



UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO

ESCUELA DE POSGRADO
PROGRAMA ACADÉMICO DE MAESTRÍA EN PSICOLOGÍA
EDUCATIVA

**Estrés académico y estrategias de afrontamiento en estudiantes
del primer grado de secundaria en un colegio público, Callao, 2021.**

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

AUTORA:

Sifuentes Bustillos, Victoria (ORCID:0000-0002-0961-6552)

ASESORA:

Dra. Cuenca Robles, Nancy Elena (ORCID: 0000-0003-3538 209)

LÍNEA DE INVESTIGACIÓN:

Atención integral del infante, niño y adolescente.

LIMA - PERÚ

2022

Dedicatoria

A la memoria de mis amados padres Eulogio y Olimpia, quienes en vida me inculcaron valores que hoy son la base de mis logros académicos.

A la memoria de mi hermana Ana María, quien juntamente con mis padres iluminan el camino que me conduce a cumplir mis metas personales y profesionales.

Agradecimiento

A la Universidad César Vallejo, por promover el perfeccionamiento académico de los profesionales del país.

A los docentes de la Escuela de Postgrado, por su permanente motivación para lograr concluir con la maestría.

A la Dra. Nancy Elena Cuenca Robles, por su incansable apoyo durante la ejecución de la presente investigación.

A los estudiantes de Institución Educativa “José María Arguedas” del Callao, por su participación activa en proceso de la investigación.

Índice de contenidos

	Página
Carátula	
Dedicatoria	ii
Agradecimiento	iii
Índice de contenidos	iv
Índice de tablas	v
Índice de figuras	vi
Resumen	vii
Abstract	viii
I. INTRODUCCIÓN	1
II. MARCO TEÓRICO	5
III. MÉTODOLÓGÍA	15
3.1. Tipo y diseño de investigación	15
3.2. Variables y operacionalización	16
3.3. Población, muestra y muestreo	16
3.4. Técnicas e instrumentos de recolección de datos	17
3.5. Procedimiento	20
3.6. Métodos de análisis de datos	20
3.7. Aspectos éticos	20
IV. RESULTADOS	21
V. DISCUSIÓN	32
VI. CONCLUSIONES	37
VII. RECOMENDACIONES	39
REFERENCIAS.....	40
ANEXOS	45

Índice de tablas

	Página
Tabla 1.....	21
Tabla 2.....	22
Tabla 3.....	23
Tabla 4.....	25
Tabla 5.....	26
Tabla 6.....	27
Tabla 7.....	28
Tabla 8.....	29
Tabla 9.....	30
Tabla10.....	30
Tabla11.....	31

Índice de figuras

	Página
Gráfico 1.....	21
Gráfico 2.....	22
Gráfico 3.....	24
Gráfico 4.....	25
Gráfico 5.....	26

Resumen

El presente trabajo académico tuvo como objetivo general determinar la relación que existe entre el estrés académico y las estrategias de afrontamiento en estudiantes del primer grado de secundaria de la Institución Educativa José María Arguedas 5126 del Callao, 2021. La investigación fue de tipo básica, enfoque cuantitativo, nivel correlacional y diseño no experimental. La muestra de estudio estuvo constituida por 167 estudiantes; los datos se acopiaron en dos cuestionarios estructurados para estudiantes; en el análisis de la información se empleó el Coeficiente de Correlación “Rho” de Spearman, el mismo que permitió determinar los resultados cuantitativos, las cuales fueron organizados en tablas de doble entrada y gráficos para su respectiva interpretación y análisis. El resultado de la investigación concluyó que el estrés académico se relaciona directamente con las estrategias de afrontamiento. ($r_s = ,882$; $p < 0,05$). Interpretándose que, a mayor estrés académico, habrá mayor probabilidad de no hacer buen uso de las estrategias de afrontamiento

Palabras clave: estrés académico, afrontamiento al estrés, alumnos.

Abstract

The general objective of this academic work was to determine the relationship between academic stress and coping strategies in first grade high school students of the José María Arguedas 5126 Educational Institution of Callao, 2021.

The research was of a basic type, focus quantitative, correlational cross-sectional design and based on non-experimental research. The study sample consisted of 167 students; the data were collected in the structured questionnaire sheets for students; Spearman's "Rho" Correlation Coefficient was used in the analysis of the information, which allowed the quantitative results to be determined, which were organized in double-entry tables and graphs for their respective interpretation and analysis.

The research result concluded that academic stress is directly related to coping strategies; determining that if academic stress is severe, coping strategies are deficient and vice versa ($r_s = .882$; $p < 0.05$).

Keywords: academic stress, coping with stress, students.

I. INTRODUCCIÓN

Hoy en día, en el contexto mundial, la educación es comprendida como la directriz que promueve el desarrollo de un país y por consiguiente el progreso cognitivo de cada estudiante; entonces las personas que tienen la oportunidad de seguir sus estudios podrán desenvolverse exitosamente en su vida social.

En un estudio realizado en la ciudad de Murcia, España, a setecientos estudiantes, probó que los escolares que presentaban estrés eran del 47.1% y como una consecuencia directa del estrés el 55,6% manifestaron tener síntomas de ansiedad, Santos (2017). En la misma línea, un estudio realizado por el prestigioso *American College Health Association* de Estados Unidos de Norteamérica, en el 2017, registró que el 22% de los niños y niñas tenían un diagnóstico de ansiedad. Esto fue muy superior a lo ocurrido en 2010, año en el que se estableció que solo el 10% de la población infantil presentaba este tipo de trastorno; es decir, se produjo un aumento en estudiantes diagnosticados con ansiedad de 10% a 17%, Gestión (2018). Del mismo modo, un estudio realizado a 374 alumnos de nivel medio, mostró que los estudiantes que manifestaron tener “ansiedad antes del examen” era del 58%, Maturana y Vargas, (2016).

Una investigación sobre las estrategias de afrontamiento del estrés realizada a 276 estudiantes del nivel secundario en la ciudad de México en relación a las formas de enfrentar el estrés, evidenció que los estudiantes que manifestaron estrés debido a las tareas realizadas y a la carga académica de manera simultánea fueron del orden del 26,6%, asimismo es un factor de estrés la exposición de sus tareas escolares frente a sus pares. Del mismo modo, se halló que los alumnos que manifiestan tener miedo al fracaso al realizar una tarea y el no poder comunicarlo se encuentra en el orden del 18.2% por lo que se ha convertido en uno de los mayores motivos de estrés. En otra cifra de este estudio, los alumnos que manifiestan que prepararse para rendir los exámenes son el 1.7% y esta es considerada como una de las situaciones que les producen más estrés, además el 10,8% de los encuestados considera que la incapacidad de comunicar al profesor la falta de información es otra situación de estrés relevante, Valdivieso y Lucas, (2020).

Una investigación realizada en la provincia de Quito, Ecuador, a una muestra de 70 estudiantes en edad escolar, demostró que alrededor del 91,58% tiene una

fuerte manifestación de estrés y que un 46,7% muestra un estrés medio. Del mismo modo, se observó que el 24,4% de los participantes utilizaban eventualmente técnicas de manejo del estrés y, el 5,7% usa estas frecuentemente. Tamayo, Buñay y Neyra, (2017).

En nuestro país y en la misma línea de investigación, Condorimay y Quiro (2020) en su investigación titulada *Estrés y estrategias de afrontamiento en estudiantes de primero a quinto grado de secundaria de una institución educativa estatal de Juliaca*, demuestran la existencia de una relación de elevada significancia y directa entre la variable estrategias de afrontamiento y las reacciones comportamentales en estos escolares. En consecuencia, los estudiantes con escasas estrategias de afrontamiento tienen una probabilidad mayor de estresarse. La evaluación del afrontamiento es esencial para la explicación del proceso de estrés, el afrontamiento involucra la evaluación y reevaluación de las personas. A diario las personas hacen frente a situaciones que requieren de respuestas y, los recursos que estas presenten, establecerán la eficacia de dichas respuestas para dar solución a lo acontecido. Estas respuestas hacen mención a las estrategias de afrontamiento, las cuales conforman un fenómeno estudiado desde la psicología, siendo entonces una variable intermediaria de la adaptación de la persona ante acontecimientos estresantes. Por tanto, es recomendable dirigir nuestra atención hacia todas aquellas situaciones que podrían generar estrés en nuestros escolares de primero de secundaria en la Institución Educativa 5126, “José María Arguedas” del Callao, así como su evolución y las diferentes formas que permiten afrontarlo, lo que permitiría tener un mejor desempeño académico, objetivo principal de la institución y los estudiantes.

El problema sería formulado de la siguiente manera, *problema general*, ¿De qué manera el estrés académico se relaciona con las estrategias de afrontamiento en estudiantes del primer grado de secundaria en un colegio público, Callao, 2021?. Como *problemas específicos* tenemos lo siguiente ¿De qué manera los estresores personales se relacionan con las estrategias de afrontamiento en estudiantes del primer grado de secundaria en una institución educativa pública, Callao, 2021?, ¿De qué manera las reacciones físicas se relacionan con las estrategias de afrontamiento en estudiantes del primer grado de secundaria en una institución educativa pública, Callao, 2021?, ¿De qué manera las reacciones psicológicas se

relacionan con las estrategias de afrontamiento en estudiantes del primer grado de secundaria en una institución educativa pública, Callao, 2021? ¿De qué manera las reacciones comportamentales se relacionan con las estrategias de afrontamiento en estudiantes del primer grado de secundaria en una institución educativa pública, Callao, 2021?.

La investigación se justifica en tres aspectos. El primero es la Justificación teórica ya que, en todo ámbito de desenvolvimiento académico, el estrés está presente en todos los individuos, y es por ello que la presente investigación nos brindara la teoría necesaria para mejorar el desempeño de los alumnos; es decir, el estrés que estos experimentan en su vida escolar. En segundo lugar, la Justificación práctica, está orientada a solucionar los altos indicadores de estrés en escolares que pueden afectar el nivel de rendimiento escolar generando así un desequilibrio sistémico en su desarrollo personal. Por último, la Justificación metodológica está enfocada a reducir la frecuencia, intensidad, y reacciones que los estresores producen, teniéndose así información útil para futuras investigaciones.

El Objetivo general en la investigación es establecer la relación existente entre el estrés académico y las estrategias de afrontamiento en estudiantes del primer grado de secundaria en un colegio público, Callao, 2021. Como Objetivos específicos tenemos, principalmente, lo siguiente: Determinar la relación que existe entre los estresores personales y las estrategias de afrontamiento en estudiantes del primer grado de secundaria en un colegio público, Callao, 2021. Además, establecer la relación existente entre las reacciones físicas y las estrategias de afrontamiento en estudiantes del primer grado de secundaria en un colegio público, Callao, 2021. Determinar la relación existente entre las reacciones psicológicas y las estrategias de afrontamiento en estudiantes del primer grado de secundaria en un colegio público, Callao, 2021. Finalmente, establecer la relación existente entre las reacciones comportamentales y las estrategias de afrontamiento en estudiantes del primer grado de secundaria en un colegio público, Callao, 2021.

Por último, la hipótesis general del presente estudio se refiere a como el estrés académico se relaciona directamente con las estrategias de afrontamiento en estudiantes de primer grado de secundaria en un colegio público, Callao, 2021.

Así mismo podemos mencionar que se tienen cuatro hipótesis específicas. La primera hipótesis específica es que los estresores personales se relacionan de forma directa con las estrategias de afrontamiento en alumnos del primer grado de secundaria en un colegio público, Callao, 2021. La segunda hipótesis específica son las reacciones físicas se relacionan directamente con las estrategias de afrontamiento en alumnos del primer grado de secundaria en un colegio público, Callao, 2021. La tercera hipótesis específica serían las reacciones psicológicas se relacionan directamente con las estrategias de afrontamiento en alumnos del primer grado de secundaria en un colegio público, Callao, 2021. Por último, la cuarta hipótesis específica son las reacciones comportamentales se relacionarían directamente con las estrategias en estudiantes del primer grado de secundaria en un colegio público, Callao, 2021.

II. MARCO TEÓRICO

Dentro de los antecedentes nacionales, que han precedido a la investigación podemos mencionar a Gonzales (2016) en la tesis *Estrés académico y estrategias de afrontamiento en estudiantes de 1° y 5° grado de secundaria de una institución educativa estatal de Lima Este, 2015*, de la Universidad Peruana Unión; el autor constató la existencia de significancia entre las variables, estrés académico y las reacciones que lo caracterizan (psicológicas, físicas, y comportamentales) y seis de las estrategias que constituyen el estilo improductivo, entre las que destacaron la estrategia buscar pertenencia con un $r = .189$, y un valor de significancia $p < .05$, la estrategia reducción de la tensión con un $r = .254$, y un valor de significancia $p < .05$, otra estrategia fue el reservarlo para sí ($r = .189$, $p < .05$), y con menor preminencia que las anteriores están el auto inculparse, ignorar el problema y la falta de afrontamiento.

En la misma línea tenemos a Condorimay y Quiro (2020) en la investigación *Estrés y estrategias de afrontamiento en estudiantes de 1ro a 5to. Grado de secundaria de una institución educativa estatal de Juliaca, 2019*, en la cual concluyen que existe una relación significativa entre estrés académico y técnicas de manejo de estrés en escolares de secundaria de centros educativos públicos de la ciudad de Juliaca. No se estableció una conexión entre la dimensión de reacción física con estrategias de afrontamiento, en la primera dimensión, en la siguiente dimensión tampoco existe un vínculo entre reacciones psicológicas y estrategias de afrontamiento. En la última dimensión, si se logra determinar que existe una relación directa y significativa entre técnicas de afrontamiento con reacciones comportamentales en los alumnos del primero a quinto grado del nivel secundaria de un centro educativo estatal de Juliaca.

Además, Uceda (2020) en la tesis titulada *Nivel de estrés académico y afrontamiento en estudiantes del tercer grado del nivel secundario de la institución educativa San Ramón - Cajamarca 2017*, concluyó que en función a la medida recogida de manera psicométrica del estrés, el 54,5 % de los alumnos evidenciaban un nivel medio del mismo, lo cual significa que más de la mitad de la muestra evaluada se sentían estresados académicamente y tan solo cinco de ellos presentaron niveles elevados de estrés ante la actividad académica.

En esa misma línea, Nayra (2020) en el estudio *Gestión de convivencia escolar y estrés académico en estudiantes de la ciudad de Pucallpa, 2020*, Universidad Católica los Ángeles Chimbote; la autora concluyó que los alumnos enfrentan situaciones contrarias en escenarios críticos y diversos, como por ejemplo el COVID-19, y estableció que entre las variables gestión de la convivencia escolar y el afrontamiento del estrés académico se tenía una correlación positiva de 0.23, siendo esto favorable para las decisiones en entrega de tareas generadas por la estrategia de aprendo en casa.

De igual manera, Zea (2021) en el estudio *Estrés académico en tiempos de pandemia en estudiantes de secundaria de una institución educativa pública del distrito de Cocachacra – Arequipa* concluyó que, en relación a la dimensión estresores, hay una manifestación severa y moderada en los alumnos evaluados en la dimensión de estresores, los más frecuentes estresores determinados fueron: el exceso de tareas, el tipo de trabajo que asignan los maestros y el tiempo reducido para culminarlos.

Dentro de las investigaciones previas que anteceden a nivel internacional al presente estudio podemos mencionar a García (2019), cuya investigación: *Estrés y estrategias de afrontamiento en escolares de Educación Secundaria Obligatoria de San Agustín*, concluyó que la preminencia del estrés llegó al 88.6%, siendo que el 43.7% presentó un nivel regular de estrés; y, además las situaciones que generan estrés se obtuvieron que las tareas escolares representaban el 77.8% de los casos manifestados. Otras manifestaciones importantes que presentó el estudio fueron la somnolencia o mayor necesidad de dormir en un 12,7% de los evaluados, la inquietud que fue evidenciada por el 16.5% de la muestra y por último con un 10,1% el aumento o reducción en el consumo de alimentos.

Asimismo, Cano (2017) en la investigación *Estrategias de afrontamiento al estrés escolar de adolescentes de Educación Secundaria Media, 2017*, concluyó que El estilo de afrontamiento privilegiado por los adolescentes de educación secundaria media, serían aquellos gobernados por la racionalidad y/o por una lógica racional. De esta manera, se deduciría que el estilo de afrontamiento empleado por esta muestra optaría por la opción de generar con una base reflexiva, una construcción consciente. En contraposición, no se percibió la presencia de

estrategias de afrontamiento que estén basadas en el ámbito emotivo asociado a los estresores.

Por otro lado, Eraña (2018), en la tesis *Técnicas de afrontamiento para escolares de educación media municipal de Guatemala*, de la Universidad Rafael Landívar, concluyó que existe relación positiva entre la aplicación de las técnicas de afrontamiento y la reducción significativa de los estresores escolares. Los estudiantes de educación media de Guatemala siguieron programas de sensibilización psicológica, lo que permitió tengan menores condiciones para estresarse con las actividades de sus estudios. También, Herrera (2017) en el estudio *Niveles de estrés y estrategias de afrontamiento en los estudiantes de Educación Media de Medellín de la Universidad de Antioquía*, llegó a la conclusión que es recomendable considerar la posibilidad de diseñar estrategias de entrenamiento para la implementación de las estrategias de afrontamiento, Expresión de las dificultades de afrontamiento y la Autonomía, por cuanto estas estrategias son de las que son menos utilizadas por los estudiantes, y estimular su implementación en la vida de los estudiantes aportaría a elevar la eficiencia en el control de situaciones estresantes desde recursos propios.

En la misma línea, Salotti (2017) en la investigación *Estudio sobre estrategias de afrontamiento y bienestar psicológico en una muestra de adolescentes de Buenos Aires*, Universidad de Belgrano, logró concluir que los estudiantes de la muestra tomada, aquellos que presentaron un nivel alto de bienestar psicológico son los que optaron por asumir estrategias activas que se manifestaron a través de actitudes tales como buscar apoyo social, esforzarse y conseguir el éxito, enfrentar y resolver el problema, enfocarse en aspectos positivos, búsqueda de soporte espiritual, soporte profesional y distracción física; además estas personas demostraron tener una gran capacidad de análisis, tomaron en cuenta diferentes ángulos del problema, manifestaron esfuerzo y perseverancia para conseguir la solución del problema, la sagacidad les permitió distinguir los aspectos positivos y negativos, la voluntad de mantenerse en forma y con buena salud además de su capacidad de apertura a otros para poder solicitarles ayuda.

Con relación a las teorías relacionadas a las variables del presente trabajo de investigación podemos mencionar que, según Barraza (2017), el estrés académico es un proceso de carácter adaptativo, sistémico y esencialmente psicológico, que

se manifiesta del siguiente modo: primero cuando el estudiante es expuesto, en escenarios académicos, a un conjunto de exigencias, las que vistas por el evaluado y según su criterio son consideradas estresores (inputs). Segundo, cuando los estresores generan desequilibrios sistémicos (situación que causan estrés) los mismos que se manifiestan a través de una sintomatología (indicadores que indican desequilibrio); y finalmente en tercer lugar cuando el desequilibrio es producido al obligar al evaluado a diversas actividades de afrontamiento con la finalidad de restaurar su equilibrio sistémico.

En conclusión, según García y Muñoz (2016) el estrés académico se genera por las diversas exigencias, conflictos, actos y situaciones del quehacer académico los mismos que desarrollan estrés en los alumnos y que de una u otra forma influirán de manera significativa en su estado de salud, de bienestar y en el mismo rendimiento académico.

Para Cabanach (2017), son cuatro los tipos de estresores académicos, siendo el primero los estresores físicos, esta variación de estresor está referido al lugar dentro del cual se desarrolla el trabajo académico y que engloba a la situación educativa concebida por el alumno. Manifestaciones del ambiente como el frío, el calor, el ruido y la fatiga, son los más frecuentes estresores físicos. Estos fenómenos generan que el sujeto se sienta con malestar, el mismo que interfiere con su rendimiento académico, laboral y su conducta social.

