidades Ventana Ayuda

	Nombre	Tipo	Anchura	Decimales	Etiqueta	Valores	Perdidos	Columnas	Alineación	Medida	Rol
1	V1_TD1	Numérico	8	0		Ninguna	Ninguna	8	Derecha	Escala	Entrada
2	V1_TD2	Numérico	8	0		Ninguna	Ninguna	8	Derecha	Escala	Entrada
3	V1_TD3	Numérico	8	0		Ninguna	Ninguna	8	Derecha	Escala	Entrada
4	GLOB_V1	Numérico	9	0		Ninguna	Ninguna	9	Derecha	Escala	Entrada
5	V2_TD1	Numérico	8	0		Ninguna	Ninguna	8	Derecha	Escala	Entrada
6	V2_TD2	Numérico	8	0		Ninguna	Ninguna	8	Derecha	Escala	Entrada
7	V2_TD3	Numérico	8	0		Ninguna	Ninguna	8	Derecha	Escala	Entrada
8	GLOB_V2	Numérico	8	0		Ninguna	Ninguna	8	Derecha	Escala	Entrada
9	Nivel_V1_TD1	Numérico	5	0	Nivel de resoluc...	{1, No utiliz...	Ninguna	14	Derecha	Ordinal	Entrada
10	Nivel_V1_TD2	Numérico	5	0	Nivel de afronta...	{1, No utiliz...	Ninguna	14	Derecha	Ordinal	Entrada
11	Nivel_V1_TD3	Numérico	5	0	Nivel de afronta...	{1, No utiliz...	Ninguna	14	Derecha	Ordinal	Entrada
12	Nivel_GLOB...	Numérico	5	0	Nivel de afronta...	{1, No utiliz...	Ninguna	15	Derecha	Ordinal	Entrada
13	Nivel_V2_TD1	Numérico	5	0	Nivel de estres...	{1, Leve}...	Ninguna	14	Derecha	Ordinal	Entrada
14	Nivel_V2_TD2	Numérico	5	0	Nivel inhibicioni...	{1, Leve}...	Ninguna	14	Derecha	Ordinal	Entrada
15	Nivel_V2_TD3	Numérico	5	0	Nivel de estrate...	{1, Leve}...	Ninguna	14	Derecha	Ordinal	Entrada
16	Nivel_GLOB...	Numérico	5	0	Nivel de estrés ...	{1, Leve}...	Ninguna	15	Derecha	Ordinal	Entrada
17											
18											
19											
20											