



UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO

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

Estrés académico y resiliencia en una institución educativa pública  
en el distrito de Ate Vitarte, Lima 2022

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

**AUTOR:**

Vilcamiche Garcia, Omar Alejandro (orcid.org/0000-0002-8447-6449)

**ASESORA:**

Dra. Rangel Magallanes Maribel (orcid.org/0000-0002-5862-4145)

**LÍNEA DE INVESTIGACIÓN:**

Atención integral del infante, niño y adolescente

**LÍNEA DE RESPONSABILIDAD SOCIAL UNIVERSITARIA:**

Enfoque de género, inclusión social y diversidad cultural

LIMA – PERÚ

2022

## **Dedicatoria**

A mis padres Alejandro y Marceluz quienes con su afecto, aguante y esfuerzo me han permitido llegar a cumplir hoy un sueño más.

A todos mis seres queridos porque con sus rezos, consejos y palabras de aliento hicieron de mí una mejor persona y de una u otra forma me acompañan en todos mis sueños y metas.

Finalmente quiero dedicar esta tesis a Andrew Mostacero Cabanillas, por apoyarme cuando más lo necesite y por extender su mano en momentos difíciles.

### **Agradecimiento**

A la Universidad por ofrecerme la oportunidad de superarme de manera académica

A los profesores que a lo largo de la maestría que me transmitieron sus enseñanzas.

A mis jefes inmediatos por darme flexibilidad en mis labores y así poder cumplir esta meta.

## Índice de contenidos

Carátula.....	i
Dedicatoria .....	ii
Agradecimiento .....	iii
Índice de contenidos .....	iv
Índice de tablas .....	v
Índice de figuras .....	vi
Resumen.....	vii
Abstract.....	viii
I. INTRODUCCIÓN .....	1
II. MARCO TEÓRICO.....	4
III. METODOLOGÍA .....	14
3.1. Tipo y diseño de investigación .....	14
3.2. Variables y operacionalización.....	16
3.3. Población, muestra y muestreo .....	17
3.4. Técnicas e instrumentos de recolección de datos.....	18
3.5. Procedimientos .....	21
3.6. Método de análisis de datos.....	21
3.7. Aspectos éticos .....	21
IV. RESULTADOS.....	22
V. DISCUSIÓN .....	36
VI. CONCLUSIONES .....	41
VII. RECOMENDACIONES .....	42
REFERENCIAS.....	43
ANEXOS .....	50

## Índice de tablas

<b>Tabla 1</b>	Distribución de la población de alumnos matriculados 2022.....	17
<b>Tabla 2</b>	<i>Validez por juicio de expertos</i> .....	19
<b>Tabla 3</b>	<i>Resultados alfa de Cronbach del instrumento de estrés académico</i> .....	20
<b>Tabla 4</b>	<i>Resultados alfa de Cronbach del instrumento de resiliencia</i> .....	20
<b>Tabla 5</b>	<i>Nivel de Estrés Académico de los estudiantes</i> .....	22
<b>Tabla 6</b>	<i>Nivel de la dimensión Estresores de los estudiantes</i> .....	23
<b>Tabla 7</b>	<i>Nivel de la dimensión síntomas de los estudiantes</i> .....	24
<b>Tabla 8</b>	<i>Nivel de la dimensión Estrategias de Afrontamiento de los estudiantes</i> .	25
<b>Tabla 9</b>	<i>Niveles de Resiliencia de los estudiantes</i> .....	26
<b>Tabla 10</b>	<i>Niveles de la dimensión Competencia Personal de los estudiantes</i> .....	28
<b>Tabla 11</b>	<i>Niveles de la dimensión Aceptación del Sí mismo de los estudiantes</i> ...	29
<b>Tabla 12</b>	<i>Prueba de Normalidad de las variables</i> .....	30
<b>Tabla 13</b>	<i>criterios de evaluación de coeficiente de correlación Rho Spearman</i> ...	31
<b>Tabla 14</b>	<i>Prueba de Hipótesis de Variables</i> .....	32
<b>Tabla 15</b>	<i>Prueba de Hipótesis específica 1</i> .....	33
<b>Tabla 16</b>	<i>Prueba de Hipótesis específica 2</i> .....	34
<b>Tabla 17</b>	<i>Prueba de Hipótesis específica 3</i> .....	35
<b>Tabla 3</b>	<i>Resultados alfa de Cronbach del instrumento de resiliencia</i> .....	76
<b>Tabla 4</b>	<i>Rangos del alfa de Cronbach</i> .....	77

## Índice de figuras

<b>Figura 1</b> Representación gráfica de los niveles Nivel de Estrés Académico de los estudiantes .....	22
<b>Figura 2</b> Representación gráfica de los niveles de la dimensión estresores de los estudiantes .....	23
<b>Figura 3</b> Representación gráfica de los niveles de la dimensión síntomas de los estudiantes .....	24
<b>Figura 4</b> <i>Representación gráfica de los niveles de la dimensión estrategias de afrontamiento al estrés de los estudiantes</i> .....	25
<b>Figura 5</b> Representación gráfica de los niveles de Resiliencia de los estudiantes .....	26
<b>Figura 6</b> Representación gráfica de los niveles de la dimensión Competencia Personal de los estudiantes .....	28
<b>Figura 7</b> Representación gráfica de los niveles de la dimensión Aceptación del sí mismo y de la vida de los estudiantes .....	29

## RESUMEN

En el siguiente trabajo de investigación tuvo como meta el determinar la relación del estrés académico y la resiliencia en estudiantes de una institución educativa pública del distrito de Ate Vitarte.

La institución de estudio contó población de 879 estudiante y se utilizó una muestra de 269 tomada de manera probabilística; se hizo empleo de una metodología de tipo de básica y con un diseño no experimental, asimismo, se aplicó la técnica de la encuesta y como instrumentos se hizo uso del Inventario Sisco SV21 para medir el estrés académico y la escala de Resiliencia de Wagnild y Young concluyó que el 79,18% de los estudiantes presenta un nivel de estrés académico medio o moderado, mientras que 76,95% presentan un nivel alto en su resiliencia, finalmente con respecto a los resultados inferenciales se determinó que existe relación negativa muy baja entre las variables de estudio con Rho  $-0.190$  en los estudiantes de estudio.

**Palabras clave:** estrés académico, resiliencia, Ate Vitarte.

## ABSTRACT

In the following research work, the goal was to determine the relationship between academic stress and resilience in students of a public educational institution in the Ate Vitarte district.

The study institution had a population of 879 students and a probabilistic sample of 269 was taken; a basic type methodology was used and with a non-experimental, different design, the survey technique was applied and the Sisco SV21 Inventory was used as instruments to measure academic stress and the Wagnild and Young Resilience scale concluded that 79.18% of the students have a medium or moderate level of academic stress, while 76.95% have a high level of resilience, finally with respect to the inferential results it is concluded that there is a very negative relationship low among the study variables with Rho  $-.190$  in the study students.

**Keywords**, academic stress, resilience, Ate Vitarte.

## I. INTRODUCCIÓN

En el mundo de hoy el cual es producto de la globalización las personas se ven fuertemente demandadas desde edades cada vez más tempranas, la sociedad, la exigencia que tienen los estudiantes por parte de la escuela e incluso la familia pues esperan mucho de ellos, además de sumar los estragos que ha dejado la pandemia del COVID 19 desde el 2020, esta situación llevo a los estudiantes adaptase a una nueva realidad.

Por su parte mediante estudios realizados por el Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia UNICEF (2020) en la encuesta de U- Report la cual fue suministrada en adolescentes de entre diez y diecinueve años de edad del país de México, determino que ante las diferentes situaciones de estrés producidos por los estragos del COVID 19, este grupo etario fue una de las más afectadas, según la encuesta reveló que en un promedio el 42% se encuentra estresado por no salir de sus casas, 22% afirmo sentirse decaído casi todos los días así como que un 32% manifestó presentar dificultades para concentrarse todos los días.

De modo similar, en el país vecino de Chile según el laboratorio de investigación e innovación en educación para América Latina y el Caribe SUMMA (2020) describen que solo el 18% de los estudiantes reciben clases virtuales mientras que el resto de la población solo reciben guías o recursos pedagógicos de manera físicos o virtuales.

Asimismo, UNESCO y OMS (2021) afrontan la crisis sanitaria mundial con diferentes propuestas de intervención de manera colaborativa con los diferentes gobiernos a nivel mundial proporcionando programan integrales tanto en materia de salud y de nutrición dentro de las escuelas. En efecto es importante resaltar que durante la escolaridad es donde los individuos adquieren en mayor grado capacidades para relacionarse con su entorno llevando como base lo aprendido en el hogar, así que, un factor como el estrés particularmente el académico ha tomado más relevancia en estos últimos tiempos.

En esa misma línea la Organización Mundial de la Salud (2016) indicó que mediante un estudio realizado a 600 jóvenes, entre los catorce y dieciocho años han tenido algún hecho de agresividad dentro de sus centros de aprendizaje lo cual es una clara evidencia el escaso control de las emociones entre ellas la ira, otro dato sumamente alarmante dio a conocer que los países entre los cuales este flagelo tiene más relevancia se encuentran en Europa a diferencia de lo que se

esperaría en Latino América.

Frente a lo descrito, el Perú no ajeno a esta problemática de corte mundial para el diario Gestión (2021) menciona que el gobierno peruano toma las medidas de seguir con la educación de manera virtual por segundo año consecutivo dejando sin una interacción presencial a más de 240 000 estudiantes, cabe resaltar que esta medida no satisface a toda la población pues en nuestro país solo el 39% de los hogares cuanto con un acceso a la conexión de internet.

Además, que Lima metropolitana presenta el 63% de acceso al internet y solo el 5% en el área rural, estos datos son sumamente importantes ya que nos ubica en la cruda realidad de nuestro entorno y de la problemática que tienen nuestros estudiantes y como esos factores pueden alterar su rendimiento y su capacidad para aprender.

En esa misma línea el Instituto Nacional de Salud Mental (2021) refiere que los adolescentes confinados producto de las medidas tomadas por el gobierno para prevenir los contagios del COVID-19 manifestaron que 68.5% presento preocupación, el 66.1% desesperanza y el 61.9% sintió miedo en lo que va desarrollando la cuarentena, cifras alarmantes si se le suma la carga escolar, las limitaciones económicas, falencias en el hogar y el escaso apoyo por el estado

Ahora bien en sectores como los que son Lima Este, en particular el distrito de Ate Vitarte el cual es representado por ser un distrito emergente, emprendedor y pluricultural también se vio afectado en lo que refiere el sector educación el cual con la vista en formar a ciudadanos con valores y conocimientos para poder afrontar la vida diaria se vio cambiado a utilizar herramientas tecnológicas y muchos optar por sesiones virtuales, enviar clases ya realizadas o en último caso no implementar las clases, estas nuevas alternativas de enseñanza repercute en el desarrollo de la inteligencia emocional de los estudiantes que producto de la nueva forma de exigencia y la presión e incertidumbre se encuentran desorientados.

De acuerdo con lo desarrollado, se planteó el siguiente problema general de investigación: ¿Cuál es la relación entre el estrés académico y la resiliencia en una institución educativa pública del distrito de Ate Vitarte, Lima 2022? Además, se planteó cuatro problemas específicos, primero: ¿Cuál es la relación entre la dimensión estresores y la resiliencia en una institución educativa pública del distrito

de Ate Vitarte, Lima 2022?, segundo: ¿Cuál es la relación entre la dimensión síntomas y la resiliencia en una institución educativa pública del distrito de Ate Vitarte, Lima 2022? Y tercera: ¿Cuál es la relación entre la dimensión estrategia de afrontamiento y la resiliencia en una institución educativa pública del distrito de Ate Vitarte, Lima 2022?

Con respecto al objetivo general propuesto fue: Determinar relación entre el estrés académico y la resiliencia en una institución educativa pública del distrito de Ate Vitarte, Lima 2022. Asimismo, se plantearon objetivos específicos el primer objetivo específico es determinar relación la dimensión estresores y la resiliencia en una institución educativa pública del distrito de Ate Vitarte, Lima 2022, segundo: determinar relación entre la dimensión síntomas y la resiliencia en una institución educativa pública del distrito de Ate Vitarte, Lima 2022 y tercero determinar la relación entre la dimensión estrategias de afrontamiento y la resiliencia en una institución educativa pública del distrito de Ate Vitarte, Lima 2022. Por otro lado, se planteó, la hipótesis general: Existe relación que existe entre el estrés académico y la resiliencia en una institución educativa pública del distrito de Ate Vitarte, Lima 2022. Además, se consideraron hipótesis específicas iniciando por: existe relación entre la dimensión estresores y la resiliencia en una institución educativa pública del distrito de Ate Vitarte, Lima 2022, segundo: existe relación entre la dimensión síntomas y la resiliencia en una institución educativa pública del distrito de Ate Vitarte, Lima 2022 y tercero: existe relación entre la dimensión estrategia de afrontamiento y la resiliencia en una institución educativa pública del distrito de Ate Vitarte, Lima 2022.

La investigación se justificó de manera teórica mediante la recopilación y ampliación de teorías actuales que describen la probable influencia del estrés académico en la resiliencia de los estudiantes de último año de su educación secundaria. Cabe resaltar la importancia de los resultados y conclusiones de este estudio pues podrán ser utilizados para contrastar las teorías propuestas en la investigación. A su vez metodológicamente aporta describiendo los niveles de estrés académico que presentan los diferentes estudiantes de un colegio estatal en el distrito de Ate Vitarte de igual manera que su resiliencia, siendo esto relevante para tomar medidas de control o manejo en la comunidad educativa.