El segundo elemento generador de estrés académico son los denominados estresores psicológicos, estos engloban todas las emociones que son creadas por las actividades académicas, las más frecuentes se pueden mencionar a la ira, el miedo, los celos, el sentimiento de inferioridad, este conjunto de emociones afecta lo que cada evaluado piensa de su entorno, y esto está afectado por las características singulares de personalidad y cognitivas de cada individuo. La percepción que un individuo tenga sobre su desempeño académico o sobre la situación educativa global enfocada muchas veces desde la perspectiva de la exigencia determinará la valoración, muchas veces de insoportable desde la perspectiva del alumno que la sostiene.

Los Estresores internos, son definidos como aquellos que se relacionan con las características intrínsecas del sujeto, es decir las características innatas, tales como la personalidad, la introversión, los pensamientos positivos o negativos etc.

Estos se vinculan de manera directa con los esquemas cognitivos más usados por el individuo, los cuales crean una gran cantidad de escenarios a los que se le otorga un atributo específico.

Por último, los Estresores externos, son los que están en el exterior del sujeto. Los más característicos de estos son: la sobrecarga académica, la ambigüedad del rol de docente y otros similares. O sea, estos se ubican en la percepción del ambiente social al interior de la esfera educativa, en el cual se desarrolla el sujeto, es la calificación que le asigna a dicho lugar.

Acosta (2016), señala al respecto que el estrés académico se evidencia en tres fases. La primera fase es la de alarma: Participan los mecanismos fisiológicos, es decir el organismo se moviliza para contrarrestar el factor estresor. El cerebro activa todos los demás sistemas corporales a través de mensajes bioquímicos. La mayoría de las personas tiene reacciones inadecuadas, es decir salta o grita, pero terminada esta etapa se repone y su resistencia a este tipo de eventos aumenta. Es la reacción primaria del organismo ante el factor académico estresante, aquí aparecen síntomas físicos como el aumento del ritmo cardíaco, la respiración entrecortada y similares. Fase de resistencia: Llamada también fase de adaptación, aparece cuando la situación de tensión se prolonga y se origina el proceso de resistencia, es el momento en el cual el individuo inicia su lucha de huida, la sintomatología de esta etapa son alteraciones como la ansiedad, la fatiga y la tensión, es una etapa en la que se intenta compensar el agotamiento del organismo debido al estrés académico, esto porque el organismo secreta hormonas que elevan la glucosa del organismo, evitando el desgaste completo de energía, por lo que se denomina la adaptación. Fase de agotamiento: Si un individuo se siente expuesto de manera permanente a un entorno académico tenso, su habilidad para resistir se pierde, y como consecuencia se ve que el sujeto comienza a tener problemas psíquicos y físicos complejos, la situación de estrés es tan fuerte que el individuo afectado se ve imposibilitado de defensa frente a la situación de agresión. El individuo pierde su destreza de afrontamiento frente al reto educativo y como consecuencia de esto, surge una sintomatología física y psíquica que afectan su desempeño normal, en este punto sus reservas físicas y mentales se ven

superadas, por lo cual esta persona se ve imposibilitado de utilizar los mecanismos adaptativos habituales, debido a que estos ya no le serían eficaces.

Para Russek (2016), las causas del estrés académico son diversas y entre las más relevantes se señala primero a la exigencia personal debido a que los estudiantes que desean cumplir con sus metas de estudios se someten a presiones personales que en muchas ocasiones desencadenan ansiedad. Segunda competitividad: situación en la que un estudiante siempre trata de quedar por delante de los demás, ser el mejores de la clase, etc. Esto genera cierta presión por estar permanentemente entre los primeros, provocando así momentos de tensión por llegar siempre a esa posición. Tercera, cumplir expectativas: Los estudiantes creen que sus progenitores quieren que obtengan buenas notas porque si no los están defraudando. Como cuarta causa tenemos a las comparaciones en donde los estudiantes se equiparán con sus congéneres, hermanos o primos, pensando que son de menor rendimiento que ellos, y por tanto tratan de mejorar su rendimiento académico. Finalmente, la falta de organización y planificación: Dejar todo para el último momento, pensando que todo se va poder realizar no es una actitud saludable, porque cuando no se logra comienza la angustia y la desesperación.

García y Muñoz (2016) señalan que los estresores académicos, de mayor observancia en el contexto social, son los siguientes, el exceso de tareas, sobrecarga de responsabilidad, alteración del trabajo, medio o entorno físico poco agradable, carencia de estímulos, el limitado tiempo para realizar el trabajo, enfrentamientos con los profesores, exámenes, tipos de trabajos a realizar, los trabajos en grupo, desarrollar una evaluación, intervención en el aula y la realización de tareas con carácter obligatorio para aprobar la asignatura. Todas estas situaciones aparecen dentro de un mismo medio, la denominada institución educativa estos producen un conjunto de síntomas específicos en los alumnos, los que se manifiestan a través de pensamientos, reacciones físicas y conductas. Los estresores mencionados, que se manifiestan de manera sostenida e intensidad elevada terminan afectando de manera significativa todos los entornos sociales en los que el estudiante se desempeña, tales como el rendimiento escolar y la conducta social.

Para Naranjo (2016), las consecuencias del estrés académico pueden ser, Fisiológicas al presentar presión arterial con niveles elevados, problemas respiratorios y lo más frecuente son las variaciones del sueño; y, Psicológicas, si se presentan niveles de ansiedad elevados, estados de depresión, estado de permanente de preocupación e irritabilidad, presencia de dificultades con la memoria a largo y corto plazo, y por último un desinterés por actividades que frecuentemente disfrutaba, Mendiola (2016). En consecuencia, podemos decir también que el estrés académico se manifestará a través de situaciones de tristeza, incomodidad, baja autoestima, carencia de habilidades sociales, etc. Dichas circunstancias harán que la vida escolar se vuelva más complicada, pero aquel alumno que logre hacer frente a esto logrará un equilibrio adecuado.

Según Barraza (2017), las dimensiones del estrés académico son cuatro, siendo la primera dimensión los Estresores personales vistos en lo cognitivo/afectivo, conformado por las creencias, valores, aspiraciones, personalidad, autocontrol y autoestima; y en lo conductual, conformado por las habilidades, tolerancia y asertividad; y, en lo demográfico, la edad, género, educación, ocupación, salud, horas de trabajo, etc.

La segunda dimensión son las Reacciones físicas, esta se refiere a aquellas que generan reacciones del organismo tales como fatiga crónica, anomalías en el sueño, problemas digestivos, dolores de cabeza, somnolencias, mareos, mutilarse las uñas, falta de concentración, bloqueos mentales, sudoración excesiva, cambios de hábitos, dolores musculares y aumento de la presión arterial.

La tercera dimensión son las Reacciones psicológicas, las cuales se relacionan con las funciones emocionales o cognoscitivas de la persona como los conflictos, desgano, aislamiento, inquietud, absentismo, desgano, agresividad irritabilidad, sentimientos de tristeza, depresión, tendencia a discutir, abatimiento, sentimiento desesperante, pensamientos catastróficos, y ansiedad.

La cuarta y última dimensión son las Reacciones comportamentales, que involucran la conducta del individuo a través de acciones como el fumar, el aislamiento social, el desgano por la realización de sus labores académicas, los conflictos y por último el ausentismo en clases.

Entonces, según González (2016) para afrontar el estrés académico existen estrategias para prevenir las manifestaciones en la fase de agotamiento y las más considerativas son las siguientes: planificar actividades relevantes, decidir entre una gran diversidad de técnicas de estudio, optar por una alimentación saludable, ejercer actividades recreativas, ejercitar los hobbies, tener periodos estables de sueño, compartir con amigos y solicitar ayuda, practicar la respiración profunda y la relajación de manera habitual, sostener el humor en alto y procurar tener un estado permanente de calma y tranquilidad. Las estrategias de afrontamiento constituyen el conjunto de formas de como las personas se enfrentan a sucesos estresantes. Se puede concluir entonces que el afrontamiento se refiere al conjunto de acciones y pensamientos que instruyen a las personas para manejar situaciones difíciles. Se incluyen aquellos procesos emocionales, cognitivos y conductuales variables, que se utilizan para poder conducir los requerimientos específicos externos e internos que se consideran excedentes o que desbordaron los recursos de la persona.

En la teoría del afrontamiento del estrés, Lazarus y Folkman (2015) se define el afrontamiento como una serie de estrategias conductuales y cognitivas, las cuales son usadas por las personas para gestionar los requerimientos internos o externos que sean reconocidas como excesivas para las habilidades de la persona.

Según Compas et al. (2016) el afrontamiento no está referido solamente a la capacidad práctica de resolución de los problemas, sino que además implica la facultad que tiene el individuo para gestionar de manera adecuada el estrés y sus emociones frente a la situación problemática. Alterar las estrategias del afrontamiento para enfrentar con efectividad los problemas estresantes dependerá de nuestra peculiar manera de evaluar la situación, según nuestra capacidad y nuestra posibilidad de captar informaciones, procurar ayuda y apoyo del entorno social donde radica. Como consecuencia, las estrategias de manejo del estrés son comprendidas como herramientas psicológicas a las que la persona recurre para enfrentarse a contextos estresantes.

Para Cassaretto et al. (2016) dentro del enfoque centrado en el ser humano y de características cognitivo conductual, existen dos maneras de explicar las estrategias de afrontamiento, la primera tiene un estilo cognitivo sólido de acercamiento a las dificultades- entendiendo por estilo cognitivo como la manera frecuente de manejar la información y de usar los recursos cognitivos (la

percepción, la memoria y el procesamiento), entorno en el que se ha buscado la unión de diferentes variables de personalidad con los distintos estilos de afrontamiento y un proceso o estado que se genera en función de la situación. Se observan las acciones o estrategias realizadas por un individuo ante las diversas situaciones problemáticas. La segunda manera de comprender las estrategias de afrontamiento señalaría que no hay consistencia en las estrategias de afrontamiento frente a distintos eventos e inclusive frente a una misma situación, pueden variar las estrategias ante un mismo evento en dos circunstancias temporales distintos. Las características de las estrategias de afrontamiento son, primero la valoración del individuo, que es la búsqueda del significado del evento crítico. Segundo la situación que se desea enfrentar en la realidad, conduciendo de manera adecuada las consecuencias que se presenten y tercero la emoción, que consiste en la regulación de las emociones y el mantener el equilibrio afectivo.

Castagnetta (2018) indica que las estrategias de afrontamiento se ordenan de acuerdo a tres aspectos: primer aspecto las estrategias centradas en el problema, esta se utiliza en situaciones que se pueden considerar controlables, se dirigen hacia la tarea con el fin de lograr resolver el problema. Segundo aspecto, las técnicas enfocadas en el aspecto emocional, estas se utilizan cuando la situación estresante se cataloga como incontrolable, como las generadas por el riesgo, se enfrenta la dificultad basándose en los sentimientos y el fin de relajarse una vez sean liberadas. Tercero, las técnicas enfocadas en la evasión son utilizadas en contextos donde los individuos asumen postergar el enfrentamiento directo por la necesidad de juntar y ordenar sus herramientas psicosociales previo al inicio de un afrontamiento activo, estas estrategias se basan en la evasión, en acciones que permitan tomar distancia o distraerse en otra actividad para no pensar.

Cassaretto et al. (2016) indican que el estilo de afrontamiento podría ser entendido como un conjunto de esfuerzos conductuales y cognitivos que se orientan a conducir (minimizar, reducir, tolerar o dominar) las demandas externas o internas de un evento estresante. No existen estrategias mejores ni peores en sí mismas, el éxito o fracaso al utilizarlas no las califica, su eficiencia debe ser evaluada en función a las posibilidades del entorno, los objetivos que una conducta determinada persigue, el momento de vida del individuo y otros factores asociados, (Compas et al., 2016). Investigaciones sobre la influencia del afrontamiento sobre

la adaptación, similar a la de Salotti (2016) evidenciaron que las estrategias activas con orientación hacia el evento aligeran los efectos adversos de situaciones difíciles y en el adecuado desempeño psicológico de la persona. En una posición similar, Frydemberg y Lewis (2015) afirman en sus investigaciones que las técnicas de enfrentamiento al estrés tienen un efecto directo en el estado de bienestar mental del individuo.

Finalmente, Castaño y León (2016) señalan que las estrategias más usadas para afrontar el estrés generado por las obligaciones académicas son, en primer lugar, el Pensamiento desiderativo. Este es un sesgo cognitivo que consiste en la formación de creencias y la elección de una decisión en función de lo que podría complacernos, en vez de apelar a la racionalidad o a la realidad. En segundo lugar, la expresión emocional, entendida como la habilidad para manifestar emociones de manera adecuada. Conlleva la habilidad para entender que la expresión externa no necesariamente corresponde con el estado emocional interno. En tercer lugar, se encuentra la Resolución de problemas considerada como la competencia del individuo para solucionar problemas, también podría definirse como la agilidad y eficacia en el momento de solucionar eventos problemáticos. Los individuos con una marcada habilidad para resolver problemas tienen la capacidad de actuar en forma proactiva, rápida y escogiendo las mejores soluciones para cada caso, teniendo en cuenta las consecuencias que estas podrían generar más adelante. Finalmente, la Retirada social definida como el retirarse del contacto de los demás, esto puede ser un síntoma de trastornos diversos, tales como la depresión mayor, la ansiedad social, las fobias, trastornos de personalidad y trastornos esquizoides de la personalidad.

III. METODOLOGÍA

3.1. Tipo y diseño de investigación

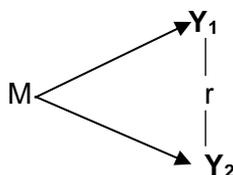
Tipo

Esta investigación se realizó tomando en consideración la investigación básica como tipología predominante; dado que su finalidad es incrementar el conocimiento de la realidad natural o social. La investigación básica, por su aspecto teórico, se caracteriza por buscar nuevos conocimientos y verdades cognitivas, que permiten sistematizar, detallar, expresar, difundir y predecir los hechos y fenómenos que ocurren en la naturaleza, la sociedad y el pensamiento humano, La Fuente, (2017).

Así también la investigación tendrá un enfoque cuantitativo ya que se utilizarán 2 cuestionarios para recolectar información los cuales se cuantificarán en un contexto Hernández, Fernández & Baptista, (2016).

Diseño

Para el procesamiento de los datos se hizo uso de un diseño no experimental, transversal correlacional. El esquema del proyecto metodológico es la siguiente:



M = Muestra

Y₁ = Estrés académico

Y₂ = Estrategias de afrontamiento

r = Relación entre variables

Se utiliza el diseño no experimental de corte transversal, el cual, es factible cuando en la investigación se asocia la valoración de las variables estudiadas; de la misma manera es eficaz para evaluar la relación entre variables en un momento dado, es funcional en grupo de personas u otro elemento.

El nivel correlacional dispone si las variables tienen una relación entre sí o no la tienen; por consiguiente, la estimación comprueba si el cambio positivo o negativo de una variable concuerda con la misma nomenclatura de la otra variable estudiada Barrera, (2016).

3.2. Variables y operacionalización

Una variable se categoriza por ser un distintivo característico o un atributo peculiar que adquiere diversos valores en el proceso de la investigación y cuya variación tiende a ser medida o valorada a través de criterios cuantificables para su análisis e interpretación, Cerezal y Fiallo, (2016).

Las variables establecidas para el presente estudio son:

Variable Y₁: Estrés académico

Definición conceptual

Se fundamenta en las exigencias, conflictos, actos y situaciones del quehacer académico los mismos que desarrollan estrés en los alumnos y que de una u otra forma influirán nocivamente en el estado de salud, de bienestar y en su rendimiento académico García y Muñoz, (2016).

Definición operacional

En el acopio de los datos se aplicará el cuestionario para estudiantes.

Variable Y₂: Estrategias de afrontamiento

Definición conceptual

Conjunto de estrategias cognitivas y conductuales usadas por el individuo para manejar las demandas internas y externas consideradas como excesivas para éste, Lazarus y Folkman (2015).

Definición operacional

En el recojo de los datos se empleará la ficha de cuestionario para estudiantes.

Operacionalización de las variables

(Ver anexo N° 2)

3.3. Población, muestra y muestreo

Población

Se define la población como el conjunto de todos los componentes seleccionados para el estudio, elementos de los que pretendemos establecer conclusiones, Gómez (2018).

La población total fijada para la presente investigación cuantitativa estuvo constituida por 296 estudiantes del primer grado de secundaria del Centro Educativo 5126 “José María Arguedas” del Callao.

Criterios de selección

- Criterio de inclusión: Fueron incluidos los estudiantes que expresan asistencia regular.
- Criterio de exclusión: No fueron incluidos los estudiantes que expresan asistencia irregular.

Muestra

La muestra es una parte de la población definida y a la única a la cual se hará referencia en los resultados y conclusiones, Gómez (2018). El presente estudio es en base a una muestra que se encuentra constituida por 167 alumnos estudiantes del primer grado de secundaria del Centro Educativo 5126 “José María Arguedas”, del Callao.

Muestreo

En este estudio se consideró como técnica de muestreo, la probabilística aleatoria simple, es decir aquella que consiste en elegir al azar los elementos, los cuales tienen todos, la misma probabilidad de ser elegidos en el estudio. Esta técnica de muestreo consiste en asignar a cada elemento de la población objetivo y a cada posible muestra a elegir, una misma probabilidad de ser seleccionados, Infante (2017).

3.4. Técnicas e instrumentos de recolección de datos

Técnica

Esta es una cualidad cognitiva para utilizar o ejecutar diversos medios y recursos metodológicos, para cumplir metas u objetivos trazados. Es la estrategia que adoptan las personas dedicadas a la actividad académica, Gutiérrez, (2017). En el presente trabajo, la encuesta ha sido la técnica a utilizar.

Instrumento

Los instrumentos son aquellos recursos o formatos, plasmados en papel o a través de alguna herramienta digital, que se utilizan para acopiar o recolectar datos de la muestra de estudio, Gutiérrez, (2017). El instrumento que sirvió de herramienta recolectora de información y que se envió a través de internet a los estudiantes, fue la ficha de cuestionario

Ficha técnica de estrés académico

INSTRUMENTO	CUESTIONARIO SOBRE ESTRÉS ACADÉMICO
AUTOR	Pacheco, J. (Universidad Privada de Puerto Rico)
AÑO	2017
PAÍS	España.
ÁMBITO DE APLICACIÓN	Estudiantes universitarios.
APLICACIÓN	Individual.
OBJETIVO	Diagnosticar el estrés académico.
DURACIÓN	12 minutos.
DIMENSIONES	Refiere a las dimensiones del estrés académico
CAMPO DE APLICACIÓN	Alumnos del primer grado de secundaria.
VALIDEZ ESTADÍSTICA	Definida con el Coeficiente V de Aiken. A: ítem Aceptable
ÍNDICE DE FIABILIDAD	Se uso el Alpha de Cronbach es de ,870 (alta confiabilidad).
ASPECTOS A EVALUAR	Test de 20 ítems.
CALIFICACIÓN	De acuerdo los puntajes obtenidos.
CATEGORÍA	Conversión numérica: Sí (2) A veces (1) No (0)

Ficha técnica para media la variable estrategias de afrontamiento

INSTRUMENTO	CUESTIONARIO SOBRE ESTRATEGIAS DE AFRONTAMIENTO
AUTOR	Jessica, L. (Universidad Argentina de la Empresa)
AÑO	2017.
PAÍS	Argentina.
ÁMBITO DE APLICACIÓN	Estudiantes universitarios
APLICACIÓN	Individual
OBJETIVO	Diagnosticar las estrategias de afrontamiento.
DURACIÓN	12 minutos.
DIMENSIONES	Refiere a las dimensiones de las estrategias de afrontamiento.
CAMPO DE APLICACIÓN	Alumnos del primer grado de secundaria.
VALIDEZ ESTADÍSTICA	Definida con el Coeficiente V de Aiken. A: ítem Aceptable
ÍNDICE DE FIABILIDAD	Se uso el Alpha de Cronbach es de ,889 (alta confiabilidad).
ASPECTOS A EVALUAR	Test de 20 ítems.
CALIFICACIÓN	De acuerdo a los puntajes obtenidos.
CATEGORÍA	Conversión numérica: Sí (2) A veces (1) No (0)

Validez

Hernández, Fernández y Baptista (2015), lo definen como el valor de un instrumento, en razón de verificar si un instrumento es válido o no para cuantificar las variables de estudio.

El instrumento cuestionario sobre el estrés académico fue elaborado por Cabanasch, Valle, Piñeiro, Rodríguez & García - España con 45 ítems,

posteriormente fue adaptada y validada por Pacheco (2017).

El instrumento Inventario de Respuestas de Afrontamiento en Jóvenes (Moos, 1993, 1995), instrumento en inglés, fue traducido al español, adaptado y validado por Jessica, L. Universidad Argentina de la Empresa – Buenos Aires (2017), con 48 preguntas.

En esta investigación se llevó a cabo la validez y eficacia de la herramienta, acreditada por peritos versados en investigación, quienes dieron su opinión favorable para su aplicabilidad.

No	Grado	Nombres y apellidos	Calificación
1	Maestro	Mg. Niko Joaquín Velita Palacín	Existe
		Mg. en Didáctica de la Comunicación	Suficiencia
2	Maestra	Mg. Yanet Olinda Díaz Román	Existe
		Mg. en Psicopedagogía	Suficiencia
3	Licenciado	Lic. John Richard Moisés Ríos	Existe
		Docente en investigación y Ciencias Sociales	Suficiencia

Confiabilidad

La confiabilidad del instrumento ha sido estructurada a través de una prueba piloto tomada a 25 alumnos del primero de secundaria de otro Colegio estatal del Callao. El indicador de confiabilidad tomado es el Coeficiente denominado Alpha de Cronbach en función de los ítems asignados en el cuestionario piloto. El indicador elegido, el alfa de Cronbach, se calculó utilizando la siguiente relación:

$$\alpha = \frac{K}{K - 1} \left[1 - \frac{\sum S_i^2}{S_T^2} \right]$$

K: El número de ítems

Si²: Sumatoria de Varianzas de los Ítems

ST²: Varianza de la suma de los Ítems

α: Coeficiente de Alfa de Cronbach

La información recogida de la evaluación de ensayo, aplicada a los elementos seleccionados de la población, determinaron lo siguiente: ,870 para el cuestionario vinculado con el estrés académico y ,889 para el

cuestionario vinculado con las estrategias de afrontamiento. Cabe señalar que ambos cuestionarios fueron validados como aplicables.

3.5. Procedimiento

Realizar el estudio implicó que, primero se obtenga la autorización para la aplicación del instrumento en el Centro Educativo 5126 José María Arguedas del Callao. Luego de aplicar el instrumento estructurado a los estudiantes de la muestra se siguió la siguiente secuencia: se organizaron los datos recolectados, luego se procedió a registrar la información recolectada por cada una de las dimensiones y al final, se sistematizó y ordenó los datos para ser analizados en el software estadístico SPSS.

3.6. Método de análisis de datos

El procesamiento de los datos se realizará utilizando el software de estadística SPSS (Versión 26). Los productos obtenidos serán mostrados en cuadros de doble entrada y sus respectivos gráficos. La discusión de los resultados se definirá utilizando las frecuencias absolutas y porcentuales detallando lo más representativo. El estadígrafo a tener en cuenta será el Coeficiente de Correlación “Rho” de Spearman.

3.7. Aspectos éticos

La elaboración del informe final de tesis es de autoría propia y original a su estructuración; considerando que la información teórica tomada de textos bibliográficos y hemerográficos para la sistematización y justificación de la base teórica, se encuentran citados en la parte de la referencia del presente estudio.

Se presentó la encuesta en igualdad de condiciones a los participantes, con lo cual se respetó el principio ético de la justicia.

Al encontrar una relación entre las variables estrés académico y estrategias de afrontamiento y utilizar estas relaciones para mejorar el nivel de bienestar psicológico de la comunidad educativa hemos cumplido con el principio ético de la beneficencia.

Se aseguró la confidencialidad y discreción necesarias en el uso de la información recopilada de los participantes, de acuerdo a las normas vigentes de la universidad y las leyes de protección de datos.

IV. RESULTADOS

4.1. Resultados descriptivos

Terminada la recolección de información y una vez aplicados los instrumentos y herramientas de análisis para la variable de las estrategias de afrontamiento se obtuvieron los siguientes resultados.

Tabla 1

Distribución de frecuencia y porcentaje de la variable Estrés académico y estrategias de afrontamiento en estudiantes del primer grado.

Nivel de Estrés Académico	ESTRATEGIAS DE AFRONTAMIENTO						TOTAL	
	Eficiente		Regular		Deficiente			
	fi	f%	fi	f%	fi	f%	fi ^o	f%
Leve	18	10.8	10	6.0	0	0.0	28	16.8
Moderado	14	8.4	22	13.1	27	16.2	63	37.7
Severo	0	0.0	18	10.8	58	34.7	76	45.5
TOTAL	32	19.2	50	29.9	85	50.9	167	100.0

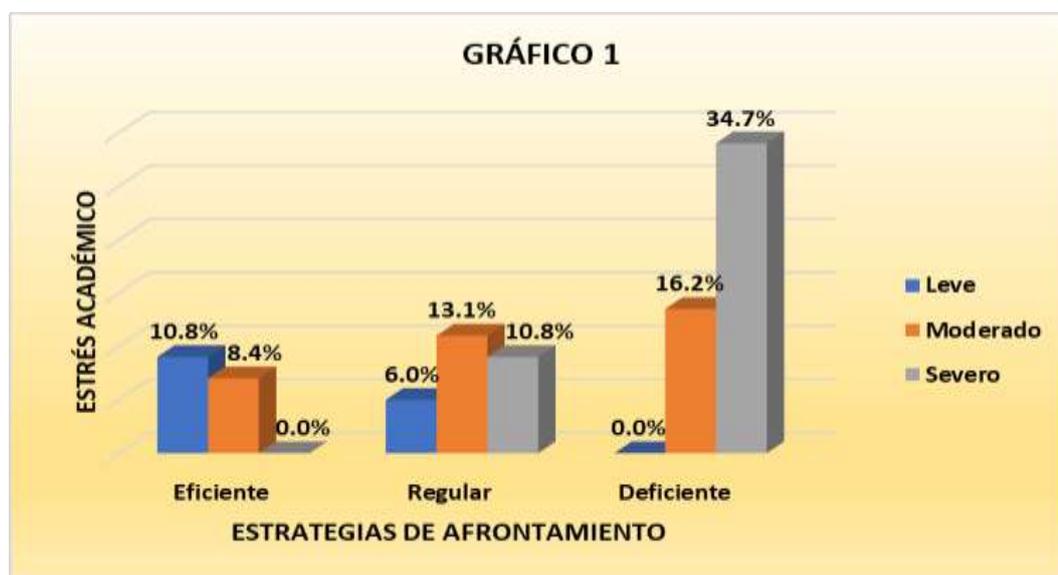


Figura 1. Distribución de porcentaje de la variable estrés académico y estrategias de afrontamiento.

De la tabla 1 y figura 1, del total de estudiantes del centro educativo “José María Arguedas” del Callao: El 45.5% (76) alumnos, señalan que el estrés académico es severo, de este porcentaje: 34.7% (58) consideran que las estrategias de afrontamiento son deficientes, 10.8% (8) que las estrategias

de afrontamiento es regular y ninguno que las estrategias de afrontamiento son eficientes. El 37.7% (63) señalan que el estrés académico es moderado, de este porcentaje: 16.2% (27) consideran que las estrategias de afrontamiento son deficientes, 13.1% (22) que las estrategias de afrontamiento es regular y 8.4% (14) que las estrategias de afrontamiento son eficientes. El 16.8% (28) señalan que el estrés académico es leve, de este porcentaje: 10.8% (18) consideran que las estrategias de afrontamiento son eficientes, 6.0% (10) que las estrategias de afrontamiento es regular y ninguno que las estrategias de afrontamiento son deficientes.

Tabla 2

Estresores personales y técnicas de afrontamiento en estudiantes del primer grado

ESTRESORES PERSONALES	ESTRATEGIAS DE AFRONTAMIENTO						TOTAL	
	Eficiente		Regular		Deficiente			
	fi	f%	fi	f%	fi	f%	fi ^o	f%
Leve	19	11.4	8	4.8	0	0.0	27	16.2
Moderado	13	7.8	20	11.9	25	15.0	58	34.7
Severo	0	0.0	22	13.2	60	35.9	82	49.1
TOTAL	32	19.2	50	29.9	85	50.9	167	100.0



Figura 2. Distribución de porcentaje de la dimensión estresores personales y estrategias de afrontamiento

De la tabla 2 y figura 2, del 100% de estudiantes del Centro educativo “José María Arguedas” del Callao: El 49.1% (82) señalan que los estresores personales son severos, de este porcentaje: 35.9% (60) consideran que las estrategias de afrontamiento son deficientes, 13.2% (60) que las estrategias de afrontamiento es regular y ninguno que las estrategias de afrontamiento son eficientes.

El 34.7% (58) señalan que los estresores personales son moderados, de este porcentaje: 15.0% (25) consideran que las estrategias de afrontamiento son deficientes, 11.9% (20) que las estrategias de afrontamiento es regular y 7.8% (13) que las estrategias de afrontamiento son eficientes. El 16.2% (27) señalan que los estresores personales son leves, de este porcentaje: 11.4% (19) consideran que las estrategias de afrontamiento son eficientes, 4.8% (8) que las estrategias de afrontamiento es regular y ninguno que las estrategias de afrontamiento son deficientes.

Tabla 3

Reacciones físicas y estrategias de manejo de estrés en estudiantes del primer grado

REACCIONES FÍSICAS	ESTRATEGIAS DE AFRONTAMIENTO							
	Eficiente		Regular		Deficiente		TOTAL	
	fi	f%	fi	f%	fi	f%	fi ^o	f%
Leve	17	10.2	9	5.4	0	0.0	26	15.6
Moderado	15	9.0	18	10.7	24	14.4	57	34.1
Severo	0	0.0	23	13.8	61	36.5	84	50.3
TOTAL	32	19.2	50	29.9	85	50.9	167	100.0

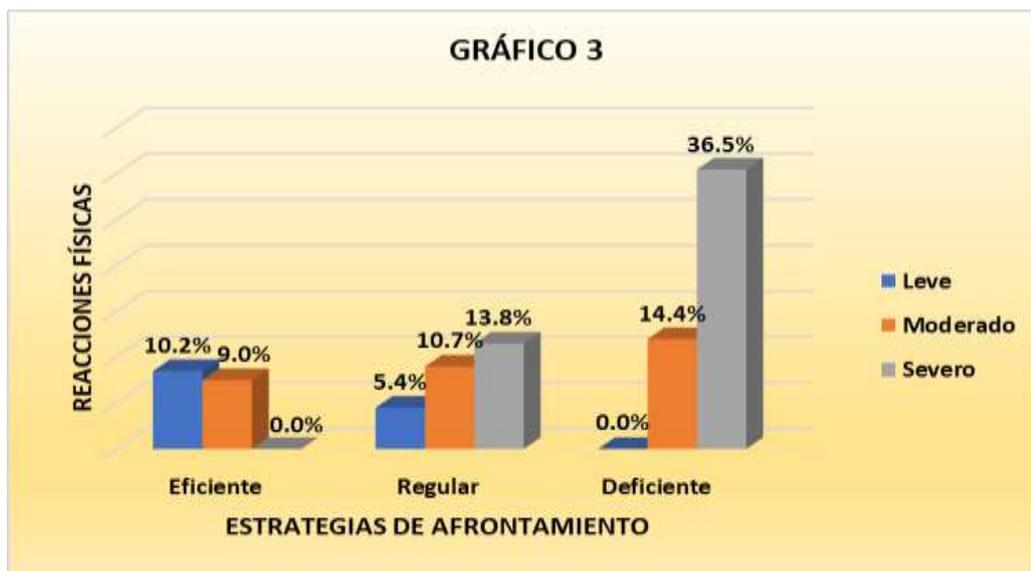


Figura 3. Distribución de porcentaje de la dimensión reacciones físicas y estrategias de afrontamiento.

De la tabla 3 y figura 3, la totalidad de estudiantes del colegio estatal “José María Arguedas” del Callao: El 50.3% (84) señalan que las reacciones físicas son severas, de este porcentaje: 36.5% (61) consideran que las estrategias de afrontamiento son deficientes, 13.8% (23) que las estrategias de afrontamiento es regular y ninguno que las estrategias de afrontamiento son eficientes. El 34.1% (57) señalan que las reacciones físicas son moderadas, de este porcentaje: 14.4% (24) consideran que las estrategias de afrontamiento son deficientes, 10.7% (18) que las estrategias de afrontamiento es regular y 9.0% (15) que las estrategias de afrontamiento son eficientes. El 15.6% (26) señalan que las reacciones físicas son leves, de este porcentaje: 10.2% (17) consideran que las estrategias de afrontamiento son eficientes, 5.4% (9) que las estrategias de afrontamiento es regular y ninguno que las estrategias de afrontamiento son deficientes.

Tabla 4

Reacciones psicológicas y técnicas de manejo de estrés en estudiantes del primer grado

REACCIONES PSICOLÓGICAS	ESTRATEGIAS DE AFRONTAMIENTO						TOTAL	
	Eficiente		Regular		Deficiente			
	fi	f%	fi	f%	fi	f%	fi ^o	f%
Leve	20	12.0	10	6.0	0	0.0	30	18.0
Moderado	12	7.2	16	9.5	26	15.6	54	32.3
Severo	0	0.0	24	14.4	59	35.3	83	49.7
TOTAL	32	19.2	50	29.9	85	50.9	167	100.0

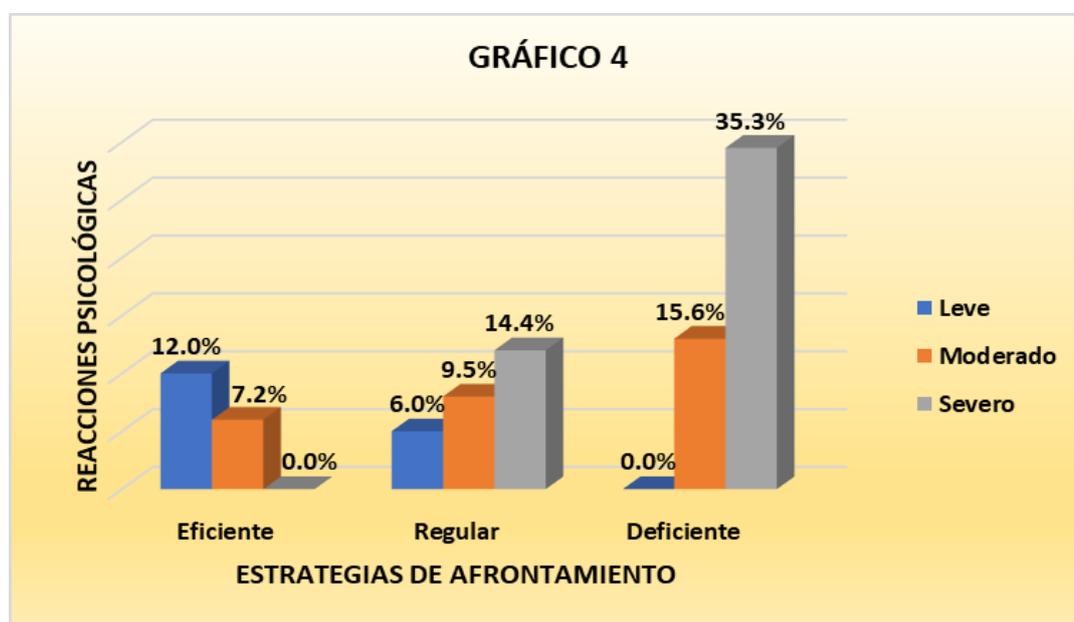


Figura 4. Distribución de porcentaje de la dimensión reacciones psicológicas y estrategias de afrontamiento.

De la tabla 4 y figura 4, de todos los estudiantes del Centro Educativo “José María Arguedas” del Callao: El 49.7% (83) señalan que las reacciones psicológicas son severas, de este porcentaje: 35.3% (59) consideran que las estrategias de afrontamiento son deficientes, 14.4% (24) que las estrategias de afrontamiento es regular y ninguno que las estrategias de afrontamiento son eficientes.

El 32.3% (54) señalan que las reacciones psicológicas son moderadas, de este porcentaje: 15.6% (26) consideran que las estrategias de afrontamiento son deficientes, 9.5% (16) que las estrategias de

afrontamiento es regular y 7.2% (12) que las estrategias de afrontamiento son eficientes. El 18.0% (30) señalan que las reacciones físicas son leves, de este porcentaje: 12.0% (20) consideran que las estrategias de afrontamiento son eficientes, 6.0% (10) que las estrategias de afrontamiento es regular y ninguno que las estrategias de afrontamiento son deficientes

Tabla 5

Reacciones comportamentales y estrategias de afrontamiento en estudiantes del primer grado.

REACCIONES COMPORTAMENTALES	ESTRATEGIAS DE AFRONTAMIENTO						TOTAL	
	Eficiente		Regular		Deficiente			
	fi	f%	fi	f%	fi	f%	fi°	f%
Leve	16	9.6	9	5.4	0	0.0	25	15.0
Moderado	16	9.6	17	10.1	28	16.8	61	36.5
Severo	0	0.0	24	14.4	57	34.1	81	48.5
TOTAL	32	19.2	50	29.9	85	50.9	167	100.0

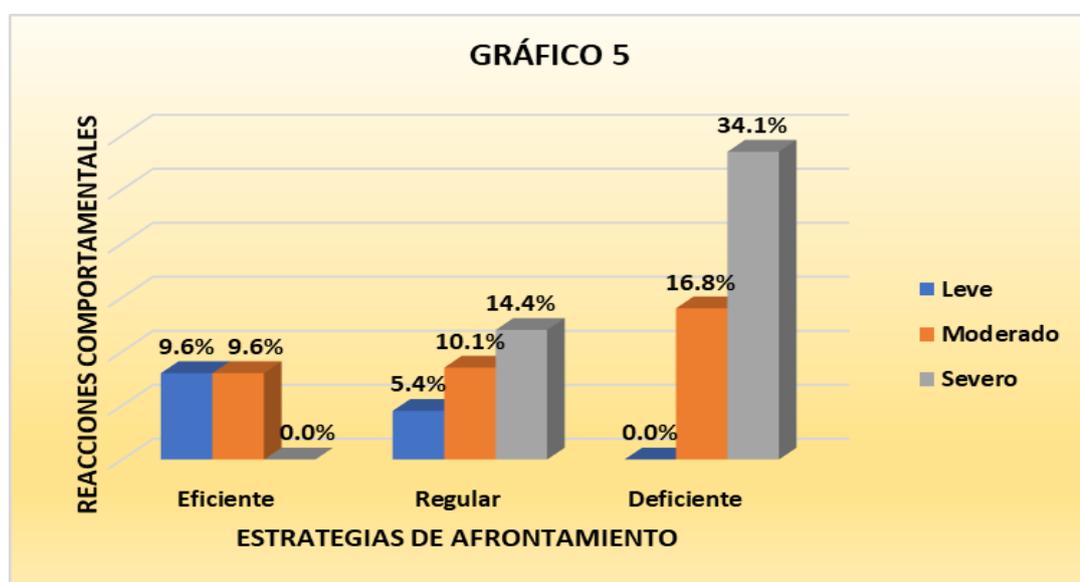


Figura 5. Distribución de porcentaje de la dimensión reacciones comportamentales y estrategias de afrontamiento

De la tabla 5 y figura 5, del 100% de estudiantes del centro educativo “José María Arguedas” del Callao: El 48.5% (81) señalan que las reacciones comportamentales son severas, de este porcentaje: 34.1% (57) consideran que las estrategias de afrontamiento son deficientes, 14.4% (2)4 que las estrategias de afrontamiento es regular y ninguno que las estrategias de afrontamiento son eficientes. El 36.5% (61) señalan que las reacciones comportamentales son moderadas, de este porcentaje: 16.8% (28) consideran que las estrategias de afrontamiento son deficientes, 10.1% (17) que las estrategias de afrontamiento es regular y 9.6% (16) que las estrategias de afrontamiento son eficientes. El 15.0% (25) señalan que las reacciones comportamentales son leves, de este porcentaje: 9.6% (16) consideran que las estrategias de afrontamiento son eficientes, 5.4% (4) que las estrategias de afrontamiento es regular y ninguno que las estrategias de afrontamiento son deficientes.