## II. MARCO TEÓRICO

Para el constructo teórico se llevó a consultar diferentes investigaciones en diversos repositorios internacionales y nacionales, en el extranjero tenemos los aportes de Quito et al. (2017) los cuales gestionaron una investigación sobre el nivel de estrés académico dirigido a una población de 60 estudiantes de bachillerato de entre dieciséis y dieciocho en el país del Ecuador la metodología empleada para la realización fue de tipo descriptiva, los resultados de la investigación concluyeron que el 90% de la muestra presentaron un estrés académico moderado a profundo. Esta cifra tiene como consecuencia en los estudiantes al manifestarse de diferentes formas como por ejemplo el empezar rascarse de manera frecuente, morderse las uñas, trastornos en el estado del sueño tanto para poder conciliar el sueño o para mantenerse despiertos, angustia y hasta desesperación.

Por su lado el estudio que realizaron Hosseinkhani et al. (2021) en el país de Irán donde se plantearon la meta de identificar el nivel de estrés académico de 1724 estudiantes adolescentes entre los doce y diecinueve años de edad, utilizaron un método descriptivo donde primo la observación de la variable en su ambiente natural dio como resultado que 45.7% de los evaluados entre hombres y mujeres presentaron un nivel de estrés académico moderado o medio, el estudio concluyo que los estudiantes reciben grandes cargas de estrés académico debido a la incertidumbre del futuro, la fuerte competencia académica entre compañeros y la presión por parte de los docentes y familiares.

En cuanto a la variable de resiliencia tenemos aportes internacionales del país vecino de Colombia por Jurado et al. (2018) donde se plantearon el objetivo de analizar los niveles de resiliencia en catorce estudiantes de entre diez y catorce años de una institución educativa rural ubicada en el municipio de Belén, para el desarrollo de su investigación utilizaron el método correspondiente al estudio de casos, en cuanto a sus resultados finales concluyeron que el 85.7% de los participantes presentaron un nivel entre alto y muy alto en su resiliencia mientras que el 14.3% de los restantes se ubicaron en un nivel medio en cuanto a su resiliencia. En conclusión, los estudiantes que presentaron los niveles altos y muy altos de resiliencia presentan un elevado nivel de reciprocidad, suelen presentar

gran empatía, afecto, son en mayor medida con más sentido social y en presentan un mejor rendimiento académico.

Asimismo, en la ciudad de Valencia, España dentro de la investigación propuesta por Arnau et al. (2018) Donde se plantearon explorar como influye la resiliencia sobre la ansiedad competitiva en 74 nadadores que se encuentran en edad escolar para lograr cumplir con su objetivo utilizaron un método descriptivo donde resalto que el 27% de los evaluados presentaron un nivel muy alto de resiliencia, seguido del 25.7 con nivel bajo, 24.3% con muy bajo y 23% con un nivel alto.

Para los investigadores Subramani y Venkatachalam (2019) quienes realizaron una investigación de tipo descriptiva en el país de la India en estudiantes de nivel secundario pertenecientes a tres escuelas diferentes. Para esta investigación contaron con la participación de 198 estudiantes, recolectando información mediante su propio cuestionario los resultados concluyeron que el 96% considera que del estrés académico es producido por los padres de los estudiantes, otro 96% manifiesta que es producido por el temor de rendir mal una evaluación académica, mientras que el 89.4% sentir estrés por compararse con sus compañeros. La conclusión de la investigación dio como respuesta que la gran parte del estrés producido a los estudiantes es de índole externo, esto repercute con su estado de salud mental.

En cuanto a los aportes nacionales tenemos la investigación propuesta por Domínguez (2019) donde se propuso investigar las variables de inteligencia emocional y estrés académico con una muestra de 60 alumnos, utilizaron un método no experimental de tipo descriptiva correlacional concluyeron que el 45% indican que a veces se sienten estresados por la demanda académica, dando como resultado la fatiga mental de los estudiantes.

Asimismo, Escajadillo (2019) donde se planteó el objetivo de determinar las variables de estrés académico y las de hábitos de estudio en una muestra de 149 estudiantes de cuarto año de nivel secundaria en una institución de un distrito ubicado al norte de Lima Metropolitana, mediante una metodología descriptiva

correlacional se concluyó que 57.72% presenta un nivel de estrés académico medio o regular, por parte de la dimensión estresores el nivel predominante fue el nivel alto con 65.1% seguido del nivel muy alto con el 30.2% y el nivel medio o regular con el 3.4% en cuanto a la dimensión síntomas predominó el nivel medio o moderado con el 47.7% seguido del nivel alto con 26.2% y por parte de la dimensión estrategias de afrontamiento al estrés el nivel predominante fue el nivel medio o moderado con el 54.4% seguido del muy alto con el 24.8%. con respecto a sus resultados inferenciales se obtuvieron los siguientes resultados la hipótesis general se determinó que ambas variables guardan relación con un Rho 0.840 significativa y positiva, con respecto a la hipótesis específica 1 se concluyó que guarda una relación significativa y positiva entre la dimensión estresores y los hábitos de estudio con Rho de ,773. En la hipótesis específica 2 se concluyó que se guarda una relación considerable y positiva entre la dimensión síntomas y los hábitos de estudio con Rho de ,596. Y por parte de la hipótesis específica 3 se concluyó que guarda una relación significativa y positiva entre la dimensión estrategias de afrontamiento y los hábitos de estudio con Rho de ,744.

En el contexto peruano se amplía los aportes como el de Castro (2021) quien se propuso la meta de relacionar las variables de resiliencia y estrés en 59 estudiantes mediante una metodología descriptiva de tipo correlacional donde resalta los resultados de que 61.54% de los evaluados presentan un estrés grave, 26.92% un estrés moderado y el 11.54% se encontraron un estrés grave por parte de la variable de resiliencia se concluyó que el 86.54% presentaron un nivel de resiliencia alto mientras que el otro 13.46% presentaron un nivel medio. En cuanto a la relación de ambas variables el resultado fue que presentan una relación inversa según Spearman = -.187.

Además, Álvarez (2020) en donde realizó una investigación que tuvo como objetivo determinar la resiliencia en un colegio técnico en la zona de Huaycán con una metodología descriptiva donde concluyo que el 66,15% de los estudiantes de estudio presentaron un nivel de resiliencia medio o moderado, seguido de un nivel bajo con un 33,85% con respecto a la dimensión de competencia personal con 78,31% con un nivel medio o moderado y con respecto a la dimensión aceptación del sí mismo un nivel medio o moderado con 30,76%. Con estos resultados se

puede inferir que los alumnos tienden estar desgastados con una motivación baja ante los nuevos aprendizajes.

De esta manera, Torpoco (2018) mediante su investigación en el distrito de comas sobre las variables de tareas escolares y la de estrés académico en un contexto escolar se planteó la meta de cómo se relacionan ambas variables para la realización del estudio utilizó una metodología básica con un nivel descriptivo correlacional, con una muestra de 420 estudiantes de ambos sexos de los cuales se utilizó una muestra de 201 estudiantes como conclusión se encontró que dentro de los niveles de estrés académico en 60.2% se encuentran en nivel medio, seguido del 28.9% de un nivel bajo y del 10.9% de nivel alto. Con respecto a la correlación de ambas variables según el Rho de Spearman fue 0.072 la cual indica que existe una correlación positiva sin embargo muy débil entre ambas variables.

Además, dentro de los aportes de Castro (2021) donde se planteó como objetivo el de relacionar las variables de hábitos de estudios y el estrés académico de 52 estudiante donde utilizó una metodología de nivel primario de tipo descriptivo correlacional donde se concluyó que en cuanto al nivel de estrés académico encontrado fue que el 39% se encuentra en nivel alto, seguido del 33.9% se encuentra en un nivel bajo y el 27.1% se encuentran en nivel medio. En cuanto a la correlación de ambas variables se determinó que en cuanto a la relación entre la variable tareas escolares y estrés académico tiene una relación positiva muy débil con un Rho ,0072. Con los datos obtenidos se infiere que repercute en estado ánimo, percepción de la vida y afectando su salud mental y desarrollo adecuado.

Para Pauccara (2021) en su investigación donde se planteó el objetivo de relacional las variables de procrastinación y la del estrés académico en una muestra de 112 estudiantes, utilizó un tipo de investigación básico mediante un diseño no experimental con alcance correlacional, se concluyó que ambas variables según el Rho de Spearman fue de  $-.477$ ; en cuanto a los niveles de estrés académico se determinó que el 42.0% de los evaluados se encuentran en un nivel medio, seguido del 30.4% que se encuentran en un nivel alto y el 27.7% con un nivel bajo. Para dicha investigación que casi el 30 % de los estudiantes tenga nivel alto de estrés académico puede llevar a estos alumnos a desarrollar estados prolongados de

alerta, falta de sueño, agresividad, aislamiento entre otras, es necesario tomar acciones en beneficio de la población de estudio.

Es necesario para el desarrollo de la investigación abordar las variables de estudio, hablar sobre estrés académico implica conocer sus orígenes, que teorías tanto clásicas o contemporáneas y así también que enfoques se encuentran vinculadas. Se referirá a estrés según Barraza (2007) como aquellos efectos de índoles fisiológicos, psicológicos y comportamentales como respuesta del organismo ante situaciones aversivas en búsqueda de su equilibrio funcional o homeostasis. Es importante recalcar que el primer exponente del término fue Selye (1956) quien dentro de su libro centra las bases necesarias para entender el estrés pues para su época mediados del siglo XX propone que es la respuesta que se tiene producto de un desequilibrio del organismo que puede ser causado por agentes intrínsecos o extrínsecos, a todo lo propuesto lo denomina síndrome general de adaptación, tiene la particularidad que sus consecuencias pueden ser de carácter crónico. Asimismo (Ungar, 2018). Se refiere al estrés desde época de la primera guerra mundial es decir primeras décadas del XX ya se tenía una noción de la palabra resiliencia mediante el seguimiento de los soldados sobrevivientes. Tomando en cuenta lo mencionado podemos inferir que el grado de estrés dependerá del estresor según sea su intensidad, la frecuencia, el número de estresores simultáneos y que mecanismos tiene el organismo para regularse. Además, ampliando la concepción de la resiliencia por parte del campo de la psiquiatría para Aguirre et al. (2002) quien hace referencia que es la capacidad social del ser humano para adaptarse a su entorno, dicho concepto fue acogido por la corriente del conductismo donde fue trabajado en los sobrevivientes afectados en los campos de concentración Nazi, así como también con los niños en estado de indefensión de Rumania y Bolivia.

Dentro de las teorías que hacen mención del estrés tenemos como primera propuesta a la de Selye (1960) quien como pionero en el término lo denomina síndrome general de adaptación si bien en su época era revolucionaria pues explicaba que los organismos cuando son afectados por entes estresores que podían ser de procedencia externos o internos el organismo se defiende mediante reacciones que busquen autorregularse, esta teoría propone tres fases,

la primera fase se le denomina de alarma donde el ser humano pasa de estar de un estado pasivo a uno activo, en la segunda fase a la cual se le concedió el nombre de resistencia donde se busca restaurar el equilibrio del organismo, mientras que en la tercera fase de agotamiento producto de una prolongada exposición al o a los entes estresores el organismo agotado no puede adaptarse y los signos y síntomas que padece son más significativos.

Otra teoría que aborda las nociones del estrés es la transaccional encabezado por Lazarus y Folkman (1986) consideran al estrés como un proceso natural y dinámico entre el individuo y el ambiente donde se desarrolla, para los autores la persona evalúa su entorno de manera constante y bajo su percepción pondrá en disposición los recursos que tiene a su alcance. Asimismo, tenemos la teoría de Holmes y Rahe (2019) mediante un enfoque humanista proponen que el ambiente está fuertemente involucrado con el nivel o grado de estrés de las personas sin embargo estos serían producidos por hechos o eventos significativos propios del desarrollo humano, como por ejemplo el pasar de un nivel de jardín a primaria, de secundaria a la universidad, entre otros. Todos estos eventos propios del desarrollo pueden causar en algún grado estrés.

Es importante ampliar con lo que dice Ortega (2014) sobre los grados de estrés que puede presentar un individuo pues cada uno conlleva características únicas que repercute en la salud física, emocional y espiritual de la persona, el grado agudo hace referencia a una respuesta intensa del organismo sin embargo presenta una duración breve, el grado subagudo donde resalta una respuesta moderada con un periodo de tiempo mayor producto a situaciones pasajeras y el grado crónico se entiende como una respuesta leve pero su tiempo es más prolongado siendo la que más desgasta al organismo.

Con lo señalado resaltar que un estresor puede ser la exigencia académica que tienen los alumnos quienes producto de la nueva normalidad no tienen muchas alternativas para poder descargar la tensión que les genera la demanda por los docentes, familiares y ellos mismos, entonces, Barraza (2007) define conceptualmente al estrés producto de la demanda académica como aquel proceso sistémico en el cual se somete al educando un proceso de adaptación de índole

físico y psicológico producto a los factores involucrados en el proceso de enseñanza aprendizaje.

Así también tener en consideración como afecta en la vida de los estudiantes el estrés académico pues según Martín (2007) indica que tiene repercusión directa con el estado emocional de nuestros jóvenes estudiantes, a la vez en su salud física e incluso afecta sus relaciones interpersonales, por tal motivo los estudiantes que son sometidos a prolongados estados de estrés presentan tienden a manifestar hábitos que perjudican su salud física, psicológica y espiritual, asimismo, Cáceres (2014) quien aborda los conceptos del estrés académico mediante la psicología clínica y de la salud, sostiene que cuando se habla de estrés en particular del académico es decir ligado a un entorno de aprendizaje se suele abordar solo la parte cognitiva del ser humano dejando de lado u omitiendo el lado multifactorial del mismo.