4.2 Resultados inferenciales

Prueba de normalidad

Tabla 6

Prueba de Normalidad de Kolmogorov-Smirnov

Dimensiones	Z de K-S	Sig. (p)
Estrés académico y estrategias de afrontamiento	,960	,034
Estresores personales y estrategias de afrontamiento	,959	,025
Reacciones físicas académico y estrategias de afrontamiento	,968	,044
Reacciones psicológicas y estrategias de afrontamiento	,960	,034
Reacciones comportamentales y estrategias de afrontamiento	,959	,025

En la tabla 6 se comprueba, de manera categórica y sistematizada, que en los resultados obtenidos cuantitativamente, se observa que el indicador de las puntuaciones en el nivel de significancia son menores a 0.05; de donde se deduce que no es posible aceptar la hipótesis de normalidad y se concluye tácitamente que hay evidencia estadística suficiente para afirmar

que no existe distribución normal en los datos (Prueba de Normalidad de Kolmogorov-Smirnov); por consiguiente para poder medir la relación entre el estrés académico y las estrategias de afrontamiento de debe de utilizar el coeficiente “Rho” de Spearman, esto debido a que las variables son de carácter ordinal.

4.3. Contrastación de hipótesis

Prueba de Hipótesis general

H₀ El estrés académico no se relaciona directamente con las estrategias de afrontamiento en estudiantes del primer grado de secundaria del Centro Educativo 5126 José María Arguedas del Callao, 2021.

H_i El estrés académico se relaciona directamente con las técnicas de afrontamiento en estudiantes del primer grado de secundaria de la del Centro Educativo 5126 José María Arguedas del Callao, 2021.

Tabla 7

Coeficiente de correlación y significación entre las variables estrés académico y estrategias de afrontamiento

Rho de Spearman	
Estrés académico y estrategias de afrontamiento	Coeficiente de correlación ,882
	Sig. (bilateral) ,000
	N 167

En la tabla 7, la significancia bilateral obtenida para el Coeficiente de Correlación “Rho” de Spearman es menor de 0.05; por lo tanto, se rechaza la hipótesis nula ya que, el estrés académico se vincula directamente con las estrategias de afrontamiento en alumnos del primer grado de secundaria de la del Centro Educativo 5126 José María Arguedas del Callao, 2021 (Rho = ,882; Sig. (bilateral) = ,000 < 0,05).

Prueba de Hipótesis específicas

Primera Hipótesis específica

H₀ Los estresores personales no se relacionan directamente con las Los estresores personales se relacionan directamente con las estrategias de afrontamiento en estudiantes estrategias de afrontamiento en estudiantes del primer grado de secundaria del Centro Educativo 5126 José María Arguedas del Callao.

H_i Los estresores personales se relacionan directamente con las Los estresores personales se relacionan directamente con las estrategias de afrontamiento en estudiantes estrategias de afrontamiento en estudiantes del primer grado de secundaria del Centro Educativo 5126 José María Arguedas del Callao.

Tabla 8

Coeficiente de correlación entre la dimensión Estresores personales y Estrategias de afrontamiento.

Rho de Spearman		
Estresores personales y estrategias de afrontamiento	Coeficiente de correlación	,864
	Sig. (bilateral)	,000
	N	167

Nota. Base de datos de 167 estudiantes

En la tabla 8, la significancia bilateral obtenida para el Coeficiente de Correlación “Rho” de Spearman es menor que 0.05; por consiguiente, se rechaza la hipótesis nula debido a que hay evidencian estadística suficiente para afirmar que los estresores personales se relacionan directamente con las estrategias de afrontamiento en estudiantes del primer grado de secundaria del Centro Educativo 5126 José María Arguedas del Callao, 2021 (Rho = ,864; Sig. (bilateral) = ,000 < 0,05).

Segunda Hipótesis específica

H₀ Las reacciones físicas no se relacionan directamente con las estrategias de afrontamiento en estudiantes del primer grado de secundaria del Centro Educativo 5126 José María Arguedas del Callao.

H_i Las reacciones físicas se relacionan directamente con las estrategias de afrontamiento en estudiantes del primer grado de secundaria del Centro Educativo 5126 José María Arguedas del Callao.

Tabla 9

Coeficiente de correlación entre la dimensión reacciones físicas y Estrategias de afrontamiento.

Rho de Spearman		
Reacciones físicas y estrategias de afrontamiento	Coeficiente de correlación	,858
	Sig. (bilateral)	,000
	N	167

En la tabla 9, la significancia bilateral asociada al Coeficiente de Correlación “Rho” de Spearman es menor del 0.05; por consiguiente, se rechaza la hipótesis nula debido a que las reacciones físicas se relacionan directamente con las estrategias de afrontamiento en estudiantes del primer grado de secundaria del Centro Educativo 5126 José María Arguedas del Callao, 2021 (Rho = ,858; Sig. (bilateral) = ,000 < 0,05).

Tercera Hipótesis específica

H_o Las reacciones psicológicas no se relacionan directamente con las estrategias de afrontamiento en estudiantes del primer grado de secundaria del Centro Educativo 5126 José María Arguedas del Callao.

H_i Las reacciones psicológicas se relacionan directamente con las estrategias de afrontamiento en estudiantes del primer grado de secundaria del Centro Educativo 5126 José María Arguedas del Callao.

Tabla 10

Coeficiente de correlación entre la dimensión reacciones psicológicas y Estrategias de afrontamiento.

Rho de Spearman		
Reacciones psicológicas y estrategias de afrontamiento	Coeficiente de correlación	,870
	Sig. (bilateral)	,000
	N	167

En la tabla 10, la significancia bilateral obtenida para el Coeficiente de Correlación “Rho” de Spearman es menor que 0.05; por consiguiente, se rechaza la hipótesis nula porque las reacciones psicológicas se relacionan directamente con las estrategias de afrontamiento en estudiantes del primer grado de secundaria del Centro Educativo 5126 José María Arguedas del Callao, 2021 (Rho = ,870; Sig. (bilateral) = ,000 < 0,05).

Cuarta Hipótesis específica

H₀ Las reacciones comportamentales no se relacionan directamente con las estrategias de afrontamiento en estudiantes del primer grado de secundaria del Centro Educativo 5126 José María Arguedas del Callao.

H_i Las reacciones comportamentales se relacionan directamente con las estrategias de afrontamiento en estudiantes del primer grado de secundaria del Centro Educativo 5126 José María Arguedas del Callao.

Tabla 11

Coeficiente de correlación entre la dimensión reacciones comportamentales y Estrategias de afrontamiento.

Rho de Spearman		
Reacciones comportamentales y estrategias de afrontamiento	Coeficiente de correlación	,856
	Sig. (bilateral)	,000
	N	167

Nota. Base de datos de 167 estudiantes

En la tabla 11, la significancia bilateral obtenida para el Coeficiente de Correlación “Rho” de Spearman es menor que 0.05; por consiguiente, se rechaza la hipótesis nula porque las reacciones comportamentales se relacionan directamente con las estrategias de afrontamiento en estudiantes del primer grado de secundaria del Centro Educativo 5126 José María Arguedas del Callao, 2021 (Rho = ,856; Sig. (bilateral) = ,000 < 0,05).

V. DISCUSIÓN

Tras el análisis de los resultados obtenidos, se puede afirmar que los estudios relacionados al estrés académico determinan que en el mundo uno de cada cuatro personas está afectada de algún problema grave de estrés y el problema se agrava en las ciudades, donde el indicador mencionado es el 50%, es decir la mitad de la población tiene un problema de salud mental de este tipo. El estrés como factor epidemiológico, se considera grave debido a que es un importante generador de patologías diversas.

El estrés es un factor que se encuentra en todos los medios y circunstancias de la vida cotidiana incluyendo al entorno educativo, que nuestro objetivo de discusión, pues todos los actores de este medio han evidenciado que es necesario verificar las implicancias que tiene sobre el desempeño académico de los estudiantes. Tomando como base las investigaciones que anteceden al presente estudio, se logra percibir que los resultados obtenidos en la mayoría de los trabajos académicos confirman que existe una relación entre el estrés académico y las estrategias de afrontamiento.

La hipótesis general determina que el estrés académico se relaciona directamente con las estrategias de enfrentamiento al estrés en escolares del primero de secundaria del Centro Educativo 5126 José María Arguedas del Callao, 2021, pues hemos obtenido un RHO de Spearman de 0.882 con una significancia de 0.00. El resultado concuerda con la investigación de Alva (2020), que concluye que el 52.8% de los individuos presenta un nivel bajo de estrés académico, los que alcanzan un nivel medio de este fenómeno solo son el 8.2% y el mayor nivel el 39%.

Asimismo, se evidenció que la técnica de afrontamiento de mayor uso por los estudiantes universitarios, de las carreras de Nutrición (56.3%) y Psicología (55.8%), es su capacidad asertiva, también este mismo estudio, el trabajo Alva, a nivel inferencial obtiene un Rho de Spearman de 0.885 y una significancia de 0.01 cuando relaciona las estrategias de afrontamiento más habituales con los diversos niveles de estrés.

La primera hipótesis específica establece que los estresores personales se relacionan directamente con las técnicas en alumnos del primer grado de secundaria del Centro Educativo 5126 José María Arguedas del Callao 2021; pues hemos obtenido un RHO de Spearman de 0.884 con una significancia de 0.00, lo cual evidencia nuestra primera hipótesis, esta conclusión concuerda con la de Uceda (2020), quien identificó tres estresores académicos más relevantes identificados por alumnos, estos son las deficientes metodologías utilizadas por los maestros, exámenes e intervenciones públicas y el tercer estresor la sobrecarga de tareas, de estos tres mencionados en el estudio se observó que los alumnos consideraban como el mayor estresor de su vida académica a las malas metodologías empleadas por los profesores.

La segunda hipótesis específica sostiene que las reacciones físicas se relacionan directamente con las estrategias en escolares del primer grado de secundaria del Centro Educativo 5126 José María Arguedas del Callao 2021; pues hemos obtenido un RHO de Spearman de 0.858 con una significancia de 0.00, lo cual evidencia nuestra segunda hipótesis, esta conclusión concuerda con la de Castaño y León (2017), quienes sustentan que el estrés es causante de una gran diversidad de síntomas físicos y emocionales, los cuales muchas veces no son atribuibles a este estado emocional.

La tercera hipótesis específica sustenta que las reacciones psicológicas se relacionan directamente con las técnicas de manejo de estrés en estudiantes del primer grado de secundaria del Centro Educativo José María Arguedas 5126 del Callao 2021; pues hemos obtenido un RHO de Spearman de 0.870 con una significancia de 0.00, lo cual evidencia nuestra tercera hipótesis, esta conclusión concuerda con la de Cabanach (2017), que sostiene que el estrés es causante de un desequilibrio interno, el cual afecta el funcionamiento psicológico y fisiológico y la respuesta que cada individuo da genera afecciones directas a su conducta. Podemos mencionar, en esta línea a Morales y García (2017), los que definen estas técnicas de manejo de estrés, considerando que son conductas generadas en respuesta ante un estresor, el cual puede ser una situación considerada un problema para la persona, por lo que, cualquiera de las técnicas de afrontamiento

que utiliza la persona frente a un estresor o situación estresante, serán diferentes. Cabe mencionar que es muy importante afrontar una situación estresante de manera efectiva en todos los campos de la vida de una persona (social, familiar, educativo etc.).

Asimismo, Gutiérrez y Amador (2016), manifiestan sobre el estrés académico que es una consecuencia específica que se desarrolla en respuesta a diversos cambios que presenta el individuo; por tanto se puede considerar que es un cambio sistémico que presentan los individuos a consecuencia de un estresor; manifiestan que esto producirá una reacción emocional, física y una conducta los cuales son las respuestas a los estresores y por ende las estrategia que cada individuo presenta para enfrentar al estrés.

La cuarta hipótesis específica fundamenta que las reacciones comportamentales se relacionan directamente con las estrategias de afrontamiento en estudiantes de primero de secundaria del Centro Educativo José María Arguedas 5126 del Callao; pues hemos obtenido un RHO de Spearman de 0.856 con una significancia de 0.00, lo cual evidencia nuestra cuarta hipótesis, esta conclusión concuerda con la de Dueñas (2017), quien señala que los síntomas del estrés académico comúnmente están acompañado de trastornos del comportamiento, que buscan enmascarar y confundir la situación estresante. En la misma línea Morales y Trianes (2012), mencionados por Morales y García, consideran que, frente al estrés, las técnicas de afrontamiento son respuestas a un problema que la persona enfrenta, afirmando así que las estrategias que utilice la persona serán diferentes a las de otras personas. En consecuencia, podemos afirmar que el tipo de afrontamiento que utilice la persona determinara el buen manejo del estrés, hecho que se manifestara en la adaptación y resolución del problema estresante.

Por otro lado, se puede mencionar que se encuentra una diferencia con lo investigado por Puente (2017), el autor manifiesta que existen tres cambios mayores que producen estrés, pero que no se pueden controlar y que se presentan naturalmente, este tipo de estrés son los producidos por la violencia en las calles,

los desastres naturales y enfermedad o muerte de un familiar; eventos que para Puente (2017), generan un tipo de estrés prolongado. Sin embargo, se puede afirmar que los estresores que se presentan a diario, como en el caso de los estresores académicos, son factores que irritan fácilmente, aunque estas experiencias producen traumas menores, pero al ser mucho más constantes se puede afirmar que son mucho más perjudiciales para la salud integral de una persona, en este caso de estudiantes de primero de secundaria. Además, se puede también mencionar que el afrontamiento es una respuesta inherente a la persona, el cual va a determinar que la respuesta constituya un éxito o un fracaso.

Por otra parte un aspecto muy importante que otros autores no han mencionado, Martínez y Díaz (2017) lo hacen notar señalando que uno de los factores estresantes más importantes son los diversos requerimientos de la modernidad, que exige la exhibición de resultados sin importar las consecuencias sobre la calidad de vida de las personas, lo cual implica un deterioro de la salud física y mental, de esto podemos deducir que cualquier individuo necesita aprender a prevenir, controlar y mitigar los efectos del estrés, para lo cual debe poner en práctica las acciones más adecuadas con la finalidad de lograr este objetivo y poder disfrutar de un estilo de vida más sano y equilibrado.

Por otra parte Oblitas (2016) define el estrés desde diferentes puntos de vista, señala que hay enfoques fisiológicos y bioquímicos, los cuales se enfocan en las respuestas orgánicas frente a este fenómeno, por otra parte los enfoques psicosociales enfatizan factores externos al individuo, es decir en eventos ajenos al individuo mismo, los enfoques cognitivos sostiene que el estrés surge como resultado de la evaluación cognitiva que el individuo hace ámbito interno como externo y por último señala la existencia de enfoques más integradores, que conceptualizan el fenómeno como una convergencia de muchas variables de manera simultánea.

Coincidiendo con la visión integradora Navas (2016) considera que el estrés no es algo que solo depende de la persona o el ambiente, tampoco es un estímulo, respuesta sino que este es un fenómeno que enmarca claramente la relación dinámica que existe entre estos dos factores, por lo cual concluye que la persona

no es una víctima pasiva del estrés y que las consecuencias de este dependen de la forma en que las personas interpretan los acontecimientos y la manera en que valoran sus propios recursos, dependiendo entonces de como una persona piense, y sienta y en conjunción con los sentimientos e imágenes que tengan al respecto a un problema o evento, puede verse en la necesidad de crear, aumentar, mantener o disminuir la respuesta de él.

Por su parte Arellano (2002) afirma que el estrés tiene como característica una respuesta subjetiva como respuesta ante un evento o situación de estrés. En conclusión, el estrés es un componente común y natural de nuestros quehaceres de vida, se presenta como una reacción ante diferentes situaciones. Es una reacción evolutiva que se manifiesta en la percepción de falta de control y alerta a nuestro organismo para enfrentarse a dichas situaciones complicadas y peligrosas.

VI. CONCLUSIONES

Primera

El estrés académico se relaciona directamente con las estrategias de afrontamiento en estudiantes del primer grado de secundaria del Centro Educativo 5126 José María Arguedas del Callao, 2021 ($p < 0,05$); estableciéndose una correlación positiva según el Coeficiente de Correlación de Spearman ($r = ,882$) interpretándose a mayor estrés académico, habrá mayor probabilidad de no hacer buen uso de las estrategias de afrontamiento (Ver tabla 1).

Segunda

Los estresores personales se relacionan directamente con las estrategias de afrontamiento en estudiantes del primer grado de secundaria del Centro Educativo José María Arguedas 5126 del Callao ($p < 0,05$); estableciéndose una correlación positiva según el Coeficiente de Correlación de Spearman ($r = ,882$) determina que sí los estresores personales son severos, las estrategias de afrontamiento son deficientes. (Ver tabla 2).

Tercera

Las reacciones físicas se relacionan directamente con las estrategias de afrontamiento en estudiantes del primer grado de secundaria del Centro Educativo José María Arguedas 5126 del Callao ($p < 0,05$); estableciéndose una correlación positiva según el Coeficiente de Correlación de Spearman ($r = ,882$) que establece: sí las reacciones físicas son severas las estrategias de afrontamiento son deficientes. (Ver tabla 3).

Cuarta

Las reacciones psicológicas se relacionan directamente con las estrategias de afrontamiento en estudiantes del primer grado de secundaria del Centro Educativo José María Arguedas 5126 del Callao ($p < 0,05$); estableciéndose una correlación positiva según el Coeficiente de Correlación de Spearman ($r =$

,882) establece que sí las reacciones psicológicas son severas las estrategias de afrontamiento son deficientes. (Ver tabla 4).

Quinta

Las reacciones comportamentales se relacionan directamente con las estrategias de afrontamiento en estudiantes del primer grado de secundaria del Centro Educativo José María Arguedas 5126 del Callao ($p < 0,05$); estableciéndose una correlación positiva según el Coeficiente de Correlación de Spearman ($r = ,882$) que establece: sí las reacciones comportamentales son severas las estrategias de afrontamiento son deficientes. (Ver tabla 5).

VII. RECOMENDACIONES

Primera

Al Ministerio de Educación, crear en cada Centro Educativo un área de asistencia psicológica, para fortalecer la salud mental de la comunidad educativa porque nuestro estudio evidencia una relación directa entre el estrés y sus factores con las estrategias de afrontamiento y manejo del estrés, las cuales pueden ser impartidas dentro del modelo educativo.

Segunda

A la Dirección Regional de Educación del Callao y unidades de gestión educativa local (UGEL), promover eventos académicos que permitan a los directivos, docentes y estudiantes mejorar su salud mental, porque si las estrategias de afrontamiento de los docentes mejoran su nivel de estrés disminuiría y su relación con el educando sería mejor.

Tercera

A las directivos y docentes del Centro Educativo José María Arguedas 5126 del Callao, generar estrategias educativas que permitan a los estudiantes no tener que afrontar cuadros severos de estrés.

Cuarta

A los padres de familia, acudir periódicamente a los centros de salud pública para recibir terapias psicológicas familiares que generen una buena salud mental.

Quinta

A los estudiantes del Centro Educativo José María Arguedas 5126 del Callao, practicar actividades deportivas, musicales o recreativas, para disminuir los cuadros del estrés académico.

REFERENCIAS

- Acosta, J. (2016). *Gestión del estrés*. España: Bresca.
- Aguirre, M. (2017). Resiliencia y estrategias de afrontamiento en estudiantes del nivel secundario de una Centro Educativo pública de Trujillo. Trujillo.
- Alva, A. (2020). “*Nivel de estrés académico y estrategias de afrontamiento en estudiantes de psicología y nutrición de un centro de formación superior privada de Lima Norte*”. En Tesis. Lima Universidad Privada del Norte.
- Barraza, A. (2017). *Estrés académico*. México: Universidad Pedagógica de Durango.
- Barrera. S. (2016). *Fundamentos de la Investigación Científica*. México: UAEH.
- Bonilla L. M. (2019). Para iniciarse en la investigación científica. Trujillo: UPAO.
- Cabanach, R. (2017). *Estresores académicos percibidos por estudiantes Universitarios*. España: Universidad de Coruña.
- Caipo, G.; Villar, T. (2015). Relación entre los estilos de afrontamiento y rasgos de personalidad en adolescentes de la I. E. Andrés Avelino Cáceres de Cajamarca. Cajamarca: Universidad Antonio Guillermo Urrelo.
- Cano, H. (2017). “*Estrategias de afrontamiento al estrés escolar de adolescentes de Educación Secundaria Media, 2017*”. En Tesis. Chile: Universidad de Chile.
- Carrasco, S. (2019). Metodología de la Investigación Científica. Pautas metodológicas para diseñar y elaborar el proyecto de investigación. Lima: San Marcos.
- Cassaretto, M., Chau, C., Oblitas, H. & Valdez, N. (2016). *Estrés y afrontamiento en estudiantes de Psicología*. México: McGraw-Hill.
- Castagnetta, O. (2018). *Estrategias de afrontamiento: ¿qué son y cómo pueden ayudarnos?* España: Universidad Autónoma de Barcelona.
- Castaño, E. y León, B. (2016). *Estrategias de afrontamiento del estrés y estilos de conducta interpersonal*. España: TEA.
- Cerezal, J. y Fiallo, J. (2016). *Cómo investigar en pedagogía*. Cuba: Editorial Pueblo y Educación.

- Compas, B.; Mallaren, V. & Fondacaro, K. (2016). *Afrontar eventos estresantes en niños y adolescentes*. México: McGraw-Hill.
- Condorimay, M. L. y Quiro, Y. (2020). *“Estrés y estrategias de afrontamiento en estudiantes de 1ro a 5to. Grado de secundaria de una Centro Educativo estatal de Juliaca, 2019* En Tesis. Lima: Universidad Peruana Unión.
- Córdova, I. (2019). *El proyecto de investigación cuantitativa*. Lima: San Marcos.
- Dueñas (2017). *“Estrés académico y estrategias de afrontamiento en estudiantes de la Universidad Nacional del Altiplano Puno”*. En Tesis. Puno: Universidad Nacional del Altiplano.
- Escajadillo, A. (2019). Estrés académico y hábitos de estudio en estudiantes de cuarto año de secundaria de la Centro Educativo 2095 Herman Busse de la Guerra - Los Olivos, 2018. Tesis de Maestría, Universidad Cesar Vallejo, Escuela de Posgrado. Obtenido de http://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/31690/Escajadillo_PAV.pdf?sequence=1
- Gestión (2018). Universidades enseñan a estudiantes a combatir el stress. Obtenido de American College Health Association: <https://gestion.pe/tendencias/universidades-ensenan-estudiantes-combatirstress-263400-noticia/>
- Gutierrez, K. (2018). Estrategias de afrontamiento en adolescentes de quinto de secundaria de Lima Metropolitana. Lima: Universidad Ricardo Palma.
- Fernández De Castro, J. F.; Luévano, E. (2018). Influencia del estrés académico sobre el rendimiento escolar en Educación media superior. Revista Panamericana de Pedagogía: Saberes y quehaceres del Pedagogo 26, 97–117. Recuperado de <https://n9.cl/c9tbz>
- Eraña, I. (2018). *“Técnicas de afrontamiento para escolares de educación media municipal de Guatemala”*. En Tesis Guatemala: Universidad Rafael Landivar.
- Frydemberg, E.; Lewis, R. (2015). ACS: *Escalas de afrontamiento para adolescentes*. España: TEA.
- Fernández de Castro, J.; Luévano Flores, E. (2018). Influencia del estrés académico sobre el rendimiento escolar en Educación media superior. Revista

Panamericana de Pedagogía: Saberes y quehaceres del Pedagogo, 26, 97–117. Recuperado de <https://n9.cl/c9tbz>

Gutiérrez, A.; Amador Murguía, E. (2016). Estudio del estrés en el ámbito académico para la mejora del rendimiento estudiantil. QUIPUKAMAYOC Revista de la Facultad de Ciencias Contables, 24(45). Obtenido de: <https://webcache.googleusercontent.com/search?q=cache:SMgiyDZ84Y4https://revistasinvestigacion.unmsm.edu.pe/index.php/quipu/article/download/12457/11150/+&cd=5&hl=es-419&ct=clnk&gl=pe>

García, F.; Muñoz, J. (2016). *El estrés académico: problemas y soluciones desde una perspectiva psicosocial*. España. Editorial Kairós

García, K. (2019). “Estrés y estrategias de afrontamiento en escolares de Educación Secundaria Obligatoria de San Agustín”. En Tesis. España: Universidad de Sevilla.

Gómez, S. (2018). *Metodología de la investigación*. México: Editora Red Tercer Milenio.

Gonzales, E. (2016). “Estrés académico y estrategias de afrontamiento en estudiantes de 1.º y 5.º grado de secundaria de una Centro Educativo estatal de Lima Este, 2015”. En Tesis. Lima: Universidad Peruana Unión.

González, M. (2016). *Manejo del Estrés*. España: Inova.

Gutiérrez, F. (2017). *Glosario Pedagógico*. Bolivia: Gráfica Gonzáles.

Herrera, C. (2017). “Niveles de estrés y estrategias de afrontamiento en los estudiantes de Educación Media de Medellín”. En Tesis. Colombia: Universidad de Antioquía.

Infante, V. (2017). *Metodología de la Investigación Pedagógica*. Cuba: Ciencia y Cultura Popular.

La Fuente, D. (2017). *Métodos y Técnicas de la Investigación Científica*. Cuba: Ciencia y cultura Popular.

Lazarus R.; y Folkman S. (2015). *Estrés y procesos cognitivos*. España: Martínez Roca.

Mendiola, J. (2016). *Manejo del estrés académico en estudiantes*. México: Fondo de Cultura Económica.

- Naranjo, M. (2016). *Estrés Académico*. España: Editorial UDEMA S. A.
- Neyra (2020). "*Gestión de convivencia escolar y estrés académico en estudiantes de la ciudad de Pucallpa, 2020*". En Tesis. Pucallpa: Universidad Católica los Ángeles Chimbote.
- OMS (2018). Salud en la adolescencia: datos poblacionales. Suiza: Organización Mundial de la Salud.
- Orihuela, S. (2015) Bienestar y afrontamiento en adolescentes participantes de un programa de empoderamiento juvenil. Lima: Tesis de Licenciatura, Pontificia Universidad Católica del Perú. Recuperado de <http://tesis.pucp.edu.pe/repositorio/handle/20.500.12404/6551>
- Quito Calle, J.; Tamayo, M.; Buñay, D. P.; Neira, O. (2017). Estrés académico en estudiantes de tercero de Bachillerato de Unidades Educativas Particulares del Ecuador. *Revista Electrónica de Psicología Iztacala*, 253- 276.
- Russek, S. (2016). *Crecimiento y bienestar emocional*. España: ARECES.
- Salotti, P. (2016). "*Estudio sobre estrategias de afrontamiento y bienestar psicológico en una muestra de adolescentes de Buenos Aires*". En Tesis. Argentina: Universidad de Belgrano.
- Salotti, P. (2017). "*Estudio sobre estrategias de afrontamiento y bienestar psicológico en una muestra de adolescentes de Buenos Aires*". En Tesis. Argentina: Universidad de Belgrano.
- San Juan, P.; Ávila, M. (2016) Afrontamiento y motivación como predictores del bienestar subjetivo y psicológico. *Revista de Psicopatología y Psicología Clínica*, 21(1), 1-10 Recuperado de <http://revistas.uned.es/index.php/RPPC/article/view/15401>
- Uceda, J (2020). "*Nivel de estrés académico y afrontamiento en estudiantes del tercer grado del nivel secundario de la Centro educativa "San Ramón" - Cajamarca 2017*". En Tesis. Cajamarca: Universidad Privada Antonio Guillermo Urrelo.
- Uribe, A.; Ramos, I.; Villamil Benítez, I.; Palacio, J. (2018). La importancia de las estrategias de afrontamiento en el bienestar psicológico en una muestra escolarizada de adolescentes. *Psicogente*, 21(40). Obtenido de <http://revistas.unisimon.edu.co/index.php/psicogente/article/view/3082>

- Valderrama, S. (2015). Pasos para elaborar proyectos de investigación científica. Cuantitativa, cualitativa y mixta. Lima: San Marcos.
- Vásquez Aguirre, S. (2016). Resiliencia y estrategias de afrontamiento en estudiantes del nivel secundario de una Centro educativa pública de Trujillo. Trujillo.
- Zamora, J. (2018). Estudio del nivel de estrés académico y estrategias de afrontamiento en estudiantes del tercer año de bachillerato de una unidad educativa particular religioso. Tesis de Maestría, Universidad del Azuay, Escuela de Psicología. Obtenido de <http://dspace.uazuay.edu.ec/handle/datos/8012>
- Zea, M. N. (2021). *“Estrés académico en tiempos de pandemia en estudiantes de secundaria de una institución educativa pública del distrito de Cocachacra Arequipa”*. En Tesis. Lima: Universidad Nacional San Agustín de Arequipa.

ANEXOS

ANEXO 1

MATRIZ DE CONSISTENCIA

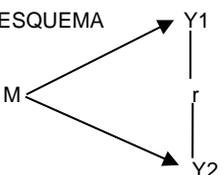
TÍTULO: ESTRÉS ACADÉMICO Y ESTRATEGIAS DE AFRONTAMIENTO EN ESTUDIANTES DEL PRIMER GRADO DE SECUNDARIA EN UN COLEGIO PÚBLICO DEL CALLAO, 2021.

RESPONSABLE: Br. VICTORIA SIFUENTES BUSTILLOS

PROBLEMA	OBJETIVOS	HIPÓTESIS	VARIABLES E INDICADORES			
<p>GENERAL ¿De qué manera el estrés académico se relaciona con las estrategias de afrontamiento en estudiantes del primer grado de secundaria de la Institución Educativa 5126 José María Arguedas del Callao, 2021?</p> <p>ESPECÍFICOS ¿De qué manera los estresores personales se relacionan con las estrategias de afrontamiento en estudiantes del primer grado de secundaria en un colegio público del Callao?</p> <p>¿De qué manera las reacciones físicas se relacionan con las estrategias de afrontamiento en estudiantes del primer grado de secundaria de la</p>	<p>GENERAL Determinar la relación que existe entre el estrés académico y las estrategias de afrontamiento en estudiantes del primer grado de secundaria de la Institución Educativa José María Arguedas 5126 del Callao, 2021.</p> <p>ESPECÍFICOS Determinar la relación que existe entre los estresores personales y las estrategias de afrontamiento en estudiantes del primer grado de secundaria en un colegio público del Callao.</p> <p>Determinar la relación que existe entre las reacciones físicas y las estrategias de afrontamiento en estudiantes del primer grado de secundaria de la Institución</p>	<p>GENERAL El estrés académico se relaciona directamente con las estrategias de afrontamiento en estudiantes del primer grado de secundaria de la Institución Educativa José María Arguedas 5126 del Callao, 2021.</p> <p>ESPECÍFICOS Los estresores personales se relacionan directamente con las estrategias de afrontamiento en estudiantes del primer grado de secundaria en un colegio público del Callao.</p> <p>Las reacciones físicas se relacionan directamente con las estrategias de afrontamiento en estudiantes del primer grado de secundaria de la Institución Educativa José</p>	Variable Independiente: Estrés Académico			
			Dimensiones	Ítems	Escalas valores	Niveles o rangos
			- Estresores personales	1,2,3,4,5.	ORDINAL Sí = 2 A veces = 1 No = 0	LEVE
			- Reacciones físicas	6,7,8,9,10.		MODERADO
- Reacciones psicológicas	11,12,13,14,15.	SEVERO				
- Reacciones comportamentales	16,17,18,19,20					

<p>Institución Educativa José María Arguedas 5126 del Callao?</p> <p>¿De qué manera las reacciones psicológicas se relacionan con las estrategias de afrontamiento en estudiantes del primer grado de secundaria de la Institución Educativa José María Arguedas 5126 del Callao?.</p> <p>¿De qué manera las reacciones comportamentales se relacionan con las estrategias de afrontamiento en estudiantes del primer grado de secundaria de la Institución Educativa José María Arguedas 5126 del Callao?.</p>	<p>Educativa José María Arguedas 5126 del Callao.</p> <p>Determinar la relación que existe entre las reacciones psicológicas y las estrategias de afrontamiento en estudiantes del primer grado de secundaria de la Institución Educativa José María Arguedas 5126 del Callao.</p> <p>Determinar la relación que existe entre las reacciones comportamentales y las estrategias de afrontamiento en estudiantes del primer grado de secundaria de la Institución Educativa José María Arguedas 5126 del Callao.</p>	<p>María Arguedas 5126 del Callao.</p> <p>Las reacciones psicológicas se relacionan directamente con las estrategias de afrontamiento en estudiantes del primer grado de secundaria de la Institución Educativa José María Arguedas 5126 del Callao.</p> <p>Las reacciones comportamentales se relacionan directamente con las estrategias de afrontamiento en estudiantes del primer grado de secundaria de la Institución Educativa José María Arguedas 5126 del Callao</p>				
---	---	---	--	--	--	--

			VARIABLES E INDICADORES	
			Variable Dependiente: Estrategias de Afrontamiento	
			Dimensiones	Ítems
			Escalas valores	Niveles o rangos
			- Pensamiento desiderativo	1,2,3,4,5.
			- Expresión emocional	6,7,8,9,10.
			- Resolución de problemas	11,12,13,14,15.
			- Retirada social.	16,17,18,19,20
				Ordinal
				Sí = 2
				A veces = 1
				No = 0
				EFICIENTE
				REGULAR
				DEFICIENTE

TIPO Y DISEÑO DE INVESTIGACIÓN	POBLACIÓN Y MUESTRA	TÉCNICAS E INSTRUMENTOS	ESTADÍSTICA DESCRIPTIVA E INFERENCIAL
ENFOQUE: Cuantitativo TIPO: Básica NIVEL: Correlacional DISEÑO: No experimental ESQUEMA 	POBLACIÓN: - 296 estudiantes del nivel secundario de la Institución Educativa José María Arguedas 5126 del Callao. MUESTRA - 167 estudiantes del nivel secundario de la Institución Educativa José María Arguedas 5126 del Callao.	TÉCNICA: Encuesta INSTRUMENTO: Cuestionario ANÁLISIS DE DATOS - Análisis estadístico	DESCRIPTIVA: - Tablas de frecuencia - Figuras estadísticas INFERENCIAL: Para la prueba de Hipótesis se realizarán los cálculos estadísticos necesarios mediante las fórmulas de Correlación de Spearman: $r_s = 1 - \frac{6 \sum d^2}{n(n^2 - 1)}$ Dónde: r_s = Coeficiente de correlación por rangos de Spearman d = Diferencia entre los rangos (X menos Y) n = Número de datos

MATRIZ DE OPERACIONALIZACIÓN DE VARIABLES

VARIABLE	DEFINICIÓN CONCEPTUAL	DEFINICIÓN OPERACIONAL	DIMENSIÓN	INDICADOR	ITEMS	ÍNDICE DE MEDICIÓN
Estrés académico	Se basa en las demandas, conflictos, acciones y hechos de la vida académica que desencadenan el estrés en los estudiantes y que afectan nocivamente la salud, el bienestar y el mismo rendimiento académico (García y Muñoz, 2016).	En el acopio de los datos se aplicará el cuestionario para estudiantes.	Estresores personales	Aspecto cognitivo.	1, 2,	Ordinal Sí = 2 A veces = 1 No = 0
				Aspecto conductual.	3,	
				Aspecto demográfico.	4, 5,	
			Reacciones físicas	Trastornos del sueño	6, 7,	
				Problemas de digestión.	8, 9,	
				Problemas de concentración.	10,	
			Reacciones psicológicas	Tendencia a discutir.	11, 12,	
				Pensamientos catastróficos.	13,	
				Sentimientos de depresión.	14, 15,	
			Reacciones comportamentales	Aislamiento de los demás.	16,	
Desgano para realizar labores académicas.	17, 18					
Ausencias en las clases.	19, 20.					

VARIABLE	DEFINICIÓN CONCEPTUAL	DEFINICIÓN OPERACIONAL	DIMENSIÓN	INDICADOR	ITEMS	ÍNDICE DE MEDICIÓN
Estrategias de afrontamiento	Conjunto de estrategias cognitivas y conductuales que la persona utiliza para gestionar demandas internas o externas que sean percibidas como excesivas para los recursos del individuo (Lazarus y Folkman 2015).	En el recojo de los datos se empleará la ficha de cuestionario para estudiantes.	Pensamiento desiderativo	Formación de creencias	1, 2,	Ordinal Sí = 2 A veces = 1 No = 0
				Toma de decisiones	3,	
				Uso de la racionalidad	4, 5,	
			Expresión emocional	Expresar las emociones	6, 7,	
				Habilidad para comprender	8, 9,	
				Estado emocional interno	10,	
			Resolución de problemas	Solución de problemas	11, 12,	
				Agilidad para resolver problemas	13,	
				Eficacia para actuar de forma proactiva	14, 15,	
			Retirada social	Hecho de aislarse	16,	
Personalidad de evitación	17, 18					
Ansiedad social	19, 20.					

ANEXO 2

DETERMINACIÓN DEL TAMAÑO DE LA MUESTRA

$$n = \frac{Z^2 N pq}{Z^2 pq + NE^2}$$

Remplazando valores:

$$n = \frac{(1.96)^2 (296) (0.25)}{(1.96)^2 (0.25) + (296) (0.0025)}$$

$$n = \frac{(3.8416) (74)}{0.9604 + 0.74}$$

$$n = \frac{284.27}{1.70} = 167.21$$

Donde:

n = 167

N = Población

Z = Nivel de confianza al 95 % (1.96)

p = Proporción de aciertos al 50% (0.5)

q = 1 - p (0.5) al 5%

E= Error muestral (0.05)

ANEXO 3

CUESTIONARIO SOBRE ESTRÉS ACADÉMICO

Instructivo. Estimado (a) estudiante, suplico a UD. marcar con una X la respuesta que su persona considere correcta; su opinión será válida para concretizar el trabajo de investigación: *“Estrés académico y estrategias de afrontamiento en estudiantes del primer grado de secundaria en un colegio público del Callao, 2021”*.