Entre las causas que están ligadas al estrés académico, para Roman et al. (2008) tenemos las exigencias de carácter académico van cada vez en aumento producto de la competitividad de la sociedad, muchos centros escolares y padres, buscan que sus hijos pasen la mayor parte de su tiempo libre dedicados en actividades que los incentiven un mejor desempeño y sobre todo, obtener calificaciones altas, para que de esta forma puedan reflejar que son más competitivos e inteligentes. Por su parte, Davila y Arias (2013) manifiestan, que son diversas las causas que desencadenan estrés en nuestros estudiantes, como suelen ser las muchas horas que se pasan en las aulas, así como también los constantes trabajos, las presiones por parte de los padres y docentes, la escasa motivación que tienen, el no sentirse valorados o que le reconozcan los logros por las personas significativas, la dinámica escolar y la percepción de la poca confianza en las capacidades.

Entre los efectos del estrés académico según Barra (2009) se asume que el proceso de estrés académico como parte de un proceso adaptativo de interacción entre el educando y su entorno en donde mediante sus experiencias vividas o vistas, lo prepara para poder reaccionar a través de lo aprendido y le permite adaptarse empleado esos recursos previos, asimismo Kleinke (2007) mencionó que en la actualidad se suele pensar que el estrés académico está estrechamente

ligada como una dificultad que más genera, conlleva o predispone a consecuencias de índole netamente negativas entre nuestros educando quienes de cierto modo los puede limitar en su capacidad para poder prestar atención durante las jornadas escolares, así como también les dificulta el memorizar e interiorizar nuevos conocimientos dando como consecuencia que al sobre exigirse muestren señales de cansancio y fatiga de manera física y en sus pensamientos se ve una pérdida de interés en las actividades que realiza, asimismo se suelen presentar más problemas para cumplir con las actividades encomendadas en el tiempo determinado, se presenta aumento en la deserción académica.

Dentro de las teorías que fundamentan la resiliencia se abordaran cuatro de ellas que son representativas para el presente estudio empezaremos con la teoría personalista planteada por Gómez y Kotliarenco (2010) según estos autores refieren que la teoría personalista se encuentra dentro de la teoría genética de tal modo que a través de esto se explica que existan sujetos con predisposición en sus genes para que no sean afectados de manera significativa ante un acontecimiento adversos, es decir presentan un temperamento con altos niveles de habilidades cognitivas que los predispone a estar preparados ante diferentes situaciones. Asimismo, la teoría sistémica según los autores Greco et al. (2007) quienes plantean que los individuos quienes presentan una mejor manera para afrontar situaciones de adversidad son aquellos que se crecen y se desarrollan con familiares positivos que les brindan las herramientas necesarias para la vida a través del apoyo y la motivación. Del mismo modo otros representantes de las teorías de la resiliencia tenemos el aporte que realizó Grotberg (1995) quien nos fundamenta su teoría del desarrollo manifiesta que la resiliencia esta dinámica altamente cambiante y no podemos considerarla como una capacidad que se mantenga fijada en el tiempo, de acuerdo a lo planteado por la autora para que un individuo pueda afrontar un acontecimiento adverso, creo un modelo de centrado en el poder de la verbalización mediante cuatro expresiones siendo el yo puedo, seguido del yo soy, yo tengo y por ultimo yo estoy; Esta teoría la cual alude a que el individuo se dé cuenta de la situación que está afrontando para que con ayuda de estas expresiones pueda salir airoso ante situaciones amenazantes. Para finalizar tenemos a la cuarta teoría de los autores Wagnild y Young (1993) quienes plantean la teoría del rasgo de personalidad, donde se indica que la resiliencia es

un rasgo personal siendo una característica de la persona que lo ayuda a disminuir y neutralizar las consecuencias adversas del entorno, los autores de la teoría mencionan características de estas personas como la perseverancia que los impulsa a seguir luchando antes un evento adverso, la ecuanimidad que se entiende como una capacidad para guardar un punto de vista equilibrado de la vida, satisfacción personal que le brinda al sujeto la capacidad para comprender el significado de la vida, confianza en sí mismo donde se destaca la capacidad para identificar las cualidades propias y la de sentirse bien solo siendo la capacidad para poder vivir la vida sin aferrarse a alguien o algo.

Para Wolin y Wolin (2010) quienes proponen pilares para el entendimiento de la resiliencia, presentan como base a la introspección, que lo entendieron como una capacidad de autoanálisis de preguntarse a sí mismo y responderse de manera honesta; seguido de la independencia, entendida como aquella capacidad de mantener una distancia sea física o emocional siempre y cuando no se caiga en el aislamiento; así también proponen como base a la capacidad para relacionarse, lo detallan como la habilidad para formar vínculos saludables con otras personas; de igual manera indican a la iniciativa como un pilar, dando a entender que es un fustro de proponerse desafíos; desarrollan el Humor, como esa capacidad para encontrar lo positivo en las dificultades; asimismo la creatividad, como esa capacidad crear, desarrollar y fomentar a consecuencia de las dificultades; y como ultimo pilar hablan sobre la moralidad, como esa capacidad que tienen las personas para comprometerse con sus propios valores. Asimismo, autores como Connor y Davidson (2003) entienden a la resiliencia como como esa capacidad para poder demostrar cualidades individuales en donde la persona logra ponerse de pie ante las adversidades. Teniendo en cuenta los conceptos de ambas variables es importante estudiarlas en los diferentes ámbitos de la vida humana en especial en la etapa donde la persona está por terminar la época escolar pues es un periodo de cambio físico, mental y académico.

De igual manera es importante precisar lo que menciona Santiago et al. (2020) sobre la resiliencia que esta capacidad se relaciona muy estrechamente con todas las virtudes que acompañan a la persona, así como con la predisposición positiva al cambio, a la transformación al reinventarse y además a la competencia

personal, si bien la resiliencia promueve a los seres humanos a tender la tendencia de tomar las cosas con más tolerancia, comprender, meditar y reflexionar mejor lo que sucede en el entorno inmediato, su enfoque se basa sobre todo en los valores y su personalidad. Es esencialmente visible cuando el alumno es demandado en donde se manifiestan las fortalezas anteriormente mencionadas que si lo tiene desarrollado les brindan la capacidad de un alto desempeño educativo.

En la misma línea Para Henderson y Milstein (2005) estos corresponden promover los procesos de soporte a los estudiantes, a través de un apoyo que tiene que ser constante y así como la guía para fortalecer el proceso de considerado como enseñanza además de motivar a que los alumnos para que puedan cumplir con sus metas trazadas, sin embargo, estas metas propuestas deben ser en especial realistas y accesibles, y siempre de acuerdo a la realidad de cada uno de los estudiantes, además estos autores consideran de vital importancia el promover la participación activa de los estudiantes en diversas actividades programadas, que busquen el fortalecer las capacidades para poder resolver problemas o dificultades, interactuar adecuadamente con el entorno entre ellos compañeros, docentes, comunidad escolar y comunidad en general, así también, el alumno debe estar preparado para plantearse objetivos y sobre todo tomar decisiones adecuadas para su desarrollo funcional.

### **III. METODOLOGÍA**

#### **3.1. Tipo y diseño de investigación**

##### **Tipo de investigación: básica**

Dentro del campo de la metodología de la investigación existen diversos autores quienes, a través de sus conocimientos, experiencias y sobre todo con la predisposición para explorar las teorías y actualizarlas, contribuyendo así con la comunidad científica. Entre ellos podemos reconocer lo que dice CONCYTEC (2020) indica que una investigación es de tipo básica si se busca un conocimiento holístico mediante el entendimiento de los fenómenos, acontecimientos observables o de las relaciones entre los individuos, asimismo otros autores reconocen los tipos de investigación como el básico y aplicado, donde la investigación básica o llamada pura que según Tacilio (2016) es en el cual el investigador de índole científico explora diversas teorías con el propósito de someterlas a prueba en búsqueda de encontrar algunas contradicciones, vacíos, limitantes o interpretaciones con un grado más profundo y exhaustivo. Este tipo de investigaciones manejan una lógica consistente, las cuales contribuyen con el desarrollo y evolución de las teorías, así como la actualización de estas, todo este trabajo por parte del o los investigadores suelen ser de relevancia en la ciencia. Asimismo, existe el tipo de investigación denominado como aplicado donde el investigador emplea las teorías seleccionadas con el fin de solucionar conflictos del entorno.

Asimismo, para los investigadores Arias y Covinos (2021) donde de igual forma denominan a la investigación de tipo básica como aquella investigación donde no se busca resolver problemáticas del entorno próximo, sino, proponen bases teóricas firmes para diversas propuestas de investigaciones de alcances como los exploratorios, descriptivos o de correlación. Según lo planteado en los párrafos antes señalados está investigación propondrá un tipo de investigación básica pues se buscará mejorar la comprensión teórica en la relación a las variables propuestas por el investigador.

## **Investigación: correlacional**

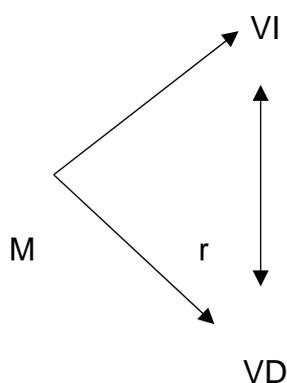
La presente investigación será tipo correlacional ya que pretende medir la relación de dos variables en su entorno natural en concordancia a lo que dice Hernández (2018) que considera investigación correlacional a las investigaciones que tiene como fin u objetivo descubrir la relación o grado de asociación que existiera entre dos o más variables en un momento determinado.

### **Diseño de investigación: no experimental**

Con respecto al diseño de investigación según lo propuesto por Hernández (2018) menciona dos tipos de diseños el primero de corte experimental donde se encuentra los preexperimentales, los puros y los llamados cuasiexperimentales y también tenemos los diseños no experimentales que tiene un corte transversal y el otro longitudinal, si bien no existe un mejor diseño que el otro, queda en criterio del investigador cuál de los dos se utilizará para la construcción de su investigación.

### **Diseño: correlacional**

Por lo tanto, la presente investigación planteará realizar una de tipo no experimental, transversal correlacional que según Hernández (2018) considera que es en la cual se buscará describir la relación entre dos o más variables en los mismos sujetos de estudio en un lugar y momento determinado.



Dónde: M es la muestra, VI variable 1, VD variable 2 y r la relación entre ambas variables.

### 3.2. Variables y operacionalización

Para (Barraza, 2007) el estrés académico, se la define conceptualmente como los efectos de índoles fisiológicos, psicológicos y comportamentales como respuesta del organismo ante situaciones aversivas en búsqueda de su equilibrio funcional o homeostasis

**Definición operacional:** La variable se medirá mediante puntaje obtenido de manera general y de sus dimensiones estresores, física, psicológica y comportamental a través del inventario SISCO del estrés.

**Indicadores:** dentro de la primera dimensión estresores se cuenta con la presencia de los indicadores de competitividad, sobrecarga de asignaturas y hablar en público; la segunda dimensión física se encuentra los indicadores de insomnio, somnolencia, fatiga y exceso de apetito o inapetencia; la tercera dimensión la psicológica presenta los indicadores de conductas ansiosas, irritabilidad e impaciencia; y la última dimensión la comportamental comprende los indicadores de aislamiento, conflicto social y de inquietud motriz.

**Escala de medición:** nominal

Resiliencia, La resiliencia es una característica de la personalidad que modera el efecto negativo del estrés y fomenta la adaptación. (Wagnild y Young, 1993).

**Definición operacional:** La variable se medirá mediante puntaje obtenido de manera general y de sus dimensiones a través de la escala de Resiliencia de Wagnild y Young.

**Indicadores:** dentro de la primera dimensión competencia personal se cuenta con dos indicadores los cuales son perseverancia y ecuanimidad, con respecto a la segunda dimensión aceptación del sí mismo y de la vida el cual cuenta con tres indicadores siento la primera confianza en sí mismo, segundo sentirse bien con solo y el ultimo satisfacción personal.

**Escala de medición:** nominal

### 3.3. Población, muestra y muestreo

#### La población

Según Arias y Covinos (2021) se encuentra concertada por la totalidad del conjunto de índole infinito o finito de sujetos con peculiaridades equivalentes o comunes entre sí. Para la investigación se tendrá en cuenta la población 879 estudiantes de la institución educativa Telésforo Catacora de Santa Clara, dicha institución educativa se encuentra ubicada en el distrito de Ate Vitarte dentro de la localidad de Santa Clara, fue fundado en el 1939 para cubrir las necesidades educativas de la zona, en la actualidad cuenta con una plana docente de 47 profesores de diferentes especialidades quienes prestan su servicio a la población de alumnos, padres de familia y sociedad.

**Criterios de inclusión:** serán estudiantes de cuarto y quinto año de secundaria pertenecientes a la institución educativa de estudio, ambos sexos, de diferentes nacionalidades si fuera el caso y de edades entre 14 a 19 años, matriculados en el año académico 2022.

**Criterios de exclusión:** se excluirán de las investigaciones a los estudiantes que no pertenezcan al cuarto y quinto año de secundaria, alumnos que no pertenezcan a la institución educativa de estudio, alumnos que no se encuentran matriculados en el año académico 2022.

**Tabla 1**

*Distribución de la población de alumnos matriculados 2022*

Grado	Sección						Total
	A	B	C	D	E	F	
1°	32	32	32	30	30	30	186
2°	29	30	28	27	25	27	166
3°	33	30	31	29	32	27	182
4°	32	30	29	29	29	28	177
5°	34	25	29	28	26	26	168
Total							879

## La muestra

Será tomada de manera probabilística y estará conformada por 269 estudiantes de cuarto y quinto año de secundaria de la institución educativa Telésforo Catacora de Santa Clara.

$$n = \frac{Z^2 * P * Q * N}{E^2(N - 1) + Z^2 * P * Q}$$

- n = muestra
- Z= Grado de confiabilidad
- P = Probabilidad
- Q= No probabilidad
- E = Error muestral
- N= Tamaño de población

$$n = \frac{1.96^2 * 0.5 * 0.5 * 879}{5^2(875 - 1) + 1.96^2 * 0.5 * 0.5}$$

$$n = 269$$

**Muestreo**, se realizó mediante un muestreo aleatorio simple donde según Tacilio (2016) el investigador le da la misma oportunidad de ser escogido para realizar el estudio de manera aleatoria.