ESTRÉS ACADÉMICO				
Nº	ESTRESORES PERSONALES	Sí	A veces	No
1	Cumplo con mis quehaceres educativos solo por obligación.			
2	Siento que toda actividad académica requiere de mucha responsabilidad.			
3	Tengo cierto temor a los exámenes que realizan los profesores.			
4	Considero que las horas de trabajo son excesivas por la aglomeración de tareas.			
5	Creo que las tareas educativas que realizo son cansadas y complejas.			
REACCIONES FÍSICAS				
6	Cuando no concluyo con mis labores académicas no puedo conciliar el sueño.			
7	Con solo pensar en la complejidad de un examen me ocasiona insomnio.			
8	Por más esfuerzo que hago para estudiar, no logro una buena concentración.			
9	Siento que las clases de algunos docentes son aburridas y dan sueño.			
10	Cuando dificulto con mis estudios me desespero y pierdo el apetito.			
REACCIONES PSICOLÓGICAS				
11	Todo me enfada y entro en conflictos permanentes con mis pares.			
12	Discuto con un docente cuando contraria mis ideas.			
13	Me parece que en la vida existen cosas más importantes que el estudio.			
14	Siento por momentos perder todo interés por el estudio.			
15	A menudo me siento triste y con ganas de llorar sin motivo alguno.			
REACCIONES COMPORAMENTALES				
16	Prefiero estar solo y hacer mis cosas individualmente.			
17	No permito que otras personas se inmiscuyan en mis cosas.			
18	A menudo no tengo ganas para realizar las tareas académicas.			
19	Cuando no me siento bien anímicamente prefiero no ingresar a clases.			
20	Me es fácil buscar excusas para no ingresar a clase.			

PRUEBA DE CONFIABILIDAD
CUESTIONARIO: ESTRÉS ACADÉMICO

Estadísticos de fiabilidad

Alfa de Cronbach	N de elementos
,870	20

Estadísticos total-elemento				
	Media de la escala si se elimina el elemento	Varianza de la escala si se elimina el elemento	Correlación elemento-total corregida	Alfa de Cronbach si se elimina el elemento
Item_1	97,72	77,935	,770	,870
Item_2	97,44	81,350	,773	,871
Item_3	92,70	74,930	,762	,869
Item_4	97,44	81,350	,773	,871
Item_5	92,70	74,930	,762	,869
Item_6	97,72	77,935	,770	,870
Item_7	97,44	81,350	,773	,871
Item_8	92,70	74,930	,762	,869
Item_9	97,44	81,350	,773	,871
Item_10	92,70	74,930	,762	,869
Item_11	97,72	77,935	,770	,870
Item_12	97,44	81,350	,773	,871
Item_13	92,70	74,930	,762	,869
Item_14	97,44	81,350	,773	,871
Item_15	92,70	74,930	,762	,869
Item_16	97,72	77,935	,770	,870
Item_17	97,44	81,350	,773	,871
Item_18	92,70	74,930	,762	,869
Item_19	97,44	81,350	,773	,871
Item_20	92,70	74,930	,762	,869

CUESTIONARIO SOBRE ESTRATEGIAS DE AFRONTAMIENTO

Instructivo. Estimado (a) estudiante, suplico a UD. marcar con una X la respuesta que su persona considere correcta; su opinión será válida para concretizar el trabajo de Investigación: *“Estrés académico y estrategias de afrontamiento en estudiantes del primer grado de secundaria en un colegio público del Callao, 2021”*.

ESTRATEGIAS DE AFRONTAMIENTO				
Nº	PENSAMIENTO DESIDERATIVO	Sí	A veces	No
1	Ante cualquier dificultad busco el apoyo de mis familiares.			
2	Cuando se me presenta un problema planteo una solución adecuada.			
3	Cuando se me presenta una dificultad busco una opinión para resolverlo.			
4	Actuó con cordura ante cualquier problema.			
5	Soy razonable cuando quiero resolver un problema.			
EXPRESIÓN EMOCIONAL				
6	Demuestro mis sentimientos humanos en todo momento.			
7	Tengo habilidad personal para comprender a mis pares.			
8	Tengo cualidades para generar buenas relaciones humanas.			
9	Expreso autoconciencia para comprender a mis pares.			
10	Demuestro empatía cuando socializo con mis pares.			
RESOLUCIÓN DE PROBLEMAS				
11	Expreso disposición para resolver los conflictos personales.			
12	Me gusta resolver problemas al momento.			
13	Solucionar cualquier conflicto debe ser rápido.			
14	Tengo disposición para lograr controlar un conflicto.			
15	Busco en todo espacio un buen clima institucional.			
RETIRADA SOCIAL				
16	No acostumbro intervenir en las dificultades de mis pares.			
17	Prefiero aislarme de cualquier situación social.			
18	Busco estar siempre solo y evitar la presencia de mis pares.			
19	No acostumbro compartir mis actividades personales.			
20	Estando solo me siento muy tranquilo.			

PRUEBA DE CONFIABILIDAD
CUESTIONARIO: ESTRATEGIAS DE AFRONTAMIENTO

Estadísticos de fiabilidad

Alfa de Cronbach	N de elementos
,889	20

Estadísticos total-elemento				
	Media de la escala si se elimina el elemento	Varianza de la escala si se elimina el elemento	Correlación elemento-total corregida	Alfa de Cronbach si se elimina el elemento
Item_1	97,34	84,210	,797	,889
Item_2	98,96	86,635	,790	,890
Item_3	95,72	81,785	,793	,888
Item_4	95,72	81,785	,793	,888
Item_5	98,96	86,635	,790	,890
Item_6	97,34	84,210	,797	,889
Item_7	98,96	86,635	,790	,890
Item_8	95,72	81,785	,793	,888
Item_9	95,72	81,785	,793	,888
Item_10	98,96	86,635	,790	,890
Item_11	97,34	84,210	,797	,889
Item_12	98,96	86,635	,790	,890
Item_13	95,72	81,785	,793	,888
Item_14	95,72	81,785	,793	,888
Item_15	98,96	86,635	,790	,890
Item_16	97,34	84,210	,797	,889
Item_17	98,96	86,635	,790	,890
Item_18	95,72	81,785	,793	,888
Item_19	95,72	81,785	,793	,888
Item_20	98,96	86,635	,790	,890

ANEXO 4

"AÑO DEL BICENTENARIO DEL PERU: 200 AÑOS DE INDEPENDENCIA"



CONSTANCIA

LA DIRECTORA DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA N° 5026 "JOSÉ MARÍA ARGUEDAS", QUE SUSCRIBE:

HACE CONSTAR:

Que, a la profesora Victoria SIFUENTES BUSTILLOS, con DNI N° 06768307, se le otorgó el permiso del 6 al 10 de diciembre del presente año para aplicar los instrumentos de recolección de datos para el desarrollo de su investigación titulado:

"Estrés académico y estrategias de afrontamiento en estudiantes del primer grado de secundaria en un colegio público, Callao, 2021"

Se expide la presente a solicitud de la interesada para fines que estime conveniente.

Callao (Previ), 16 de diciembre del 2021

VMCV/DE
bv/cfchrts

Victoria Sifuentes Bustillos
Dra. Victoria Sifuentes Bustillos
DIRECTORA
I.E. N° 5026 JOSÉ MARÍA ARGUEDAS

ANEXO 5

BASE DE DATOS SOBRE ESTRÉS ACADÉMICO																				
N°	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20
1	1	2		1	2	0	1	0	0	0	2	0	1	2	0	0	1	0	0	0
2	0	1	2	0	0	1	2	0	1	2	0	0	0	0	1	2	0	0	1	0
3	0	0	1	0	2	0	0	1	2	0	1	0	0	2	0	0	1	2	0	1
4	1	1	0	2	2	0	1	1	0	0	0	1	0	0	2	0	0	0	2	2
5	0	0	1	0	0	2	1	0	1	0	1	0	2	1	0	0	2	0	0	2
6	1	1	1	0	0	0	2	0	2	0	2	0	2	0	0	0	0	0	1	1
7	0	0	0	0	1	1	1	1	0	0	1	0	0	2	2	0	0	2	0	2
8	2	2	0	2	0	1	0	1	2	1	1	0	1	0	0	1	0	0	0	0
9	0	1	0	1	2	0	1	0	0	2	0	2	0	1	0	2	1	0	0	0
10	1	0	2	1	0	0	0	2	0	0	0	1	2	0	1	0	0	1	0	2
11	0	0	1	0	2	0	0	1	2	0	1	0	0	2	0	0	1	2	0	1
12	1	1	0	2	2	0	1	1	0	0	0	1	0	0	2	0	0	0	2	0
13	0	0	1	0	0	2	1	0	1	0	1	0	2	1	0	0	2	0	0	2
14	1	1	1	0	0	0	2	0	2	0	2	0	2	0	0	0	0	0	1	1
15	0	0	0	0	1	1	1	1	0	0	1	0	0	2	2	0	0	2	0	2
16	2	2	0	2	0	1	0	1	2	1	1	0	1	0	0	1	0	0	0	0
17	2	2	0	2	0	1	0	1	2	1	1	0	1	0	0	1	0	0	0	0
18	1	1	1	0	0	0	2	0	2	0	2	0	2	0	0	0	0	0	1	1
19	0	0	0	0	1	1	1	1	0	0	1	0	0	2	2	0	0	2	0	2
20	2	2	0	2	0	1	0	1	2	1	1	0	1	0	0	1	0	0	0	0
21	0	0	1	0	0	2	1	0	1	0	1	0	2	1	0	0	2	0	0	2
22	1	1	1	0	0	0	2	0	2	0	2	0	2	0	0	0	0	0	1	1
23	0	0	0	0	1	1	1	1	0	0	1	0	0	2	2	0	0	2	0	2
24	2	2	0	2	0	1	0	1	2	1	1	0	1	0	0	1	0	0	0	0
25	0	1	0	1	2	0	1	0	0	2	0	2	0	1	0	2	1	0	0	0
26	1	0	2	1	0	0	0	2	0	0	0	1	2	0	1	0	0	1	0	2
27	0	1	0	1	2	0	1	0	0	2	0	2	0	1	0	2	1	0	0	0
28	1	0	2	1	0	0	0	2	0	0	0	1	2	0	1	0	0	1	0	2
29	0	0	1	0	2	0	0	1	2	0	1	0	0	2	0	0	1	2	0	1
30	1	1	0	2	2	0	1	1	0	0	1	0	0	0	2	0	0	0	2	0
31	0	0	1	0	2	0	0	1	2	0	1	0	0	2	0	0	1	2	0	1
32	1	1	0	2	2	0	1	1	0	0	0	1	0	0	2	0	0	0	2	0
33	0	0	1	0	0	2	1	0	1	0	1	0	2	1	0	0	2	0	0	2
34	1	1	1	0	0	0	2	0	2	0	2	0	2	0	0	0	0	0	1	1
35	0	0	0	0	1	1	1	1	0	0	1	0	0	2	2	0	0	2	0	2
36	2	2	0	2	0	1	0	1	2	1	1	0	1	0	0	1	0	0	0	0
37	2	2	0	2	0	1	0	1	2	1	1	0	1	0	0	1	0	0	0	0
38	1	1	1	0	0	0	2	0	2	0	2	0	2	0	0	0	0	0	1	1
39	0	0	0	0	1	1	1	1	0	0	1	0	0	2	2	0	0	2	0	2
40	2	2	0	2	0	1	0	1	2	1	1	0	1	0	0	1	0	0	0	0
41	0	0	1	0	0	2	1	0	1	0	1	0	2	1	0	0	2	0	0	2
42	0	0	1	0	0	2	1	0	1	0	1	0	2	1	0	0	2	0	0	2
43	1	1	1	0	0	0	2	0	2	0	2	0	2	0	0	0	0	0	1	1
44	0	0	0	0	1	1	1	1	0	0	1	0	0	2	2	0	0	2	0	2
45	2	2	0	2	0	1	0	1	2	1	1	0	1	0	0	1	0	0	0	0
46	0	1	0	1	2	0	1	0	0	2	0	2	0	1	0	2	1	0	0	0
47	1	0	2	1	0	0	0	2	0	0	0	1	2	0	1	0	0	1	0	2
48	0	0	1	0	2	0	0	1	2	0	1	0	0	2	0	0	1	2	0	1
49	1	1	0	2	2	0	1	1	0	0	0	1	0	0	2	0	0	0	2	0
50	1	1	0	2	2	0	1	1	0	0	0	1	0	0	2	0	0	0	2	0
51	1	2		1	2	0	1	0	0	0	2	0	1	2	0	0	1	0	0	0
52	0	1	2	0	0	1	2	0	1	2	0	0	0	0	1	2	0	0	1	0
53	0	0	1	0	2	0	0	1	2	0	1	0	0	2	0	0	1	2	0	1

54	1	1	0	2	2	0	1	1	0	0	0	1	0	0	2	0	0	0	2	0
55	0	0	1	0	0	2	1	0	1	0	1	0	2	1	0	0	2	0	0	2
56	1	1	1	0	0	0	2	0	2	0	2	0	2	0	0	0	0	0	1	1
57	0	0	0	0	1	1	1	1	0	0	1	0	0	2	2	0	0	2	0	2
58	2	2	0	2	0	1	0	1	2	1	1	0	1	0	0	1	0	0	0	0
59	0	1	0	1	2	0	1	0	0	2	0	2	0	1	0	2	1	0	0	0
60	1	0	2	1	0	0	0	2	0	0	1	2	0	1	0	0	1	0	2	2
61	0	0	1	0	2	0	0	1	2	0	1	0	0	2	0	0	1	2	0	1
62	1	1	0	2	2	0	1	1	0	0	0	1	0	0	2	0	0	0	2	0
63	0	0	1	0	0	2	1	0	1	0	1	0	2	1	0	0	2	0	0	2
64	1	1	1	0	0	0	2	0	2	0	2	0	2	0	0	0	0	0	1	1
65	0	0	0	0	1	1	1	1	0	0	1	0	0	2	2	0	0	2	0	2
66	2	2	0	2	0	1	0	1	2	1	1	0	1	0	0	1	0	0	0	0
67	2	2	0	2	0	1	0	1	2	1	1	0	1	0	0	1	0	0	0	0
68	1	1	1	0	0	0	2	0	2	0	2	0	2	0	0	0	0	0	1	1
69	0	0	0	0	1	1	1	1	0	0	1	0	0	2	2	0	0	2	0	2
70	2	2	0	2	0	1	0	1	2	1	1	0	1	0	0	1	0	0	0	0
71	0	0	1	0	0	2	1	0	1	0	1	0	2	1	0	0	2	0	0	2
72	1	1	1	0	0	0	2	0	2	0	2	0	2	0	0	0	0	0	1	1
73	0	0	0	0	1	1	1	1	0	0	1	0	0	2	2	0	0	2	0	2
74	2	2	0	2	0	1	0	1	2	1	1	0	1	0	0	1	0	0	0	0
75	0	1	0	1	2	0	1	0	0	2	0	2	0	1	0	2	1	0	0	0
76	1	0	2	1	0	0	0	2	0	0	0	1	2	0	1	0	0	1	0	2
77	0	1	0	1	2	0	1	0	0	2	0	2	0	1	0	2	1	0	0	0
78	1	0	2	1	0	0	0	2	0	0	0	1	2	0	1	0	0	1	0	2
79	0	0	1	0	2	0	0	1	2	0	1	0	0	2	0	0	1	2	0	1
80	1	1	0	2	2	0	1	1	0	0	0	1	0	0	2	0	0	0	2	0
81	0	0	1	0	2	0	0	1	2	0	1	0	0	2	0	0	1	2	0	1
82	1	1	0	2	2	0	1	1	0	0	0	1	0	0	2	0	0	0	2	0
83	0	0	1	0	0	2	1	0	1	0	1	0	2	1	0	0	2	0	0	2
84	1	1	1	0	0	0	2	0	2	0	2	0	2	0	0	0	0	0	1	1
85	0	0	0	0	1	1	1	1	0	0	1	0	0	2	2	0	0	2	0	2
86	2	2	0	2	0	1	0	1	2	1	1	0	1	0	0	1	0	0	0	0
87	2	2	0	2	0	1	0	1	2	1	1	0	1	0	0	1	0	0	0	0
88	1	1	1	0	0	0	2	0	2	0	2	0	2	0	0	0	0	0	1	1
89	0	0	0	0	1	1	1	1	0	0	1	0	0	2	2	0	0	2	0	2
90	2	2	0	2	0	1	0	1	2	1	1	0	1	0	0	1	0	0	0	0
91	0	0	1	0	0	2	1	0	1	0	1	0	2	1	0	0	2	0	0	2
92	0	0	1	0	0	2	1	0	1	0	1	0	2	1	0	0	2	0	0	2
93	1	1	1	0	0	0	2	0	2	0	2	0	2	0	0	0	0	0	1	1
94	0	0	0	0	1	1	1	1	0	0	1	0	0	2	2	0	0	2	0	2
95	2	2	0	2	0	1	0	1	2	1	1	0	1	0	0	1	0	0	0	0
96	0	1	0	1	2	0	1	0	0	2	0	2	0	1	0	2	1	0	0	0
97	1	0	2	1	0	0	0	2	0	0	1	2	0	1	0	0	0	1	0	2
98	0	0	1	0	2	0	0	1	2	0	1	0	0	2	0	0	1	2	0	1
99	1	1	0	2	2	0	1	1	0	0	0	1	0	0	2	0	0	0	2	0
100	1	1	0	2	2	0	1	1	0	0	0	1	0	0	2	0	0	0	2	0
101	1	2	1	2	0	0	1	0	0	0	2	0	1	2	0	0	1	0	0	0
102	0	1	2	0	0	1	2	0	1	2	0	0	0	0	1	2	0	0	1	0
103	0	0	1	0	2	0	0	1	2	0	1	0	0	2	0	0	1	2	0	1
104	1	1	0	2	2	0	1	1	0	0	0	1	0	0	2	0	0	0	2	0
105	0	0	1	0	0	2	1	0	1	0	1	0	2	1	0	0	2	0	0	2
106	1	1	1	0	0	0	2	0	2	0	2	0	2	0	0	0	0	0	1	1
107	0	0	0	0	1	1	1	1	0	0	1	0	0	2	2	0	0	2	0	2
108	2	2	0	2	0	1	0	1	2	1	1	0	1	0	0	1	0	0	0	0
109	0	1	0	1	2	0	1	0	0	2	0	2	0	1	0	2	1	0	0	0
110	1	0	2	1	0	0	0	2	0	0	0	1	2	0	1	0	0	1	0	2
111	0	0	1	0	2	0	0	1	2	0	1	0	0	2	0	0	1	2	0	1
112	1	1	0	2	2	0	1	1	0	0	0	1	0	0	2	0	0	0	2	0

113	0	0	1	0	0	2	1	0	1	0	1	0	2	1	0	0	2	0	0	2
114	1	1	1	0	0	0	2	0	2	0	2	0	2	0	0	0	0	0	1	1
115	0	0	0	0	1	1	1	1	0	0	1	0	0	2	2	0	0	2	0	2
116	2	2	0	2	0	1	0	1	2	1	1	0	1	0	0	1	0	0	0	0
117	2	2	0	2	0	1	0	1	2	1	1	0	1	0	0	1	0	0	0	0
118	1	1	1	0	0	0	2	0	2	0	2	0	2	0	0	0	0	0	1	1
119	0	0	0	0	1	1	1	1	0	0	1	0	0	2	2	0	0	2	0	2
120	2	2	0	2	0	1	0	1	2	1	1	0	1	0	0	1	0	0	0	0
121	0	0	1	0	0	2	1	0	1	0	1	0	2	1	0	0	2	0	0	2
122	1	1	1	0	0	0	2	0	2	0	2	0	2	0	0	0	0	0	1	1
123	0	0	0	0	1	1	1	1	0	0	1	0	0	2	2	0	0	2	0	2
124	2	2	0	2	0	1	0	1	2	1	1	0	1	0	0	1	0	0	0	0
125	0	1	0	1	2	0	1	0	0	2	0	2	0	1	0	2	1	0	0	0
126	1	0	2	1	0	0	0	2	0	0	0	1	2	0	1	0	0	1	0	2
127	0	1	0	1	2	0	1	0	0	2	0	2	0	1	0	2	1	0	0	0
128	1	0	2	1	0	0	0	2	0	0	0	1	2	0	1	0	0	1	0	2
129	0	0	1	0	2	0	0	1	2	0	1	0	0	2	0	0	1	2	0	1
130	1	1	0	2	2	0	1	1	0	0	0	1	0	0	2	0	0	0	2	0
131	0	0	1	0	2	0	0	1	2	0	1	0	0	2	0	0	1	2	0	1
132	1	1	0	2	2	0	1	1	0	0	0	1	0	0	2	0	0	0	2	0
133	0	0	1	0	0	2	1	0	1	0	1	0	2	1	0	0	2	0	0	2
134	1	1	1	0	0	0	2	0	2	0	2	0	2	0	0	0	0	0	1	1
135	0	0	0	0	1	1	1	1	0	0	1	0	0	2	2	0	0	2	0	2
136	2	2	0	2	0	1	0	1	2	1	1	0	1	0	0	1	0	0	0	0
137	2	2	0	2	0	1	0	1	2	1	1	0	1	0	0	1	0	0	0	0
138	1	1	1	0	0	0	2	0	2	0	2	0	2	0	0	0	0	0	1	1
139	0	0	0	0	1	1	1	1	0	0	1	0	0	2	2	0	0	2	0	2
140	2	2	0	2	0	1	0	1	2	1	1	0	1	0	0	1	0	0	0	0
141	0	0	1	0	0	2	1	0	1	0	1	0	2	1	0	0	2	0	0	2
142	0	0	1	0	0	2	1	0	1	0	1	0	2	1	0	0	2	0	0	2
143	1	1	1	0	0	2	2	0	2	0	2	0	2	0	0	0	0	0	1	1
144	0	0	0	0	1	1	1	1	0	0	1	0	0	2	2	0	0	2	0	2
145	2	2	0	2	0	1	0	1	2	1	1	0	1	0	0	1	0	0	0	0
146	0	1	0	1	2	0	1	0	0	2	0	2	0	1	0	2	1	0	0	0
147	1	0	2	1	0	0	0	2	0	0	0	1	2	0	1	0	0	1	0	2
148	0	0	1	0	2	0	0	1	2	0	1	0	0	2	0	0	1	2	0	1
149	1	1	0	2	2	0	1	1	0	0	0	1	0	0	2	0	0	0	2	0
150	1	1	0	2	2	0	1	1	0	0	0	1	0	0	2	0	0	0	2	0
151	1	2	1	2	0	1	0	0	0	2	0	1	2	0	0	1	0	0	0	0
152	0	1	2	0	0	1	2	0	1	2	0	0	0	0	1	2	0	0	1	0
153	0	0	1	0	2	0	0	1	2	0	1	0	0	2	0	0	1	2	0	1
154	1	1	0	2	2	0	1	1	0	0	0	1	0	0	2	0	0	0	2	0
155	0	0	1	0	0	2	1	0	1	0	1	0	2	1	0	0	2	0	0	2
156	1	1	1	0	0	0	2	0	2	0	2	0	2	0	0	0	0	0	1	1
157	0	0	0	0	1	1	1	1	0	0	1	0	0	2	2	0	0	2	0	2
158	2	2	0	2	0	1	0	1	2	1	1	0	1	0	0	1	0	0	0	0
159	0	1	0	1	2	0	1	0	0	2	0	2	0	1	0	2	1	0	0	0
160	1	0	2	1	0	0	0	2	0	0	0	1	2	0	1	0	0	1	0	2
161	0	0	1	0	2	0	0	1	2	0	1	0	0	2	0	0	1	2	0	1
162	1	1	0	2	2	0	1	1	0	0	0	1	0	0	2	0	0	0	2	0
163	0	0	1	0	0	2	1	0	1	0	1	0	2	1	0	0	2	0	0	2
164	1	1	1	0	0	0	2	0	2	0	2	0	2	0	0	0	0	0	1	1
165	0	0	0	0	1	1	1	1	0	0	1	0	0	2	2	0	0	2	0	2
166	2	2	0	2	0	1	0	1	2	1	1	0	1	0	0	1	0	0	0	0
167	2	2	0	2	0	1	0	1	2	1	1	0	1	0	0	1	0	0	0	0

ANEXO 6

BASE DE DATOS SOBRE ESTRATEGIAS DE AFRONTAMIENTO																				
N°	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20
1	2	2	0	2	0	1	0	1	2	1	1	0	1	0	0	1	0	0	0	0
2	0	1	0	1	2	0	1	0	0	2	0	2	0	1	0	2	1	0	0	0
3	1	0	2	1	0	0	0	2	0	0	0	1	2	0	1	0	0	1	0	2
4	1	0	2	1	0	0	0	2	0	0	0	1	2	0	1	0	0	1	0	2
5	0	1	0	1	2	0	1	0	0	2	0	2	0	1	0	2	1	0	0	0
6	1	0	2	1	0	0	0	2	0	0	0	1	2	0	1	0	0	1	0	2
7	1	0	2	1	0	0	0	2	0	0	0	1	2	0	1	0	0	1	0	2
8	0	0	1	0	0	2	1	0	1	0	1	0	2	1	0	0	2	0	0	2
9	0	0	1	0	0	2	1	0	1	0	1	0	2	1	0	0	2	0	0	2
10	1	1	1	0	0	0	2	0	2	0	2	0	2	0	0	0	0	0	1	1
11	0	0	1	0	2	0	0	1	2	0	1	0	0	2	0	0	1	2	0	1
12	1	1	0	2	2	0	1	1	0	0	0	1	0	0	2	0	0	0	2	0
13	0	0	1	0	0	2	1	0	1	0	1	0	2	1	0	0	2	0	0	2
14	1	1	1	0	0	0	2	0	2	0	2	0	2	0	0	0	0	0	1	1
15	0	0	0	0	1	1	1	1	0	0	1	0	0	2	2	0	0	2	0	2
16	2	2	0	2	0	1	0	1	2	1	1	0	1	0	0	1	0	0	0	0
17	2	2	0	2	0	1	0	1	2	1	1	0	1	0	0	1	0	0	0	0
18	1	1	1	0	0	0	2	0	2	0	2	0	2	0	0	0	0	0	1	1
19	0	0	0	0	1	1	1	1	0	0	1	0	0	2	2	0	0	2	0	2
20	2	2	0	2	0	1	0	1	2	1	1	0	1	0	0	1	0	0	0	0
21	0	0	1	0	0	2	1	0	1	0	1	0	2	1	0	0	2	0	0	2
22	1	1	1	0	0	0	2	0	2	0	2	0	2	0	0	0	0	0	1	1
23	0	0	0	0	1	1	1	1	0	0	1	0	0	2	2	0	0	2	0	2
24	2	2	0	2	0	1	0	1	2	1	1	0	1	0	0	1	0	0	0	0
25	0	1	0	1	2	0	1	0	0	2	0	2	0	1	0	2	1	0	0	0
26	1	0	2	1	0	0	0	2	0	0	0	1	2	0	1	0	0	1	0	2
27	0	1	0	1	2	0	1	0	0	2	0	2	0	1	0	2	1	0	0	0
28	1	0	2	1	0	0	0	2	0	0	0	1	2	0	1	0	0	1	0	2
29	0	0	1	0	2	0	0	1	2	0	1	0	0	2	0	0	1	2	0	1
30	1	1	0	2	2	0	1	1	0	0	1	0	0	0	2	0	0	0	2	0
31	0	0	1	0	2	0	0	1	2	0	1	0	0	2	0	0	1	2	0	1
32	1	1	0	2	2	0	1	1	0	0	0	1	0	0	2	0	0	0	2	0
33	0	0	1	0	0	2	1	0	1	0	1	0	2	1	0	0	2	0	0	2
34	1	1	1	0	0	0	2	0	2	0	2	0	2	0	0	0	0	0	1	1
35	0	0	0	0	1	1	1	1	0	0	1	0	0	2	2	0	0	2	0	2
36	2	2	0	2	0	1	0	1	2	1	1	0	1	0	0	1	0	0	0	0
37	2	2	0	2	0	1	0	1	2	1	1	0	1	0	0	1	0	0	0	0
38	1	1	1	0	0	0	2	0	2	0	2	0	2	0	0	0	0	0	1	1
39	0	0	0	0	1	1	1	1	0	0	1	0	0	2	2	0	0	2	0	2
40	2	2	0	2	0	1	0	1	2	1	1	0	1	0	0	1	0	0	0	0
41	2	2	0	2	0	1	0	1	2	1	1	0	1	0	0	1	0	0	0	0
42	0	1	0	1	2	0	1	0	0	2	0	2	0	1	0	2	1	0	0	0
43	1	0	2	1	0	0	0	2	0	0	0	1	2	0	1	0	0	1	0	2
44	1	0	2	1	0	0	0	2	0	0	0	1	2	0	1	0	0	1	0	2
55	0	1	0	1	2	0	1	0	0	2	0	2	0	1	0	2	1	0	0	0
46	1	0	2	1	0	0	0	2	0	0	0	1	2	0	1	0	0	1	0	2
47	1	0	2	1	0	0	0	2	0	0	0	1	2	0	1	0	0	1	0	2
48	0	0	1	0	0	2	1	0	1	0	1	0	2	1	0	0	2	0	0	2
49	0	0	1	0	0	2	1	0	1	0	1	0	2	1	0	0	2	0	0	2
50	1	1	1	0	0	0	2	0	2	0	2	0	2	0	0	0	0	0	1	1
51	1	2	1	1	2	0	1	0	0	0	2	0	1	2	0	0	1	0	0	0
52	0	1	2	0	0	1	2	0	1	2	0	0	0	0	1	2	0	0	1	0
53	0	0	1	0	2	0	0	1	2	0	1	0	0	2	0	0	1	2	0	1

54	1	1	0	2	2	0	1	1	0	0	0	1	0	0	2	0	0	0	2	0
55	0	0	1	0	0	2	1	0	1	0	1	0	2	1	0	0	2	0	0	2
56	1	1	1	0	0	0	2	0	2	0	2	0	2	0	0	0	0	0	1	1
57	0	0	0	0	1	1	1	1	0	0	1	0	0	2	2	0	0	2	0	2
58	2	2	0	2	0	1	0	1	2	1	1	0	1	0	0	1	0	0	0	0
59	0	1	0	1	2	0	1	0	0	2	0	2	0	1	0	2	1	0	0	0
60	1	0	2	1	0	0	0	2	0	0	1	2	0	1	0	0	1	0	2	2
61	0	0	1	0	2	0	0	1	2	0	1	0	0	2	0	0	1	2	0	1
62	1	1	0	2	2	0	1	1	0	0	0	1	0	0	2	0	0	0	2	0
63	0	0	1	0	0	2	1	0	1	0	1	0	2	1	0	0	2	0	0	2
64	1	1	1	0	0	0	2	0	2	0	2	0	2	0	0	0	0	0	1	1
65	0	0	0	0	1	1	1	1	0	0	1	0	0	2	2	0	0	2	0	2
66	2	2	0	2	0	1	0	1	2	1	1	0	1	0	0	1	0	0	0	0
67	2	2	0	2	0	1	0	1	2	1	1	0	1	0	0	1	0	0	0	0
68	1	1	1	0	0	0	2	0	2	0	2	0	2	0	0	0	0	0	1	1
69	0	0	0	0	1	1	1	1	0	0	1	0	0	2	2	0	0	2	0	2
70	2	2	0	2	0	1	0	1	2	1	1	0	1	0	0	1	0	0	0	0
81	2	2	0	2	0	1	0	1	2	1	1	0	1	0	0	1	0	0	0	0
82	0	1	0	1	2	0	1	0	0	2	0	2	0	1	0	2	1	0	0	0
83	1	0	2	1	0	0	0	2	0	0	0	1	2	0	1	0	0	1	0	2
84	1	0	2	1	0	0	0	2	0	0	0	1	2	0	1	0	0	1	0	2
85	0	1	0	1	2	0	1	0	0	2	0	2	0	1	0	2	1	0	0	0
86	1	0	2	1	0	0	0	2	0	0	0	1	2	0	1	0	0	1	0	2
87	1	0	2	1	0	0	0	2	0	0	0	1	2	0	1	0	0	1	0	2
88	0	0	1	0	0	2	1	0	1	0	1	0	2	1	0	0	2	0	0	2
89	0	0	1	0	0	2	1	0	1	0	1	0	2	1	0	0	2	0	0	2
90	1	1	1	0	0	0	2	0	2	0	2	0	2	0	0	0	0	0	1	1
91	0	0	1	0	0	2	1	0	1	0	1	0	2	1	0	0	2	0	0	2
92	0	0	1	0	0	2	1	0	1	0	1	0	2	1	0	0	2	0	0	2
93	1	1	1	0	0	0	2	0	2	0	2	0	2	0	0	0	0	0	1	1
94	0	0	0	0	1	1	1	1	0	0	1	0	0	2	2	0	0	2	0	2
95	2	2	0	2	0	1	0	1	2	1	1	0	1	0	0	1	0	0	0	0
96	0	1	0	1	2	0	1	0	0	2	0	2	0	1	0	2	1	0	0	0
97	1	0	2	1	0	0	0	2	0	0	0	1	2	0	1	0	0	1	0	2
98	0	0	1	0	2	0	0	1	2	0	1	0	0	2	0	0	1	2	0	1
99	1	1	0	2	2	0	1	1	0	0	0	1	0	0	2	0	0	0	2	0
100	1	1	0	2	2	0	1	1	0	0	0	1	0	0	2	0	0	0	2	0
101	1	2	1	2	0	0	1	0	0	0	2	0	1	2	0	0	1	0	0	0
102	0	1	2	0	0	1	2	0	1	2	0	0	0	0	1	2	0	0	1	0
103	0	0	1	0	2	0	0	1	2	0	1	0	0	2	0	0	1	2	0	1
104	1	1	0	2	2	0	1	1	0	0	1	0	0	2	0	0	0	0	2	0
105	0	0	1	0	0	2	1	0	1	0	1	0	2	1	0	0	2	0	0	2
106	1	1	1	0	0	0	2	0	2	0	2	0	2	0	0	0	0	0	1	1
107	0	0	0	0	1	1	1	1	0	0	1	0	0	2	2	0	0	2	0	2
108	2	2	0	2	0	1	0	1	2	1	1	0	1	0	0	1	0	0	0	0
109	0	1	0	1	2	0	1	0	0	2	0	2	0	1	0	2	1	0	0	0
110	1	0	2	1	0	0	0	2	0	0	0	1	2	0	1	0	0	1	0	2
111	2	2	0	2	0	1	0	1	2	1	1	0	1	0	0	1	0	0	0	0
112	0	1	0	1	2	0	1	0	0	2	0	2	0	1	0	2	1	0	0	0
113	1	0	2	1	0	0	0	2	0	0	0	1	2	0	1	0	0	1	0	2
114	1	0	2	1	0	0	0	2	0	0	0	1	2	0	1	0	0	1	0	2
115	0	1	0	1	2	0	1	0	0	2	0	2	0	1	0	2	1	0	0	0
116	1	0	2	1	0	0	0	2	0	0	0	1	2	0	1	0	0	1	0	2
117	1	0	2	1	0	0	0	2	0	0	0	1	2	0	1	0	0	1	0	2
118	0	0	1	0	0	2	1	0	1	0	1	0	2	1	0	0	2	0	0	2
119	0	0	1	0	0	2	1	0	1	0	1	0	2	1	0	0	2	0	0	2
120	1	1	1	0	0	0	2	0	2	0	2	0	2	0	0	0	0	0	1	1
121	0	0	1	0	0	2	1	0	1	0	1	0	2	1	0	0	0	0	0	2
122	1	1	1	0	0	0	2	0	2	0	2	0	2	0	0	0	0	0	1	1

123	0	0	0	0	1	1	1	1	0	0	1	0	0	2	2	0	0	2	0	2
124	2	2	0	2	0	1	0	1	2	1	1	0	1	0	0	1	0	0	0	0
125	0	1	0	1	2	0	1	0	0	2	0	2	0	1	0	2	1	0	0	0
126	1	0	2	1	0	0	0	2	0	0	1	2	0	1	0	0	1	0	2	
127	0	1	0	1	2	0	1	0	0	2	0	2	0	1	0	2	1	0	0	0
128	1	0	2	1	0	0	0	2	0	0	1	2	0	1	0	0	1	0	2	
129	0	0	1	0	2	0	0	1	2	0	1	0	0	2	0	0	1	2	1	
130	1	1	0	2	2	0	1	1	0	0	1	0	0	2	0	0	0	2	0	
131	0	0	1	0	2	0	0	1	2	0	1	0	0	2	0	0	1	2	1	
132	1	1	0	2	2	0	1	1	0	0	1	0	0	2	0	0	0	2	0	
133	0	0	1	0	0	2	1	0	1	0	1	0	2	1	0	0	2	0	2	
134	1	1	1	0	0	0	2	0	2	0	2	0	2	0	0	0	0	1	1	
135	0	0	0	0	1	1	1	1	0	0	1	0	0	2	2	0	0	2	2	
136	2	2	0	2	0	1	0	1	2	1	1	0	1	0	0	1	0	0	0	
137	2	2	0	2	0	1	0	1	2	1	1	0	1	0	0	1	0	0	0	
138	1	1	1	0	0	0	2	0	2	0	2	0	2	0	0	0	0	1	1	
139	0	0	0	0	1	1	1	1	0	0	1	0	0	2	2	0	0	2	2	
140	2	2	0	2	0	1	0	1	2	1	1	0	1	0	0	1	0	0	0	
141	0	0	1	0	0	2	1	0	1	0	1	0	2	1	0	0	2	0	2	
142	0	0	1	0	0	2	1	0	1	0	1	0	2	1	0	0	2	0	2	
143	1	1	1	0	0	0	2	0	2	0	2	0	2	0	0	0	0	1	1	
144	0	0	0	0	1	1	1	1	0	0	1	0	0	2	2	0	0	2	2	
145	2	2	0	2	0	1	0	1	2	1	1	0	1	0	0	1	0	0	0	
146	0	1	0	1	2	0	1	0	0	2	0	2	0	1	0	2	1	0	0	
147	1	0	2	1	0	0	0	2	0	0	1	2	0	1	0	0	1	0	2	
148	0	0	1	0	2	0	0	1	2	0	1	0	0	2	0	0	1	2	1	
149	1	1	0	2	2	0	1	1	0	0	0	1	0	0	2	0	0	0	2	
150	1	1	0	2	2	0	1	1	0	0	1	0	0	2	0	0	0	2	0	
151	2	2	0	2	0	1	0	1	2	1	1	0	1	0	0	1	0	0	0	
152	0	1	0	1	2	0	1	0	0	2	0	2	0	1	0	2	1	0	0	
153	1	0	2	1	0	0	0	2	0	0	0	1	2	0	1	0	0	1	2	
154	1	0	2	1	0	0	0	2	0	0	0	1	2	0	1	0	0	1	2	
155	0	1	0	1	2	0	1	0	0	2	0	2	0	1	0	2	1	0	0	
156	1	0	2	1	0	0	0	2	0	0	1	2	0	1	0	0	1	0	2	
157	1	0	2	1	0	0	0	2	0	0	0	1	2	0	1	0	0	1	2	
158	0	0	1	0	0	2	1	0	1	0	1	0	2	1	0	0	2	0	2	
159	0	0	1	0	0	2	1	0	1	0	1	0	2	1	0	0	2	0	2	
160	1	1	1	0	0	0	2	0	2	0	2	0	2	0	0	0	0	1	1	
161	0	0	1	0	2	0	0	1	2	0	1	0	0	2	0	0	1	2	1	
162	1	1	0	2	2	0	1	1	0	0	0	1	0	0	2	0	0	0	2	
163	0	0	1	0	0	2	1	0	1	0	1	0	2	1	0	0	2	0	2	
164	1	1	1	0	0	0	2	0	2	0	2	0	2	0	0	0	0	1	1	
165	0	0	0	0	1	1	1	1	0	0	1	0	0	2	2	0	0	2	2	
166	2	2	0	2	0	1	0	1	2	1	1	0	1	0	0	1	0	0	0	
167	2	2	0	2	0	1	0	1	2	1	1	0	1	0	0	1	0	0	0	

CERTIFICADO DE VALIDEZ DE CONTENIDO DEL INSTRUMENTO QUE MIDE EL ESTRÉS ACADÉMICO.