**Unidad de análisis:** conformada por los estudiantes de cuarto y quinto año de secundaria de la Institución Educativa Publica Telésforo Catacora. (edades).

### 3.4. Técnicas e instrumentos de recolección de datos

#### Técnica: Encuesta

Se empleó para el desarrollo de la investigación la encuesta y para calcular las variables de estudio se utilizaron el Inventario sistémico cognoscitivista para el estudio del estrés académico e instrumento Escala de Resiliencia de Connor-Davidson para la variable resiliencia pues para Tacilio (2016) la encuesta permite recopilar información a través de un instrumento previamente elaborado, asimismo menciona que es una técnica que permite recopilar datos de manera masiva y con mucho más rápida.

Instrumento 1, Inventario sistémico cognoscitivista para el estudio del estrés académico, está elaborado con 21 ítems y cuenta con 3 dimensiones, las cuales cuanta con una respuesta politómica donde 1 es nunca, 2 es a veces y 3 será siempre. Los resultados oscilaran entre un puntaje mínimo de 23 a un puntaje máximo de 69.

Instrumento 2, Escala de Resiliencia de Connor-Davidson, está elaborado con 25 ítems y cuenta con 5 dimensiones, las cuales cuanta con una respuesta politómica donde 1 es nunca, 2 rara vez, 3 a veces, 4 a menudo y 5 casi siempre. Los resultados oscilaran entre un puntaje mínimo de 25 a un puntaje máximo de 125.

Validez, para esto se procedió a realizar la validez por juicio de expertos y posteriormente se ejecutó una prueba piloto con 45 estudiantes con características semejantes a la población de estudio.

**Tabla 2**

*Validez por juicio de expertos*

DNI	Apellidos y nombres	Calificación
70826989	Cárdenas Dávila Paul	Aplicable
71937803	Damian de la Sota Alison	Aplicable
42163534	Arcos Sevilla Antuanett	Aplicable

Confiabilidad, se realizó mediante el Alfa de Cronbach, de manera general y de sus dimensiones donde a través de este procedimiento estadístico se espera que esté más cercano al 1 para indicar que es altamente confiable.

### **Tabla 3**

#### *Resultados alfa de Cronbach del instrumento de estrés académico*

Alfa de Cronbach	N de elementos
,869	21

*Nota.* los resultados muestran el nivel de confiabilidad del instrumento de estrés académico.

De acuerdo con la tabla 3, el valor del coeficiente de alfa de Cronbach calculado para el caso del instrumento que mide estrés académico fue de ,869. Por tanto, los datos obtenidos muestran una alta confiabilidad del instrumento elaborado. Por lo que se procedió a la aplicación del instrumento a la muestra seleccionada.

### **Tabla 4**

#### *Resultados alfa de Cronbach del instrumento de resiliencia*

Alfa de Cronbach	N de elementos
,842	25

*Nota:* los resultados muestran el nivel de confiabilidad del instrumento de resiliencia

De acuerdo con la tabla 3, el valor del coeficiente de alfa de Cronbach calculado para el caso del instrumento que mide estrés académico fue de ,842. Por tanto, los datos obtenidos muestran una alta confiabilidad del instrumento elaborado. Por lo que se procedió a la aplicación del instrumento a la muestra seleccionada.

### **3.5. Procedimientos**

Para la realización de la investigación en primera instancia se solicitó permiso a la institución educativa de estudio a través de una carta de presentación gestionada previamente con la escuela de posgrado, una vez con el visto bueno de las autoridades del colegio se pactó una fecha para la aplicación de los instrumentos de manera presencial y una vez procesada la información se le compartirá los resultados con la institución para sus fines oportunos.

### **3.6. Método de análisis de datos**

Se realizó tabulando la información obtenida durante la aplicación de los instrumentos dentro la institución, estos datos fueron introducidos en una hoja de cálculo del programa Microsoft Excel luego se procedió a procesarlos en el Software estadístico Spss con la versión 26 donde se buscó comprobar las hipótesis propuestas en la presente investigación.

### **3.7. Aspectos éticos**

Según Beltrán et al. (2020) la ética en los trabajos de investigación es sumamente importantes, de tal modo, la moral y los buenos principios deben reconocerse como un pilar fundamental en la producción de conocimiento del mundo social.

Con el fin de salvaguardar la información recopilada durante el desarrollo de la investigación se tomará en cuenta lo siguiente, el criterio de confidencialidad, donde solo se compartirá los datos obtenidos con las autoridades involucradas en la investigación, seguido del asentimiento informado, donde se les detalla las características de la investigación y donde aceptaran formar para de ella de manera voluntaria, y tercero se tendrá en cuenta la participación anónima para garantizar las respuestas sin el temor de ser juzgados.

## IV. RESULTADOS

### Descripción de los resultados de la variable Estrés académico

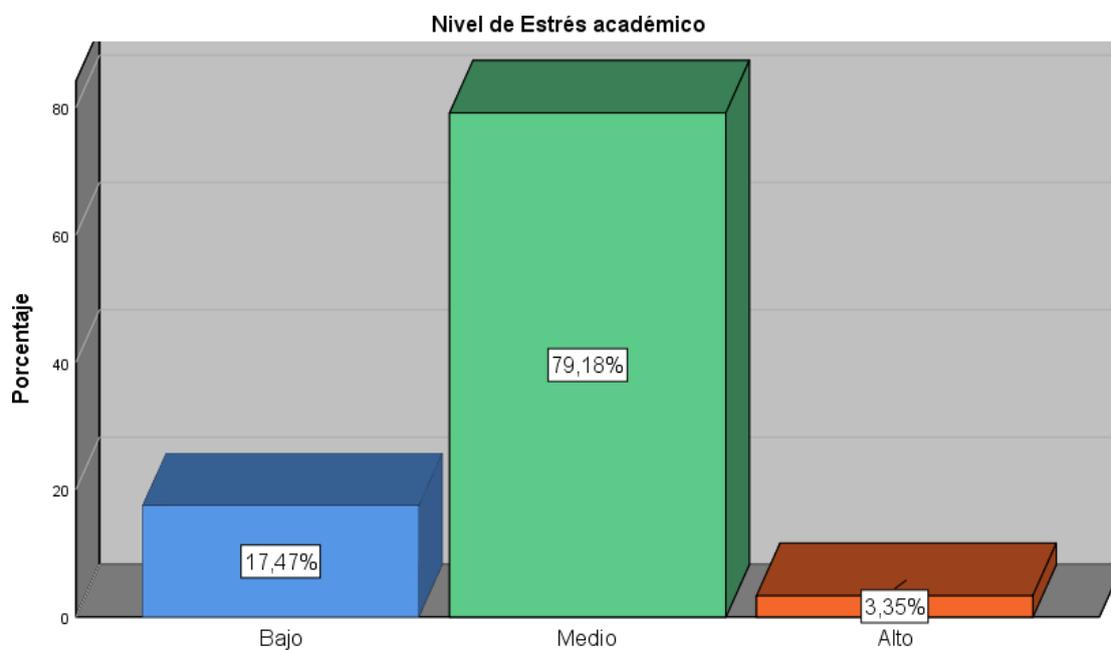
**Tabla 5**

*Nivel de Estrés Académico de los estudiantes*

Niveles	N	%
Nivel Bajo	47	17,47%
Nivel Medio	213	79,18 %
Nivel Alto	9	3,35%
Total	269	100%

**Figura 1**

*Representación gráfica de los niveles Nivel de Estrés Académico de los estudiantes*



Según la Tabla 5 y figura 1, se observa los resultados obtenidos de 269 estudiantes de 4to y 5to grado de secundaria del colegio Telésforo Catacora, Ate Vitarte; en la que se aplicó una encuesta con el fin de medir estrés académico de los estudiantes, el instrumento estuvo conformados por tres dimensiones; estresores, síntomas y estrategias de afrontamiento al estrés.

Se observa que el 79.18% de los estudiantes tiene un nivel medio estrés académico, mientras que el 17,47% de los estudiantes tiene un nivel bajo de estrés académico.

Por tanto, se concluye que los estudiantes de 4to y 5to grado de secundaria del colegio Telésforo Catacora, Ate Vitarte presentan un nivel medio de estrés académico.

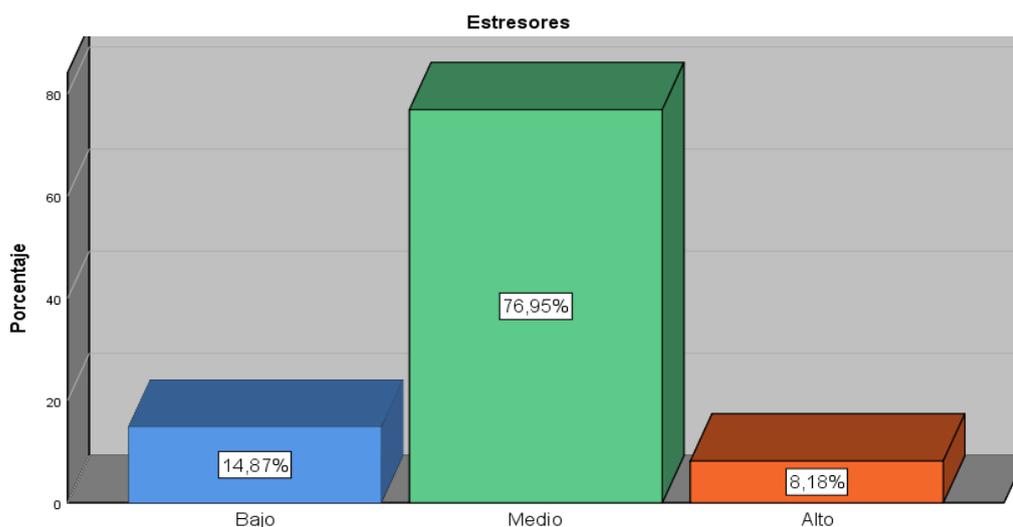
**Tabla 6**

*Nivel de la dimensión Estresores de los estudiantes*

Niveles	N	%
Nivel Bajo	40	14,87%
Nivel Medio	207	76,95 %
Nivel Alto	22	8,18%
Total	269	100%

**Figura 2**

*Representación gráfica de los niveles de la dimensión estresores de los estudiantes*



En la tabla 6 y figura 2 se muestra que 269 estudiantes de secundaria de la institución educativa Telésforo Catacora Ate Vitarte presentan un nivel de estresores predominante medio con un 76.95%, seguido de un nivel bajo con un 14,87% y un nivel alto con 8,18%.

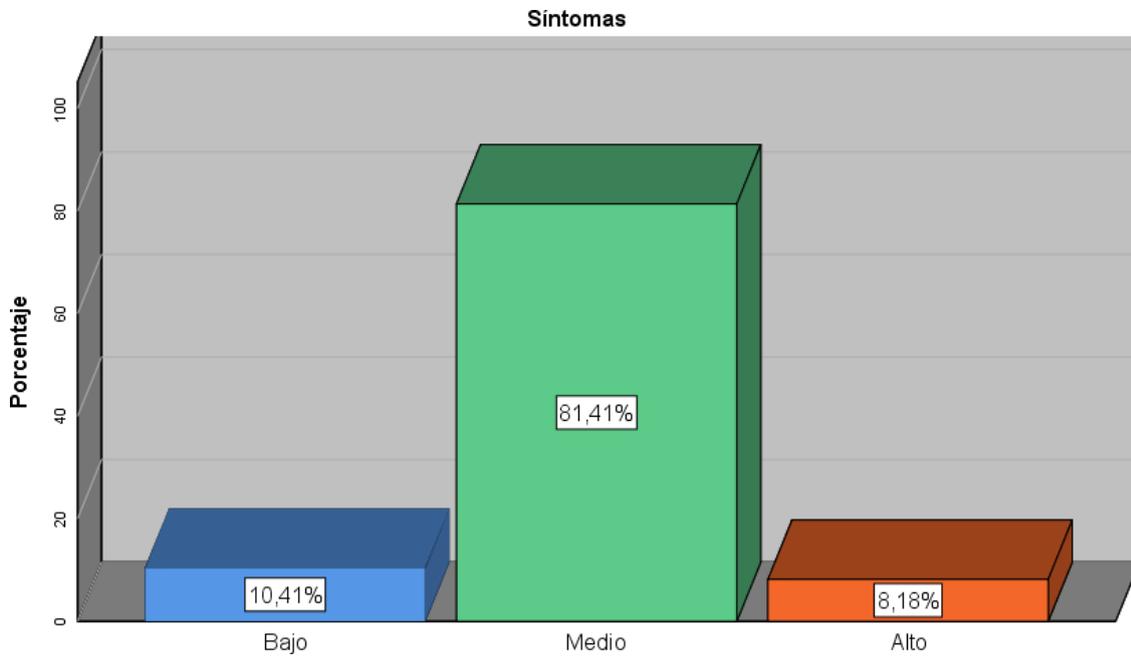
**Tabla 7**

*Nivel de la dimensión síntomas de los estudiantes*

Niveles	N	%
Nivel Bajo	28	10,41%
Nivel Medio	219	81,41%
Nivel Alto	22	8,18%
Total	269	100%

**Figura 3**

*Representación gráfica de los niveles de la dimensión síntomas de los estudiantes*



En la tabla 7 y figura 3 se muestra que 269 estudiantes de secundaria de la institución educativa Telésforo Catacora Ate Vitarte presentan un nivel de síntomas predominante Moderado o medio con un 81.41%, seguido de un nivel bajo con un 10,41% y un nivel alto con 8,18%.

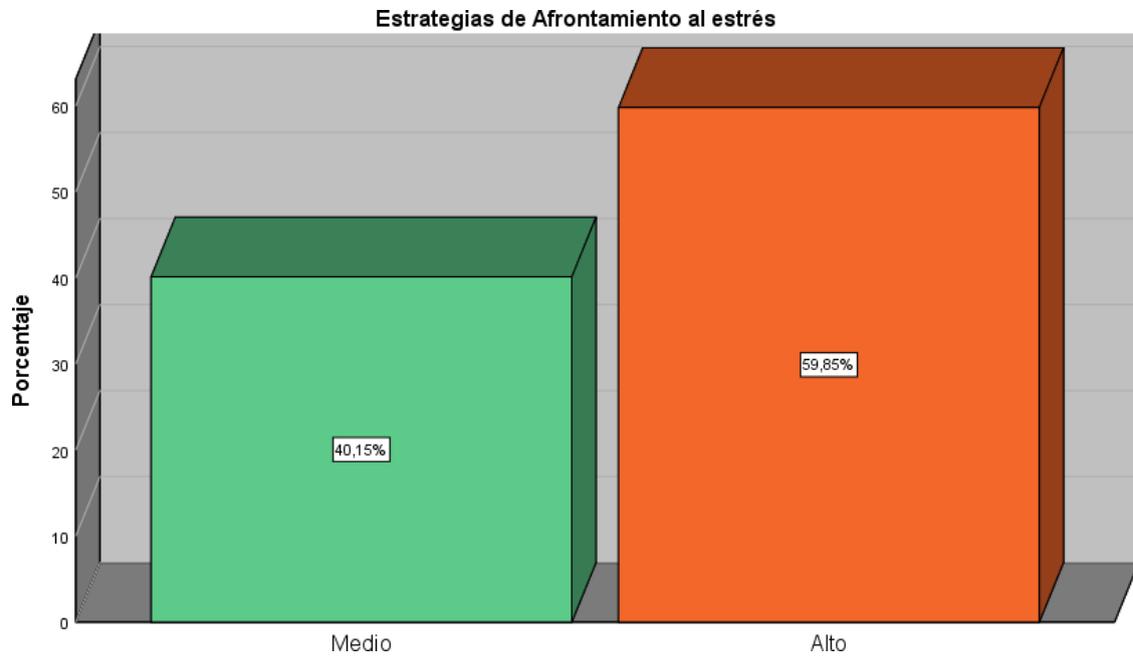
**Tabla 8**

*Nivel de la dimensión Estrategias de Afrontamiento de los estudiantes*

Niveles	N	%
Nivel Medio	108	40,15 %
Nivel Alto	161	59,85%
Total	269	100%

**Figura 4**

*Representación gráfica de los niveles de la dimensión estrategias de afrontamiento al estrés de los estudiantes*



En la tabla 8 y figura 4 se muestra que 269 estudiantes de secundaria de la institución educativa Telésforo Catacora Ate Vitarte presentan un nivel de estrategias de afrontamiento al estrés predominante alto con un 59,85%, seguido de un nivel medio con un 40,15%.

### **Descripción de los resultados de la variable Resiliencia**

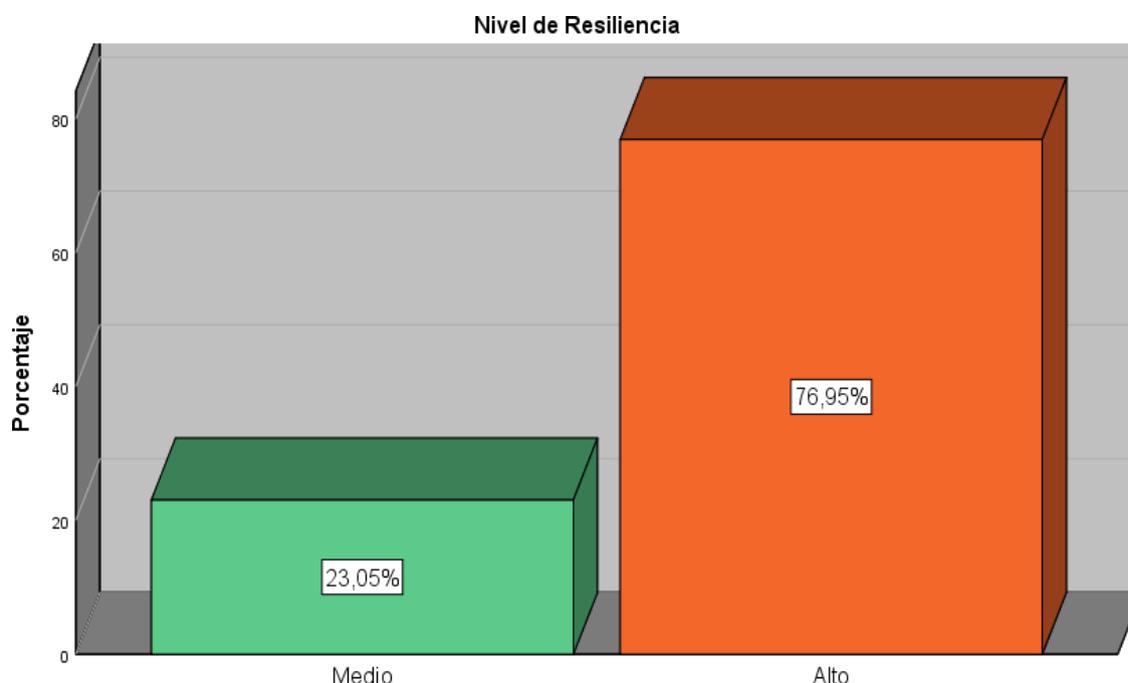
**Tabla 9**

*Niveles de Resiliencia de los estudiantes*

Niveles	N	%
Nivel Medio	62	23,05 %
Nivel Alto	207	76,95%
Total	269	100%

**Figura 5**

*Representación gráfica de los niveles de Resiliencia de los estudiantes*



Según la tabla 9 y figura 5, se observa los resultados obtenidos de 269 estudiantes de 4to y 5to grado de secundaria del colegio Telésforo Catacora, Ate Vitarte; en la que se aplicó una encuesta con el fin de medir la resiliencia de los estudiantes, el instrumento estuvo conformados por dos dimensiones; competencia personal y aceptación del Sí mismo.

Se observa que el 76.95% de los estudiantes presenta un nivel alto de resiliencia, mientras que el 23.05% de los estudiantes tiene un nivel medio de resiliencia.

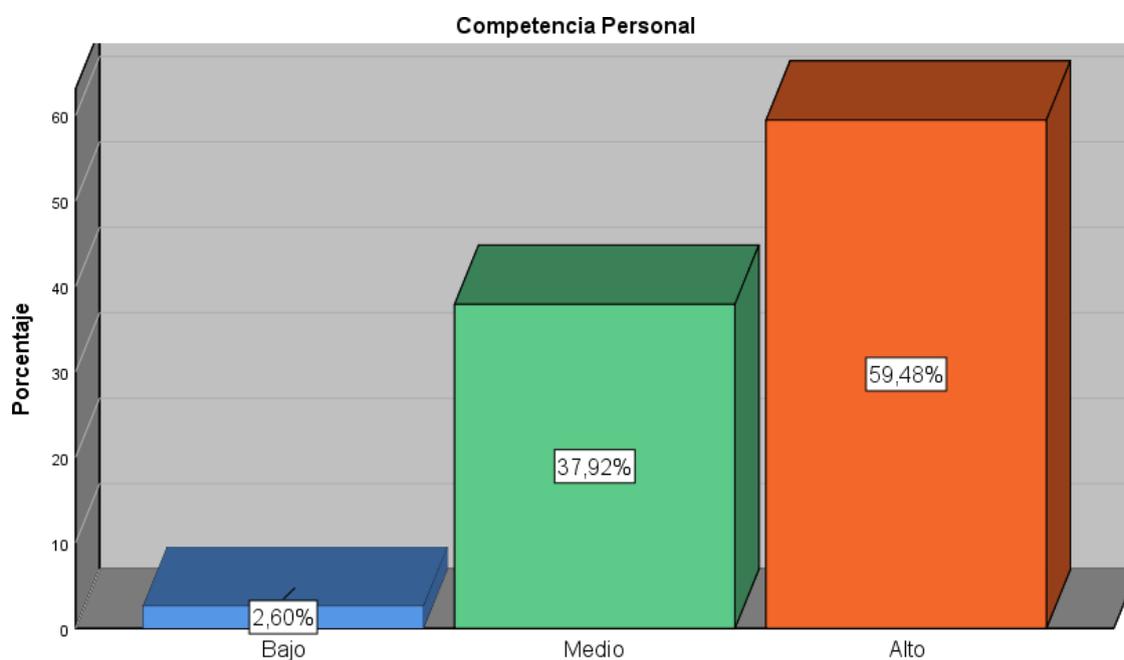
Por tanto, se concluye que los estudiantes de 4to y 5to grado de secundaria del colegio Telésforo Catacora, Ate Vitarte presentan un nivel alto de resiliencia.

**Tabla 10***Niveles de la dimensión Competencia Personal de los estudiantes*

Niveles	N	%
Nivel Bajo	7	2,6 %
Nivel Medio	102	37,92 %
Nivel Alto	160	59,48%
Total	269	100%

**Figura 6**

*Representación gráfica de los niveles de la dimensión Competencia Personal de los estudiantes*



En la tabla 10 y figura 6 se muestra que 269 estudiantes de secundaria de la institución educativa Telésforo Catacora Ate Vitarte presentan un nivel de aceptación de Sí mismo predominante alto con un 59,48%, seguido de un nivel medio con un 37,92%.

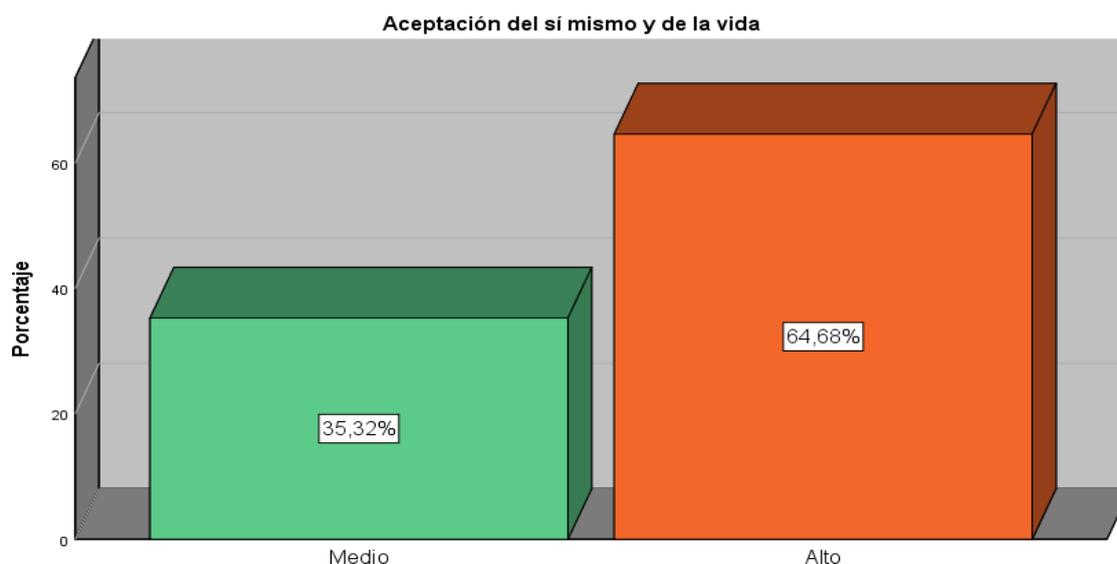
**Tabla 11**

*Niveles de la dimensión Aceptación del Sí mismo de los estudiantes*

Niveles	N	%
Nivel Medio	95	35,32%
Nivel Alto	174	64,68%
Total	269	100%

**Figura 7**

*Representación gráfica de los niveles de la dimensión Aceptación del sí mismo y de la vida de los estudiantes*



En la tabla 11 y figura 7 se muestra que 269 estudiantes de secundaria de la institución educativa Telésforo Catacora Ate Vitarte presentan un nivel de aceptación de Sí mismo predominante alto con un 64,68%, seguido de un nivel medio con un 35,32%.

**Tabla 12***Prueba de Normalidad de las variables*

	Kolmogorov-Smirnova		
	Estadístico	gl	Sig.
Estrés Académico	,453	269	,000
Resiliencia	,477	269	,000

En la tabla 12 podemos observar lo propuesto por Flores y Flores (2021) que el valor de significancia (Sig.) es igual a 0.000, por lo tanto, este resultado es inferior al valor establecido en la regla de decisión ( $\alpha < 0.05$ ), en efecto, la hipótesis nula se rechaza y se rechaza la hipótesis alterna se acepta. Es decir, se demuestra con este resultado que los datos de la muestra no tienen una distribución normal.

Por lo tanto, se concluyó que, para la contrastar las hipótesis, se hará usó de las pruebas no paramétricas, como es el Rho de Spearman.

## Coeficiente de correlación RHO Spearman

**Tabla 13**

*criterios de evaluación de coeficiente de correlación Rho Spearman*

Valores	Significado
[-1.00]	Correlación negativa perfecta
<-1.00 — -0.90]	Correlación negativa muy alta
<-0.90 — -0.70]	Correlación negativa alta
<-0.70 — -0.40]	Correlación negativa moderada
<-0.40 — -0.20]	Correlación negativa baja
<-0.20 — -0.00>	Correlación negativa muy baja
[0.00]	Correlación nula
<0.00 — 0.20>	Correlación positiva muy baja
[0.20 — 0.40>	Correlación positiva baja
[0.40 — 0.70>	Correlación positiva moderada
[0.70 — 0.90>	Correlación positiva alta
[0.90 — 1.00>	Correlación positiva muy alta
[1.00]	Correlación positiva perfecta

En la tabla 13 según Galindo (2020) Los términos relación o asociación son equivalentes y se utilizan para especificar una región estadística que evalúa la covariación entre al menos dos variables. En este grupo, la correlación lineal es un caso especial donde esta correspondencia tiene características bien definidas, generalmente medidas por el coeficiente.