Nº	DIMENSIONES / Ítems	Pertinencia ¹		Relevancia ²		Claridad ³		Sugerencias
		SI	No	SI	No	SI	No	
	DIMENSION: ESTRESORES PERSONALES							
1	Cumplo con mis quehaceres educativos solo por obligación.	x		x		x		
2	Siento que toda actividad académica requiere de mucha responsabilidad.	x		x		x		
3	Tengo claro temor a los exámenes que realizan los profesores.	x		x		x		
4	Considero que las horas de trabajo son excesivas por la aglomeración de tareas.	x		x		x		
5	Creo que las tareas educativas que realizo son cansadas y complejas.	x		x		x		
	DIMENSION: REACCIONES FÍSICAS							
6	Cuando no concluyo con mis labores académicas no puedo conciliar el sueño.	x		x		x		
7	Con solo pensar en la complejidad de un examen me ocasiona insomnio.	x		x		x		
8	Por más esfuerzo que hago para estudiar, no logro una buena concentración.	x		x		x		
9	Siento que las clases de algunos docentes son aburridas y dan sueño.	x		x		x		
10	Cuando difículto con mis estudios me desespero y pierdo el apetito.	x		x		x		
	DIMENSION: REACCIONES PSICOLÓGICAS							
11	Todo me enfada y entro en conflictos permanentes con mis pares.	x		x		x		
12	Discuto con un docente cuando contraria mis ideas.	x		x		x		
13	Me parece que en la vida existen cosas más importantes que el estudio.	x		x		x		
14	Siento por momentos perder todo interés por el estudio.	x		x		x		
15	A menudo me siento triste y con ganas de llorar sin motivo alguno.	x		x		x		
	DIMENSION: REACCIONES COMPORTAMENTALES							
16	Prefiero estar solo y hacer mis cosas individualmente.	x		x		x		
17	No permito que otras personas se inmiscuyan en mis cosas.	x		x		x		
18	A menudo no tengo ganas para realizar las tareas académicas.	x		x		x		
19	Cuando no me siento bien anímicamente prefiero no ingresar a clases.	x		x		x		
20	Me es fácil buscar excusas para no ingresar a clase.	x		x		x		

Observaciones: _____

Opinión de aplicabilidad: Aplicable [] Aplicable después de corregir [] No aplicable []

Apellidos y nombres del juez validador. Mg: Niko Joaquín Velita Palacios DNI: 26760618

Especialidad del validador: Licenciado en Educación (Lengua – Literatura); Magister en Didácticas de la Comunicación

11 de ~~Octubre~~ del 2021

¹Pertinencia: El ítem corresponde al concepto teórico formulado.

²Relevancia: El ítem es apropiado para representar el componente o dimensión específica del constructo

³Claridad: Se entiende sin dificultad alguna el enunciado del ítem, es conciso, claro y directo

Nota: Suficiencia, se dice suficiencia cuando los ítems planteados son suficientes para medir la dimensión



Firma

CERTIFICADO DE VALIDEZ DE CONTENIDO DEL INSTRUMENTO QUE MIDE: ESTRATEGIAS DE AFRONTAMIENTO.

N°	DIMENSIONES / ítems	Pertinencia ¹		Relevancia ²		Claridad ³		Suficiencia
		Si	No	Si	No	Si	No	
DIMENSION: PENSAMIENTO DE DERIVATIVO								
1	Ante cualquier dificultad busco el apoyo de mis familiares.	X		X		X		
2	Cuando se me presenta un problema planteo una solución adecuada.	X		X		X		
3	Cuando se me presenta una dificultad busco una opinión para resolverlo.	X		X		X		
4	Actúo con cordura ante cualquier problema.	X		X		X		
5	Soy razonable cuando quiero resolver un problema.	X		X		X		
DIMENSION: EXPRESIÓN EMOCIONAL								
6	Demuestro mis sentimientos humanos en todo momento.	X		X		X		
7	Tengo habilidad personal para comprender a mis pares.	X		X		X		
8	Tengo cualidades para generar buenas relaciones humanas.	X		X		X		
9	Expreso autoconciencia para comprender a mis pares.	X		X		X		
10	Demuestro empatía cuando socializo con mis pares.	X		X		X		
DIMENSION: RESOLUCIÓN DE PROBLEMAS								
11	Expreso disposición para resolver conflictos personales.	X		X		X		
12	Me gusta resolver problemas al momento.	X		X		X		
13	Solucionar cualquier conflicto debe ser rápido.	X		X		X		
14	Tengo disposición para lograr controlar un conflicto.	X		X		X		
15	Busco en todo espacio un buen clima.	X		X		X		
DIMENSION: RETIRADA SOCIAL								
16	No acostumbro intervenir en las dificultades de mis pares.	X		X		X		
17	Prefiero aislarme de cualquier situación social.	X		X		X		
18	Busco estar siempre solo y evitar la presencia de mis pares.	X		X		X		
19	No acostumbro compartir mis actividades personales.	X		X		X		
20	Estando solo me siento muy tranquilo.	X		X		X		

Observaciones: Existe Suficiencia.

Opinión de aplicabilidad: Aplicable [] Aplicable después de corregir [] No aplicable []

Apellidos y nombres del juez validador: Mg: Niko Joaquín Velita ~~Palacio~~ ^{Castro} DNI: 26760618

Especialidad del validador: Licenciado en Educación (Lengua – Literatura); Magister en Didáctica de la Comunicación

11 de Octubre del 2021.

¹Pertinencia: El ítem corresponde al concepto teórico formulado.

²Relevancia: El ítem es apropiado para representar el componente o dimensión específica del constructo

³Claridad: Se entiende sin dificultad alguna el enunciado del ítem, es conciso, exacto y directo

Nota: Suficiencia, se dice suficiencia cuando los ítems planteados son suficientes para medir la dimensión



Firma

CERTIFICADO DE VALIDEZ DE CONTENIDO DEL INSTRUMENTO QUE MIDE EL ESTRÉS ACADÉMICO.

N°	DIMENSIONE S / Ítems	Pertinencia ¹		Relevancia ²		Claridad ³		Sugerencias
		SI	No	SI	No	SI	No	
	DIMENSION: ESTRESORES PERSONALES							
1	Cumplo con mis quehaceres educativos solo por obligación.	X		X		X		
2	Siento que toda actividad académica requiere de mucha responsabilidad.	X		X		X		
3	Tengo cierto temor a los exámenes que realizan los profesores.	X		X		X		
4	Considero que las horas de trabajo son excesivas por la aglomeración de tareas.	X		X		X		
5	Creo que las tareas educativas que realizo son cansadas y complejas.	X		X		X		
	DIMENSION: REACCIONES FÍSICAS							
6	Cuando no concluyo con mis labores académicas no puedo conciliar el sueño.	X		X		X		
7	Con solo pensar en la complejidad de un examen me ocasiona insomnio.	X		X		X		
8	Por más esfuerzo que hago para estudiar, no logro una buena concentración.	X		X		X		
9	Siento que las clases de algunos docentes son aburridas y dan sueño.	X		X		X		
10	Cuando difculto con mis estudios me desespero y pierdo el apetito.	X		X		X		
	DIMENSION: REACCIONES PSICOLÓGICAS							
11	Todo me enfada y entro en conflictos permanentes con mis pares.	X		X		X		
12	Disputo con un docente cuando contraria mis ideas.	X		X		X		
13	Me parece que en la vida existen cosas más importantes que el estudio.	X		X		X		
14	Siento por momentos perder todo interés por el estudio.	X		X		X		
15	A menudo me siento triste y con ganas de llorar sin motivo alguno.	X		X		X		
	DIMENSION: REACCIONES COMPORTAMENTALES							
16	Prefiero estar solo y hacer mis cosas individualmente.	X		X		X		
17	No permito que otras personas se involucran en mis cosas.	X		X		X		
18	A menudo no tengo ganas para realizar las tareas académicas.	X		X		X		
19	Cuando no me siento bien anímicamente prefiero no ingresar a clases.	X		X		X		
20	Me es fácil buscar excusas para no ingresar a clase.	X		X		X		

Observaciones: Existe Suficiencia

Opinión de aplicabilidad: Aplicable [] Aplicable después de corregir [] No aplicable []

Apellidos y nombres del juez validador: Mg. Yanet Ollinda Díaz Román DNI: 26676383

Especialidad del validador: Licenciado en Educación (Lengua – Literatura); Magister en Psicopedagogía

11 de Octubre del 2021.

¹Pertinencia: El ítem corresponde al concepto teórico formulado.

²Relevancia: El ítem es apropiado para representar al componente o dimensión específica del constructo.

³Claridad: Se entiende sin dificultad alguna el enunciado del ítem, es conciso, exacto y directo.

Nota: Suficiencia, se dice suficiencia cuando los ítems planteados por suficiencia para medir la dimensión.



Firma

CERTIFICADO DE VALIDEZ DE CONTENIDO DEL INSTRUMENTO QUE MIDE: ESTRATEGIAS DE AFRONTAMIENTO.

Nº	DIMENSIONE 8 / Items	Pertinencia ¹		Relevancia ²		Claridad ³		Sugerencias
		Si	No	Si	No	Si	No	
	DIMENSION: PENSAMIENTO DE MODERATIVO							
1	Ante cualquier dificultad busco el apoyo de mis familiares.	X		X		X		
2	Cuando se me presenta un problema planteo una solución adecuada.	X		X		X		
3	Cuando se me presenta una dificultad busco una opinión para resolverlo.	X		X		X		
4	Actuó con cordura ante cualquier problema.	X		X		X		
5	Soy razonable cuando quiero resolver un problema.	X		X		X		
	DIMENSION: EXPRESIÓN EMOCIONAL	Si	No	Si	No	Si	No	
6	Demuestro mis sentimientos humanos en todo momento.	X		X		X		
7	Tengo habilidad personal para comprender a mis pares.	X		X		X		
8	Tengo cualidades para generar buenas relaciones humanas.	X		X		X		
9	Expreso autoconciencia para comprender a mis pares.	X		X		X		
10	Demuestro empatía cuando socializo con mis pares.	X		X		X		
	DIMENSION: RESOLUCIÓN DE PROBLEMAS	Si	No	Si	No	Si	No	
11	Expreso disposición para resolver conflictos personales.	X		X		X		
12	Me gusta resolver problemas al momento.	X		X		X		
13	Solucionar cualquier conflicto debe ser rápido.	X		X		X		
14	Tengo disposición para lograr controlar un conflicto.	X		X		X		
15	Busco en todo espacio un buen clima.	X		X		X		
	DIMENSION: RETIRADA SOCIAL	Si	No	Si	No	Si	No	
16	No acostumbro intervenir en las dificultades de mis pares.	X		X		X		
17	Prefiero aislarme de cualquier situación social.	X		X		X		
18	Busco estar siempre solo y evitar la presencia de mis pares.	X		X		X		
19	No acostumbro compartir mis actividades personales.	X		X		X		
20	Estando solo me siento muy tranquilo.	X		X		X		

Observaciones: Existe Suficiencia

Opinión de aplicabilidad: Aplicable [] Aplicable después de corregir [] No aplicable []

Apellidos y nombres del juez validador: M^g: Yanet Ollinda Díaz Román DNI: 25575383

Especialidad del validador: Licenciado en Educación (Lengua – Literatura); Magister en Psicopedagogía

11 de Octubre del 2021.

¹Pertinencia: El ítem corresponde al concepto teórico formulado.

²Relevancia: El ítem es apropiado para representar el componente o dimensión específica del constructo

³Claridad: Se entiende sin dificultad alguna el enunciado del ítem, es preciso, exacto y directo

Nota: Suficiencia, se dice suficiencia cuando los ítems planteados son suficientes para medir la dimensión



Firma

CERTIFICADO DE VALIDEZ DE CONTENIDO DEL INSTRUMENTO QUE MIDE EL ESTRÉS ACADÉMICO

N°	DIMENSIONES / ítems	Pertinencia ¹		Relevancia ²		Claridad ³		Sugerencias
		Si	No	Si	No	Si	No	
DIMENSION 1: Estresores personales								
1	Cumplo con mis quehaceres educativos solo por obligación.	✓		✓		✓		
2	Siento que toda actividad académica requiere de mucha responsabilidad.	✓		✓		✓		
3	Tengo cierto temor a los exámenes que realizan los profesores.	✓		✓		✓		
4	Considero que las horas de trabajo son excesivas por la aglomeración de tareas.	✓		✓		✓		
5	Creo que las tareas educativas que realizo son cansadas y complejas.	✓		✓		✓		
DIMENSION 2: Reacciones Físicas								
6	Cuando no concluyo con mis labores académicas no puedo conciliar el sueño.	✓		✓		✓		
7	Con solo pensar en la complejidad de un examen me ocasiona insomnio.	✓		✓		✓		
8	Por más esfuerzo que hago para estudiar, no logro una buena concentración.	✓		✓		✓		
9	Siento que las clases de algunos docentes son aburridas y dan sueño.	✓		✓		✓		
10	Cuando difículto con mis estudios me desespero y pierdo el apetito.	✓		✓		✓		
DIMENSION 3: Reacciones psicológicas								
11	Todo me enfada y entro en conflictos permanentes con mis pares.	✓		✓		✓		
12	Discuto con un docente cuando contraria mis ideas.	✓		✓		✓		
13	Me parece que en la vida existen cosas más importantes que el estudio.	✓		✓		✓		
14	Siento por momentos perder todo interés por el estudio.	✓		✓		✓		
15	A menudo me siento triste y con ganas de llorar sin motivo alguno.	✓		✓		✓		
DIMENSION 4: Reacciones comportamentales								
16	Prefiero estar solo y hacer mis cosas individualmente.	✓		✓		✓		
17	No permito que otras personas se inmiscuyan en mis cosas.	✓		✓		✓		
18	A menudo no tengo ganas para realizar las tareas académicas.	✓		✓		✓		
19	Cuando no me siento bien anímicamente prefiero no ingresar a clases.	✓		✓		✓		
20	Me es fácil buscar excusas para no ingresar a clase.	✓		✓		✓		

Observaciones (precisar si hay suficiencia): SI EXISTE SUFICIENCIA

Opinión de aplicabilidad: **Aplicable [X]** **Aplicable después de corregir []** **No aplicable []**

Apellidos y nombres del juez validador, Dr/ Mgr: MOISÉS RÍOS, JOHN RICHARD

DNI: 23206977

Especialidad del validador: DOCENTE EN INVESTIGACIÓN Y CIENCIAS SOCIALES

LIMA 16 de septiembre del 2021

¹ Pertinencia: El ítem corresponde al concepto técnico formulado.

² Relevancia: El ítem es apropiado para representar al componente o dimensión específica del constructo.

³ Claridad: Se entiende sin dificultad alguna el enunciado del ítem, es conciso, exacto y directo.

Nota: Suficiencia, se dice suficiencia cuando los ítems planteados son suficientes para medir la dimensión.

SERVICIO PROFESIONAL DE ASesorIA ACADÉMICA

JOHN RICHARD MOISÉS RÍOS
 ASesor ACADÉMICO
 DNI. 23206977

Firma del Experto Informante.

CERTIFICADO DE VALIDEZ DE CONTENIDO DEL INSTRUMENTO QUE MIDE LAS ESTRATEGIAS DE AFORTNAMIENTO

N°	DIMENSIONES / Items	Pertinencia ¹		Relevancia ²		Claridad ³		Sugerencias
		Si	No	Si	No	Si	No	
DIMENSION 1: Pensamiento Desiderativo								
1	Ante cualquier dificultad busco el apoyo de mis familiares.	✓		✓		✓		
2	Cuando se me presenta un problema planteo una solución adecuada.	✓		✓		✓		
3	Cuando se me presenta una dificultad busco una opinión para resolverlo.	✓		✓		✓		
4	Actuó con cordura ante cualquier problema.	✓		✓		✓		
5	Soy razonable cuando quiero resolver un problema.	✓		✓		✓		
DIMENSION 2: Expresión emocional								
6	Demuestro mis sentimientos humanos en todo momento.	✓		✓	No	✓	No	
7	Tengo habilidad personal para comprender a mis pares.	✓		✓		✓		
8	Tengo cualidades para generar buenas relaciones humanas.	✓		✓		✓		
9	Expreso autoconciencia para comprender a mis pares.	✓		✓		✓		
10	Demuestro empatía cuando socializo con mis pares.	✓		✓		✓		
DIMENSION 3: Resolución de problemas								
11	Expreso disposición para resolver los conflictos personales.	✓		✓	No	✓	No	
12	Me gusta resolver problemas al momento.	✓		✓		✓		
13	Solucionar cualquier conflicto debe ser rápido.	✓		✓		✓		
14	Tengo disposición para lograr controlar un conflicto.	✓		✓		✓		
15	Busco en todo espacio un buen clima institucional.	✓		✓		✓		
DIMENSION 4: Retirada social								
16	No acostumbro intervenir en las dificultades de mis pares.	✓	No	✓	No	✓	No	
17	Prefiero aislarme de cualquier situación social.	✓		✓		✓		
18	Busco estar siempre solo y evitar la presencia de mis pares.	✓		✓		✓		
19	No acostumbro compartir mis actividades personales.	✓		✓		✓		
20	Estando solo me siento muy tranquilo.	✓		✓		✓		

Observaciones (precisar si hay suficiencia): SI EXISTE SUFICIENCIA

Opinión de aplicabilidad: Aplicable Aplicable después de corregir No aplicable

Apellidos y nombres del juez validador. Dr/ Mg: MOISÉS RÍOS, John Richard DNI: 28206977

Especialidad del validador: DOCENTE EN INVESTIGACION Y CIENCIAS SOCIALES

¹ Pertinencia: El ítem corresponde al concepto teórico formulado.

² Relevancia: El ítem es apropiado para representar al componente o dimensión específica del constructo.

³ Claridad: Se entiende sin dificultad alguna el enunciado del ítem, es conciso, exacto y directo.

Nota: Suficiencia, se dice suficiencia cuando los ítems planteados son suficientes para medir la dimensión.

LIMA 16 de AGOSTO del 2021

SERVIDOR PROFESIONAL EN INVESTIGACIÓN ACADÉMICA
J. MOISÉS RÍOS

JOHN RICHARD MOISÉS RÍOS
 ASESOR ACADÉMICO
 CUI. 8239977

Firma del Experto Informante.