## Resultados Inferenciales

### Prueba de hipótesis

Ho: No Existe relación entre estrés académico y la resiliencia en una Institución Educativa Pública en el distrito de Ate Vitarte, Lima 2022.

Ha: Existe relación entre estrés académico y la resiliencia en una Institución Educativa Pública en el distrito de Ate Vitarte, Lima 2022.

**Tabla 14**

*Prueba de Hipótesis de Variables*

		Estrés Académico	Resiliencia
Rho de Spearman	Coeficiente de correlación	1,000	-,190**
	Estrés Académico		
	Sig. (bilateral)	.	,002
	N	269	269
	Resiliencia		
	Coeficiente de correlación	-,190**	1,000
	Sig. (bilateral)	,002	.
	N	269	269

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

De acuerdo con la tabla 14, Se observa un coeficiente de correlación Rho de Spearman de  $-0.190^{**}$ , por lo tanto, se interpreta como una correlación negativa muy baja entre el estrés académico y la resiliencia de acuerdo con la clasificación, asimismo, dado que el valor de significancia observada del  $P= 0.00$  es menor al valor de significancia  $\alpha = 0.05$ . Por lo tanto, se rechaza la hipótesis nula y se acepta la hipótesis alterna existe relación entre estrés académico y la resiliencia en una Institución Educativa Pública en el distrito de Ate Vitarte, Lima 2022.

## Prueba de hipótesis específica 1

Ho: No Existe relación entre la dimensión estresores y la resiliencia en una Institución Educativa Pública en el distrito de Ate Vitarte, Lima 2022.

Ha: Existe relación entre la dimensión estresores y la resiliencia en una Institución Educativa Pública en el distrito de Ate Vitarte, Lima 2022.

**Tabla 15**

*Prueba de Hipótesis específica 1*

			Dimensión Estresores	Resiliencia
Rho de Spearman		Coeficiente de correlación	1,000	-,210**
	Dimensión Estresores	Sig. (bilateral)	.	,000
		N	269	269
		Coeficiente de correlación	-,210**	1,000
	Resiliencia	Sig. (bilateral)	,000	.
		N	269	269

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

De acuerdo con la tabla 15, Se observa un coeficiente de correlación de -.210, por lo tanto, se interpreta como una correlación negativa baja entre la dimensión estresores y la resiliencia de acuerdo con la clasificación de valores de Rho de Spearman, asimismo, dado que el valor de significancia observada del  $P= 0.00$  es menor al valor de significancia  $\alpha = 0.05$ . Por lo tanto, se rechaza la hipótesis nula y se acepta la hipótesis alterna existe relación entre la dimensión estresores y la resiliencia en una Institución Educativa Pública en el distrito de Ate Vitarte, Lima 2022.

## Prueba de hipótesis específica 2

Ho: No Existe relación entre la dimensión síntomas y la resiliencia en una Institución Educativa Pública en el distrito de Ate Vitarte, Lima 2022.

Ha: Existe relación entre la dimensión síntomas y la resiliencia en una Institución Educativa Pública en el distrito de Ate Vitarte, Lima 2022.

**Tabla 16**

*Prueba de Hipótesis específica 2*

		Dimensión Síntomas	Resiliencia
Rho de Spearman	Dimensión Síntomas	Coefficiente de correlación	1,000
		Sig. (bilateral)	,000
	Resiliencia	N	269
		Coefficiente de correlación	-,031
		Sig. (bilateral)	,000
		N	269

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

De acuerdo con la tabla 16, Se observa un coeficiente de correlación de -.031, por lo tanto, se interpreta como una correlación negativa muy baja entre la dimensión síntomas y la resiliencia de acuerdo con la clasificación de valores de Rho de Spearman, asimismo, dado que el valor de significancia observada del  $P=0.00$  es menor al valor de significancia  $\alpha=0.05$ . Por lo tanto, se rechaza la hipótesis nula y se acepta la hipótesis alterna existe relación entre la dimensión síntomas y la resiliencia en una Institución Educativa Pública en el distrito de Ate Vitarte, Lima 2022.

### Prueba de hipótesis específica 3

Ho: No Existe relación entre la dimensión estrategias de afrontamiento al estrés y la resiliencia en una Institución Educativa Pública en el distrito de Ate Vitarte, Lima 2022.

Ha: Existe relación entre la dimensión afrontamiento al estrés y la resiliencia en una Institución Educativa Pública en el distrito de Ate Vitarte, Lima 2022.

**Tabla 17**

*Prueba de Hipótesis específica 3*

			Dimensión Estrategias de Afrontamiento	Estrategias de Afrontamiento
Rho de Spearman	Dimensión	Coeficiente de correlación	1,000	,290**
	Estrategias Afrontamiento estrés	de al Sig. (bilateral)	.	,000
		N	269	269
	Resiliencia	Coeficiente de correlación	,290**	1,000
		Sig. (bilateral)	,000	.
		N	269	269

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

De acuerdo con la tabla 17, Se observa un coeficiente de correlación de 0.290\*\*, por lo tanto, se interpreta como una correlación positiva baja entre la dimensión estrategias de afrontamiento al estrés y la resiliencia dado que el valor de significancia observada del  $P= 0.00$  es menor al valor de significancia  $\alpha=0.05$ , nos permite señalar que hay relación entre las variables, por tanto, se rechaza la hipótesis nula y se acepta la hipótesis alterna. Considerando el coeficiente de variabilidad ( $r^2= 0.0841$ ), por lo que se infiere la dimensión estrategias de afrontamiento está determinada en 8% en torno a la resiliencia.

## V. DISCUSIÓN

Desde de aquí se muestra la discusión de los resultados en la investigación cuyo propósito fue determinar la relación entre el estrés académico y la resiliencia en estudiantes de una institución educativa pública Ate Vitarte, 2022; en el cual se encontró que el 79,18% de los estudiantes presentan un nivel medio o moderado de estrés académico, teniendo en cuenta la exigencia que tienen los estudiantes y más ahora producto de readaptación al entorno presencial. de resultados son similares a los encontrados por Quito et al. (2017) donde el 90% de la muestra presentaron un estrés académico moderado a profundo. Esta cifra tiene como consecuencia en los estudiantes al manifestarse de diferentes formas como por ejemplo el empezar rascarse de manera frecuente, morderse las uñas, trastornos en el estado del sueño tanto para poder conciliar el sueño o para mantenerse despiertos, angustia y hasta desesperación. De igual manera coincide con los resultados encontrados por Hosseinkhani et al. (2021) 45.7% de los evaluados entre hombres y mujeres presentaron un nivel de estrés académico moderado o medio, el estudio concluyo que los estudiantes reciben grandes cargas de estrés académico debido a la incertidumbre del futuro, la fuerte competencia académica entre compañeros y la presión por parte de los docentes y familiares. en esa misma línea Domínguez (2019) 45% indican que a veces se sienten estresados por la demanda académica, dando como resultado la fatiga mental de los estudiantes. Así mismo se encuentra similitud con la investigación de Torpoco (2018) donde concluyo que dentro de los niveles de estrés académico de los estudiantes el 60.2% se encuentran en nivel medio o moderado producto de la demanda exigida por la institución educativa, además dentro de la investigación de Castro (2021) donde concluyo que el 27,1% de los alumnos encuestados se encuentra en nivel de estrés académico medio repercutiendo en estado ánimo, percepción de la vida y afectando su salud mental y desarrollo adecuado como lo menciona Ortega (2014) sobre los grados de estrés que puede presentar un individuo pues cada uno conlleva características únicas que repercute en la salud física, emocional y espiritual de la persona, el grado agudo hace referencia a una repuesta intensa del organizado sin embargo presenta una duración breve, el grado subagudo donde resalta una respuesta moderada con un periodo de tiempo mayor producto a situaciones

pasajeras y el grado crónico se entiende como una respuesta leve pero su tiempo es más prolongado siendo la que más desgasta al organismo asimismo lo que sustenta Barraza (2007) que considera conceptualmente al estrés como el producto de la demanda estrictamente académica como aquel proceso sistémico en el cual se somete al educando un proceso de adaptación de índole físico y psicológico producto a los factores involucrados en el proceso de enseñanza aprendizaje así también lo que propuso Martín (2007) quien indica que el estrés académico tiene una repercusión directa con el estado emocional de nuestros jóvenes estudiantes, a la vez en su salud física e incluso afecta sus relaciones interpersonales, por tal motivo los estudiantes que son sometidos a prolongados estados de estrés presentan tienden a manifestar hábitos que perjudican su salud física, psicológica y espiritual.

Referente a la dimensión estresores de la variable estrés académico en el cual se encontró que el 76,95% de los estudiantes presentan un nivel medio o moderado mientras Solano (2020) en su investigación concluyó que el 17,3% de su muestra presento este nivel esta característica de estresores lo amplia Barraza (2007) donde el educando es sometido a un proceso de adaptación producto de factores externos al organizamos como pueden ser la exigencia por parte de los docentes, asignaciones, tareas, exámenes, así también puede ser producida por los familiares e incluso por la misma institución educativa. Referente a la dimensión síntomas de la variable estrés académico en el cual se encontró que el 81,41% de los estudiantes presentan un nivel medio o moderado mientras resultado similar al de Solano (2020) en su investigación donde se concluyó que el 38,7% de su muestra presento este nivel medio o moderado en la dimensión según Lazarus y Folkman (1986) consideran al estrés como un proceso natural y dinámico entre el individuo y el ambiente donde se desarrolla, para los autores la persona evalúa su entorno de manera constante y bajo su percepción pondrá en disposición los recursos que tiene a su alcance. Asimismo, por parte de la dimensión estrategias de afrontamiento al estrés donde el 59,85% de los encuestados presenta un nivel medio en esta dimensión resultados similares a los de Solano (2020) en su investigación concluyó que el 74,7% de su muestra presento niveles altos o severos en esta dimensión estrategias del afrontamiento esto se refleja con lo expuesto por Greco et al. (2007) quienes plantean que los individuos quienes presentan una

mejor manera para afrontar situaciones de adversidad es aquellos que se creen y se desarrollan con familiares positivos que les brindan las herramientas necesarias para la vida a través del apoyo y la motivación.

Con referencia a la variable de resiliencia se encontró dentro de la muestra de estudiantes de la institución educativa pública del distrito de Ate Vitarte, 2022 que el 76,95% presentan un nivel alto de resiliencia resultados similares a los obtenidos en el país vecino de Colombia por parte de Jurado et al. (2018) donde el 85.7% de los participantes presentaron un nivel entre alto y muy alto en su resiliencia, asimismo, Arnau et al. (2018) concluyo que el 27% de su muestra de estudio presento nivel alto de resiliencia, obstante Álvarez (2020) detecto que sus estudiantes presentaron un 66,15% nivel de resiliencia medio o moderado, ahora bien Para Wolin y Wolin (2010) quienes proponen pilares para el entendimiento de la resiliencia, presentan como base a la introspección, que lo entendieron como una capacidad de autoanálisis de preguntarse a sí mismo y responderse de manera honesta; seguido de la independencia, entendida como aquella capacidad de mantener una distancia sea física o emocional siempre y cuando no se caiga en el aislamiento; así también proponen como base a la capacidad para relacionarse, lo detallan como la habilidad para formar vínculos saludables con otras personas. Con respecto a la primera dimensión competencia personal que el 59,48% de los estudiantes pertenecientes a la institución educativa publica presenta un nivel alto, seguido de un nivel medio con 37,92% resultados que guardan relación con los de Además, Álvarez (2020) donde en la misma dimensión encontró que el 78,31% de los encuestados presenta un nivel de competencia personal medio o moderado y por parte de la dimensión aceptación del sí mismo y de la vida se encontró que el 64,68% de los estudiantes presenta un nivel alto, seguido de un 35,32% resultados semejantes a los de Álvarez (2020) donde el 30,76% presentó un nivel moderado o medio, ahora se destaca lo que proponen Connor y Davidson (2003) entienden a la resiliencia como esa capacidad para poder demostrar cualidades individuales en donde la persona logra ponerse de pie ante las adversidades. Teniendo en cuenta los conceptos de ambas variables es importante estudiarlas en los diferentes ámbitos de la vida humana en especial en la etapa donde la persona está por terminar la época escolar pues es un periodo de cambio físico, mental y académico.

En relación con los resultados inferenciales se determinó que en la hipótesis general se demuestra la relación entre el estrés académico y la resiliencia en estudiantes de una institución educativa pública, Ate Vitarte, 2022, ya que, p-valor es igual a 0.000, lo cual es menor al 5%, según la correlación de Rho de Spearman de  $-,190$ , lo cual, denota la existencia de la relación negativa muy baja entre las variables de estudio. Esto quiere decir que los estresores, síntomas y las estrategias de afrontamiento al estrés que comparten los alumnos de esa institución educativa, Ate Vitarte, esta proclive a relacionarse con la resiliencia, es decir, podrá desarrollarse adecuadamente en el ámbito estudiantil que se proponga. De acuerdo con lo mencionado, se asume la hipótesis alterna general y se retira la hipótesis nula general, la cual, sostiene que hay relación entre el estrés académico y la resiliencia en estudiantes de una institución educativa pública, Ate Vitarte. Los resultados anteriores guardan relación con Castro (2021) que halló una correlación de Rho de Spearman  $-,187$  de las variables resiliencia y estrés, asimismo Torpoco (2018) encontró una relación positiva con un Rho de Spearman de  $,072$  entre las variables de tareas escolares y estrés académico, además se comparte resultados similares con la investigación de Pauccara (2021) donde encontró una relación negativa con un Rho de Spearman de  $-,477$  entre las variables procrastinación y estrés académico estos resultados guardan relación la teoría planteada por la teoría de Holmes y Rahe (1967) mediante un enfoque humanista proponen que el ambiente está fuertemente involucrado con el nivel o grado de estrés de las personas sin embargo estos serían producidos por hechos o eventos significativos propios del desarrollo humano, como por ejemplo el pasar de un nivel de jardín a primaria, de secundaria a la universidad, entre otros. Todos estos eventos propios del desarrollo pueden causar en algún grado estrés. Con respecto a la hipótesis específica 1 los resultados indicaron que existe una relación negativa baja entre la dimensión estresores y la resiliencia con un Rho de Spearman de  $-,210$ . Difiriendo de los resultados de Escajadillo (2019) donde se encontró una relación significativa y positiva entre la dimensión estresores y los hábitos de estudio con Rho de  $,773$ . Con respecto a la hipótesis específica 2 los resultados indicaron que existe una relación negativa muy baja entre la dimensión estresores y la resiliencia con un Rho de Spearman de  $-,031$ . Sin embargo, Escajadillo (2019) encontró una relación considerable y positiva entre la dimensión síntomas y los hábitos de estudio con

Rho de ,596. Y Con respecto a la hipótesis específica 3 los resultados indicaron que existe una relación positiva baja entre la dimensión estresores y la resiliencia con un Rho de Spearman de ,290 guarda relación con los resultados de Escajadillo (2019) significativa y positiva entre la dimensión estrategias de afrontamiento y los hábitos de estudio con Rho de ,744. Estos resultados se contrastan con los aportes de Santiago et al. (2020) sobre la resiliencia que esta capacidad se relaciona muy estrechamente con todas las fortalezas del carácter de la persona, así como con la aceptación positiva al cambio y la competencia personal, si bien la resiliencia promueve a los seres humanos en ser más tolerantes y a comprender mejor lo que sucede en el entorno, comportamientos externos los alejan de su enfoque, sus valores y su personalidad.

## VI. CONCLUSIONES

1. Se determinó que los estudiantes de la institución educativa pública Telésforo Catacora, Ate Vitarte predomina un nivel de estrés académico moderado o medio con un 79,18%.
2. Se determinó que los estudiantes de la institución educativa pública Telésforo Catacora, Ate Vitarte predomina un nivel de resiliencia alto con un 59.85%.
3. Luego de realizar los procedimientos de análisis de estudio, se determinó que existe relación entre el estrés académico y la resiliencia, mostrando una relación negativa muy baja de  $-,190$  en la institución educativa pública Telésforo Catacora, Ate Vitarte.
4. Se determinó que la dimensión estresores y la resiliencia se relacionan de manera negativa baja con un  $-,210$  en la institución educativa pública Telésforo Catacora, Ate Vitarte.
5. Se determinó que la dimensión síntomas y la resiliencia se relacionan de manera negativa baja con un  $-,031$  en la institución educativa pública Telésforo Catacora, Ate Vitarte.
6. Se determinó que la dimensión estrategias de afrontamiento al estrés y la resiliencia se relacionan de manera positiva baja con un  $,290$  en la institución educativa pública Telésforo Catacora, Ate Vitarte.

## VII. RECOMENDACIONES

- Desarrollar de forma multidisciplinaria donde participen fundamentalmente la dirección, coordinación de tutoría y departamento de psicopedagogía un programa de intervención para disminuir el estrés académico de los estudiantes de la institución educativa.
- Promover actividades integración familiar donde se busque el fortalecimiento de los vínculos como presentaciones, gincanas, bailes.
- Promover actividades de esparcimiento, deportivos y de relajación para los estudiantes pertenecientes a la institución educativa.
- Se sugiere promover estudios de investigación dentro de la misma población en favor a la comunidad educativa.
- Desarrollar talleres sobre técnicas de relajación para la comunidad académica de la institución (alumnos, docentes, padres de familia y personal administrativo).
- Se sugiere presentar casos de personajes que sirvan como ejemplo de personas resilientes que sirvan como guía para los estudiantes como Malala Yousafzai, Nelson Mandela, Albert Einstein entre otros.

## REFERENCIAS

- Aguirre, E., Bueno, J., & Machuca, J. (2002). *Discusiones en la Psicología contemporánea* (Facultad de ciencias humanas, Suárez Nadeyda). Universidad Nacional de Colombia. [https://www.humanas.unal.edu.co/2017/extension/application/files/4415/3607/8261/2\\_baja\\_Dialogos\\_2-2000.pdf](https://www.humanas.unal.edu.co/2017/extension/application/files/4415/3607/8261/2_baja_Dialogos_2-2000.pdf)
- Álvarez, J. (2020). *Resiliencia en estudiantes del cuarto grado de secundaria del Colegio Técnico Parroquial Peruano Chino "San Francisco de Asís" – Huaycán, 2020* [César Vallejo, Tesis para optar el grado de Maestra]. [https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/50802/Alvarez\\_CHJJ-SD.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/50802/Alvarez_CHJJ-SD.pdf?sequence=1&isAllowed=y)
- Arias, J., & Covinos, M. (2021). *Diseño y metodología de la investigación* (1a ed.). Enfoques Consulting Eirl. <http://hdl.handle.net/20.500.12390/2260>
- Arnau, V., Checa, I., & Bohórquez, M. (2018). Resiliencia y Ansiedad Precompetitiva en nadadores en edad escolar. Un estudio descriptivo. *INFORMACIÓ PSICOLÒGICA*, 79–92. <https://doi.org/10.14635/IPSIC.2018.115.1>
- Barra, E. (2009). *Influence of Stress and Depressed Mood on Adolescent Health: Concurrent and Prospective Analysis*. 8(1), 175.
- Barraza, A. (2007). *El campo de estudio del estrés: Del Programa de Investigación Estímulo-Respuesta al Programa de Investigación Persona-Entorno*. 18(2). <https://doi.org/10.33670/18181023.v8i02.48>
- Beltrán, C., Heffes, A., Surge, I., Laxalt, I., & Beltrán, D. (2020). *Metodología de la investigación Enfoques estadístico bibliográfico y de conversación grupal*. Universidad Nacional de Rosario. <http://rehip.unr.edu.ar/xmlui/bitstream/handle/2133/19426/Metodolog%20ada%20de%20la%20investigaci%20Enfoques%20estad%20adstico%20bibliogr%20a1fico%20y%20de%20conversaci%20grup.pdf?sequence=3&isAllowed=y>

- Cáceres, O. (2014). *El estrés académico desde la psicología clínica y la salud*. 2(8), 54–55.
- Castro, D. (2021a). *Hábitos de estudio y estrés académico en estudiantes de cuarto y quinto de secundaria de la I.E. N° 20392. Huaral* [Tesis para optar por el título de Maestro, Universidad César Vallejo]. [https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/61258/Ram%C3%ADrez\\_AGE-SD.pdf](https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/61258/Ram%C3%ADrez_AGE-SD.pdf)
- Castro, D. (2021b). *Resiliencia y el estrés en el contexto COVID-19, en estudiantes del quinto grado de secundaria del colegio JAPAM, 2021* [Tesis para optar por el título de Maestro, Universidad César Vallejo]. [https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/66096/Castro\\_HD-SD.pdf](https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/66096/Castro_HD-SD.pdf)
- CONCYTEC. (2020). *Guía práctica para la formulación y ejecución de proyectos de investigación y desarrollo*. Consejo Nacional de Ciencia, Tecnología e Innovación Tecnológica. <https://cdn.www.gob.pe/uploads/document/file/1423550/GU%C3%8DA%20PR%C3%81CTICA%20PARA%20LA%20FORMULACI%C3%93N%20Y%20EJECUCI%C3%93N%20DE%20PROYECTOS%20DE%20INVESTIGACI%C3%93N%20Y%20DESARROLLO-04-11-2020.pdf>
- Connor, K., & Davidson, J. (2003). *Development of a new resilience scale: the connor-davidson resilience scale (CD-RISC)*. 76–82.
- Davila, C., & Arias, F. (2013). *La resiliencia y el rendimiento académico que presentan los estudiantes de 6to, 7mo, 8vo, 9no y 10 mos cursos de la Escuela Ciudad de San Gabriel Quito—Ecuador*. [Universidad Central del Ecuador tesis para optar el grado en maestro]. <http://www.dspace.uce.edu.ec/handle/25000/3414>
- Domínguez, D. (2019). *Inteligencia emocional y estrés académico en estudiantes del sexto ciclo de educación básica regular* [Tesis para optar el grado académico de Maestro en Psicología Educativa, Universidad César Vallejo]. [https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/29557/Dom%C3%ADnguez\\_CDC.pdf](https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/29557/Dom%C3%ADnguez_CDC.pdf)

- Escajadillo, A. (2019). *Estrés académico y hábitos de estudio en estudiantes de cuarto año de secundaria de la Institución educativa 2095 Herman Busse de la Guerra—Los Olivos, 2018* [César Vallejo, Tesis para optar el grado de Maestra].  
[https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/31690/Escajadillo\\_PAV.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/31690/Escajadillo_PAV.pdf?sequence=1&isAllowed=y)
- Flores, C., & Flores, K. (2021). *Tests to verify the normality of data in production processes: Anderson-darling, ryan-joiner, shapiro-wilk and kolmogorov-smirnov*. 23(2).  
<http://portal.amelica.org/ameli/jatsRepo/341/3412237018/3412237018.pdf>
- Galindo, H. (2020). *Estadística para no estadísticos una guía básica sobre la metodología cuantitativa de trabajos académicos* (1a ed.). 3 ciencias.  
<https://www.3ciencias.com/wp-content/uploads/2020/03/Estad%C3%ADstica-para-no-estad%C3%ADsticos-Una-gu%C3%ADa-b%C3%A1sica-sobre-la-metodolog%C3%ADa-cuantitativa-de-trabajos-acad%C3%A9micos-2.pdf>
- Gestión. (2021). *Perú ante otro año sin colegios: Estrés, aislamiento y exclusión*. Gestión. <https://gestion.pe/peru/peru-ante-otro-ano-sin-colegios-estres-aislamiento-y-exclusion-noticia/?ref=gesr>
- Gómez, E., & Kotliarenco, M. (2010). *Resiliencia Familiar: Un enfoque de investigación e intervención con familias multiproblemáticas*. 19(2), 103–131.
- Greco, C., Morelato, G., & Ison, M. (2007). *Emociones Positivas: Una herramienta psicológica para promocionar el proceso de resiliencia infantil*. 7, 81–94.
- Grotberg, E. (1995). *A guide to promoting resilience in children: Strengthening the human spirit*. 8. <http://www.bibalex.org/Search4Dev/files/283337/115519.pdf>
- Henderson, H., & Milstein, M. (2005). *Resiliencia en la escuela*. PAIDOS IBERICA.  
<https://es.scribd.com/document/274787078/Resiliencia-en-la-Escuela>
- Hernández, R. (2018). *Metodología de la investigación: Las rutas cuantitativa, cualitativa y mixta* (1a ed.). McGraw-Hill Interamericana.

[http://www.biblioteca.cij.gob.mx/Archivos/Materiales\\_de\\_consulta/Drogas\\_de\\_Abuso/Articulos/SampieriLasRutas.pdf](http://www.biblioteca.cij.gob.mx/Archivos/Materiales_de_consulta/Drogas_de_Abuso/Articulos/SampieriLasRutas.pdf)

Holmes, T., & Rah, R. (2019). The social readjustment rating scale. *Journal of psychosomatic research. Revista de ciencias médicas de Pinar del Río*, 23(2), 213–218.

Hosseinkhani, Z., Hassanabadi, H. R., Parsaeian, M., Osooli, M., Assari, S., & Nedjat, S. (2021). Sources of academic stress among Iranian adolescents: A multilevel study from Qazvin City, Iran. *Egyptian Pediatric Association Gazette*, 69(1), 6. <https://doi.org/10.1186/s43054-021-00054-2>

Instituto Nacional de Salud Mental. (2021). *Estudio epidemiológico de salud mental en niños y adolescentes en Lima metropolitana en el contexto de la covid-19 2020* (Núm. 2). [https://www.insm.gob.pe/investigacion/archivos/estudios/\\_notes/EESM\\_Ninos\\_y\\_Adolescentes\\_en\\_LM\\_ContextoCOVID19-2020.pdf](https://www.insm.gob.pe/investigacion/archivos/estudios/_notes/EESM_Ninos_y_Adolescentes_en_LM_ContextoCOVID19-2020.pdf)

Jurado, M., Quesada, R., & Ramírez, L. (2018). *Perfiles Resilientes De Estudiantes De Los Grados 6° Y 7° De Una Institución Educativa Del Sector Rural Del Municipio De Belén De Umbría* [Tesis para optar por el título de Maestro, Universidad de Manizales]. [https://ridum.umanizales.edu.co/xmlui/bitstream/handle/20.500.12746/3807/Raquel\\_Quesada\\_Vivas\\_2018.pdf.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://ridum.umanizales.edu.co/xmlui/bitstream/handle/20.500.12746/3807/Raquel_Quesada_Vivas_2018.pdf.pdf?sequence=1&isAllowed=y)

Kleinke, C. (2007). *The Praeger Handbook on Stress and Coping* (Vol. 2). Praeger. [https://www.who.int/publications/i/item/9789240003927?gclid=Cj0KCQjwIK-WBhDjARIsAO2sErTkcrVBTVa7xDzQ02p3se1P49QqKRRk9MM20PIWMiWfameO5rZaMP8aAnYeEALw\\_wcB](https://www.who.int/publications/i/item/9789240003927?gclid=Cj0KCQjwIK-WBhDjARIsAO2sErTkcrVBTVa7xDzQ02p3se1P49QqKRRk9MM20PIWMiWfameO5rZaMP8aAnYeEALw_wcB)

Lazarus, R., & Folkman, S. (1986). *Estrés y procesos cognitivos* (Vol. 1). Martínez Roca. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/libro?codigo=222981>

Martín, I. (2007). Estrés académico en estudiantes universitarios. *Universidad de Sevilla*, 25(1), 87–99.

- Organización Mundial de la Salud. (2016). *La prevención de la violencia juvenil: Panorama general de la evidencia*. Organización Mundial de la Salud. <https://apps.who.int/iris/handle/10665/251177>
- Ortega, J. (2014). Estrés Y Evaluación Psicológica: Un Acercamiento Teórico Relacionado Al Concepto De Resiliencia. *Universidad de Buenos Aires, Argentina, XXI*, 297–302.
- Paucara, Y. (2021). *Procrastinación académica y estrés académico en estudiantes de secundaria de una institución educativa pública del distrito de Puquio, Ayacucho* [Tesis para optar por el título de Maestro, Universidad César Vallejo]. [https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/67807/Paucara\\_CY-SD.pdf](https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/67807/Paucara_CY-SD.pdf)
- Quito, J., Tamayo, M., Bruñay, D., & Neira, O. (2017). *Estrés académico en estudiantes de tercero de bachillerato de unidades educativas particulares del Ecuador*. 20(3), 24.
- Roman, C., Ortiz, F., & Hernández, Y. (2008). El estrés académico en estudiantes latinoamericanos de la carrera de medicina. *Revista Iberoamericana de Educación*, 46(7), 1–8.
- Ruiz, C. (2015). *Instrumentos y Técnicas de investigación educativa* (3a ed.). [https://www.academia.edu/37886948/Instrumentos\\_y\\_Tecnicas\\_de\\_Investigaci%C3%B3n\\_Educativa\\_Carlos\\_Ruiz\\_Bolivar\\_pdf](https://www.academia.edu/37886948/Instrumentos_y_Tecnicas_de_Investigaci%C3%B3n_Educativa_Carlos_Ruiz_Bolivar_pdf)
- Santiago, M., Gallardo, H., & Vergel, M. (2020). Resiliencia en estudiantes exitosos en matemáticas. *Praxis & Saber*, 107–116. <http://dx.doi.org/10.14349/rp.2018.v50.n2.4>
- Selye, H. (1956). *The stress of life*. McGraw-Hill Paperbacks. <http://repositorio.cenpat-conicet.gob.ar:8081/xmlui/bitstream/handle/123456789/415/theStressOfLife.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

- Selye, H. (1960). *La tensión en la vida* (Buenos Aires Compañía General Fabril Editora). <http://catalogosuba.sisbi.uba.ar/vufind/Record/KOHA-OAI-APS:9858>
- Solano Castro, V. V. (2020). *Estrés académico y estrategias de aprendizaje en estudiantes de posgrado de una universidad privada* [César Vallejo, Tesis para optar el grado de Maestra en Educación]. [https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/47872/Solano\\_CVV-SD.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/47872/Solano_CVV-SD.pdf?sequence=1&isAllowed=y)
- Subramani, C., & Venkatachalam, J. (2019). *Sources of Academic Stress among Higher Secondary School Students* [Periyar University, Tesis para optar por el grado de magister en psicología]. [https://www.academia.edu/41174960/Sources\\_of\\_Academic\\_Stress\\_among\\_Higher\\_Secondary\\_School\\_Students](https://www.academia.edu/41174960/Sources_of_Academic_Stress_among_Higher_Secondary_School_Students)
- SUMMA. (2020). *Inclusión y educación: Todos y todas sin excepción*. [https://drive.google.com/file/d/14XuVqEDIYuwHLIMtofczYwWk4arLKNik/view?usp=sharing&usp=embed\\_facebook](https://drive.google.com/file/d/14XuVqEDIYuwHLIMtofczYwWk4arLKNik/view?usp=sharing&usp=embed_facebook)
- Tacilio, E. (2016). *Metodología de la investigación científica*. Universidad Jaime Bausate y Meza. [http://repositorio.bausate.edu.pe/bitstream/handle/bausate/36/Tacillo\\_Metodolog%c3%ada\\_de\\_la\\_Investigaci%c3%b3n.pdf?sequence=1&isAllowed=y](http://repositorio.bausate.edu.pe/bitstream/handle/bausate/36/Tacillo_Metodolog%c3%ada_de_la_Investigaci%c3%b3n.pdf?sequence=1&isAllowed=y)
- Torpoco, A. (2018). *Tareas escolares y Estrés académico de los alumnos del nivel secundario de la Institución Educativa “El Amauta” del distrito de Comas, 2018* [Tesis para optar por el título de Maestro, Universidad César Vallejo]. <https://repositorio.ucv.edu.pe/handle/20.500.12692/20867>
- UNESCO, & Organización Mundial de la Salud. (2021). *La UNESCO y la OMS instan a los países a que conviertan cada escuela en una escuela promotora de la salud*. <https://www.who.int/es/news/item/22-06-2021-unesco-and-who-urge-countries-to-make-every-school-a-health-promoting-school>

- Ungar, M. (2018). Systemic resilience: Principles and processes for a science of change in contexts of adversity. *Ecology and Society*, 23(4), art34. <https://doi.org/10.5751/ES-10385-230434>
- UNICEF. (2020). *¿Por qué trabajar por y con las adolescencias en México? Recomendaciones en el contexto de la pandemia por COVID-19.* <https://www.unicef.org/mexico/media/4971/file/Nota%20te%CC%81cnica%20adol%20escentes.pdf>
- Wagnild, G., & Young, H. (1993). Development and Psychometric Evaluation of the Resilience Scale. *Springer Publishing Company*, 1(2), 165–175.
- Wolin, S., & Wolin, S. (2010). *The Resilient Self: How Survivors of Troubled Families Rise Above Adversity.* Random House Publishing Group. [https://books.google.com.pe/books?id=7UF3-Wjg4SoC&printsec=frontcover&hl=es&source=gbs\\_ge\\_summary\\_r&cad=0#v=onepage&q&f=false](https://books.google.com.pe/books?id=7UF3-Wjg4SoC&printsec=frontcover&hl=es&source=gbs_ge_summary_r&cad=0#v=onepage&q&f=false)

# ANEXOS

## Anexo 1: Matriz de operacionalización de la variable 1

### MATRIZ DE OPERACIONALIZACIÓN DE VARIABLE

Variables	Definición conceptual	Definición operacional	Dimensiones	Indicadores	Items	Escala	Dimensión Niveles y rangos	General Niveles y rangos
<b>Estrés académico</b>	Efectos de indoles fisiológicos, psicológicos y comportamentales como respuesta del organizo ante situaciones aversivas en búsqueda de su equilibrio funcional o homeostasis Barraza (2007)	La variable se medirá mediante puntaje obtenido a través del inventario sisco del estrés	<b>Estresores</b>	Ambiente con el docente	1 y 2	1= nunca - 2 = casi nunca - 3 = a veces - 4 = casi siempre - 5 = siempre	7-16 = bajo; 17 – 25 = medio; 26 – 35 = alto	21 – 49 = bajo; 50 – 77 = medio; 78 al 105
				Sobrecarga de tareas y responsabilidades	3, 4 y 5			
				Evaluación	6 y 7			
			<b>Síntomas</b>	Físicos	8, 9 y 10			
				Psicológico	11 y 12			
				Comportamentales	13			
					14			
				Estrategias para resolver problemas	7			

### MATRIZ DE OPERACIONALIZACIÓN DE VARIABLE

Variables	Definición conceptual	Definición operacional	Dimensiones	Indicadores	Items	Escala	Niveles y rangos dimensiones	Niveles y rangos generales
Resiliencia	Wagnild y young (1993) la resiliencia es una característica de la personalidad que modera el efecto negativo del estrés y fomenta la adaptación.	La variable se medirá mediante el puntaje obtenido a través de la escala de resiliencia de wagnild y young y sus dimensiones	Competencia personal	Perseverancia	7	1= nunca - 2 = casi nunca - 3 = a veces - 4 = casi siempre - 5 = siempre	11-26 = bajo; 27 – 41 = medio; 42 – 55 = alto	25 – 58 = bajo; 59 – 91; 92 – 125 = alto
				Ecuanimidad	4			
			Aceptación del sí mismo y de la vida	Confianza en sí mismo	6		14 – 33 = bajo; 34 – 52 = medio; 53 – 70 = alto	
					4			
				Satisfacción personal	4			

## Anexo 2: Instrumento de recolección de datos

### Cuestionario

#### “Inventario Sisco”

#### Presentación:

El cuestionario mide el Estrés académico mediante ítems, planteados en relación con los indicadores cuyo objetivo es medir la dimensión Estresores, síntomas y estrategias de afrontamiento

Indicaciones: Estimado participante, lee los Items y contesta las preguntas tomando en cuenta la siguiente escala: Siempre (5) Casi siempre (4) A veces (3) Casi nunca (2) Nunca (1)

N°	Ítems	Categorías				
		1	2	3	4	5
<b>Dimensión estresores – Indicador ambiente docente.</b>						
01	Me estresa la poca claridad que tengo sobre lo que quieren los/as profesores/as					
02	Me estresa el nivel de exigencia de mis profesores/as.					
<b>Dimensión estresores – Indicador sobrecarga de tareas y responsabilidades</b>						
03	Me estresa la personalidad y el carácter de los/as profesores/as que me imparten clases					
04	Me estresa tener tiempo limitado para hacer el trabajo que me encargan los/as profesores/as.					
05	Me estresa la forma de evaluación de mis profesores/as (a través de ensayos, trabajos de investigación, búsquedas en Internet, etc.).					
<b>Dimensión estresores – Indicador sobrecarga de tareas y responsabilidades</b>						
06	Me estresa la sobrecarga de tareas y trabajos escolares que tengo que realizar todos los días					
07	Me estresa el tipo de trabajo que me piden los profesores (consulta de temas, foros, ensayos, mapas conceptuales, etc.).					
<b>Dimensión síntomas – físicos</b>						

08	<i>Sentimientos de depresión y tristeza (decaído).</i>						
09	<i>Fatiga crónica (cansancio permanente).</i>						
10	<i>Sentimiento de agresividad o aumento de irritabilidad.</i>						
<b>Dimensión síntomas – Psicológico</b>							
11	<i>Ansiedad, angustia o desesperación.</i>						
12	<i>Problemas de concentración.</i>						
<b>Dimensión síntomas – Comportamental</b>							
13	<i>Desgano para realizar las labores escolares</i>						
14	<i>Conflictos o tendencia para polemizar o discutir.</i>						
<b>Dimensión Estrategias de afrontamiento – Estrategias defensivas</b>							
15	<i>Establecer soluciones concretas para resolver la situación que me preocupa.</i>						
16	<i>Elaboración de un plan para enfrentar lo que me estresa y ejecución de sus tareas.</i>						
<b>Dimensión Estrategias de afrontamiento – Estrategias para resolver problemas</b>							
17	<i>Mantener el control sobre mis emociones para que no me afecte lo que me estresa.</i>						
18	<i>Fijarse o tratar de obtener lo positivo de la situación que preocupa.</i>						
19	<i>Concentrarse en resolver la situación que me preocupa</i>						
20	<i>Analizar lo positivo y negativo de las soluciones pensadas para solucionarla situación que me preocupa.</i>						
21	<i>Recordar situaciones similares ocurridas anteriormente y pensar en cómo las soluciones.</i>						

## Cuestionario

### “la escala de Resiliencia de Wagnild y Young”

#### Presentación:

El cuestionario mide el Resiliencia mediante ítems, planteados en relación con los indicadores cuyo objetivo es medir la dimensión Estresores competencia personal y aceptación del sí mismo.

Indicaciones: Estimado participante, lee los Items y contesta las preguntas tomando en cuenta la siguiente escala: Siempre (5) Casi siempre (4) A veces (3) Casi nunca (2) Nunca (1)

N°	Ítems	Categorías				
		1	2	3	4	5
<b>Dimensión competencia personal – Indicador perseverancia.</b>						
01	Cuando planeo algo lo realizo					
02	Para mí es importante mantenerme interesado(a) en algo.					
03	Puedo superar las dificultades porque anteriormente he experimentado situaciones similares					
04	Soy autodisciplinado(a)					
05	Cuando estoy en una situación difícil, generalmente encuentro una salida.					
06	Suelo arreglármelas de una u otra manera.					
07	A veces me obligo a hacer cosas me gusten o no.					
<b>Dimensión competencia personal – Indicador ecuanimidad</b>						
08	me siento bien conmigo mismo(a).					
09	Generalmente me tomo las cosas con calma					
10	Soy amigo(a) de mí mismo.					
11	Rara vez me pregunto sobre la finalidad de las cosas.					
<b>Dimensión Aceptación del Sí mismo – Indicador confianza en sí misma</b>						
12	Siento que puedo manejar varias cosas al mismo tiempo.					
13	Soy decidido(a).					

14	<i>La confianza en mí mismo(a) me permite atravesar momentos difíciles.</i>					
15	<i>Tengo suficiente energía para lo que debo hacer.</i>					
16	<i>Me tomo las cosas una por una.</i>					
17	<i>En una emergencia soy alguien en quien pueden confiar.</i>					
<b>Dimensión Aceptación del Sí mismo – Indicador satisfacción personal</b>						
18	<i>Por lo general encuentro de que reírme.</i>					
19	<i>Acepto que hay personas a las que no les agrado.</i>					
20	<i>Estoy orgulloso(a) de haber podido alcanzar metas en mi vida.</i>					
21	<i>No me aflijo ante situaciones sobre las que no tengo control.</i>					
<b>Dimensión Aceptación del Sí mismo – Indicador sentirse bien solo</b>						
22	<i>Soy capaz de hacer las cosas por mí mismo sin depender de los demás</i>					
23	<i>Si debo hacerlo puedo estar solo(a).</i>					
24	<i>Usualmente puedo ver una situación desde varios puntos de vista.</i>					
25	<i>Mi vida tiene sentido.</i>					

### **Anexo 3: cálculo de tamaño de la muestra**

Para el cálculo de la muestra se seleccionó de manera probabilística y estará conformada por 269 estudiantes de cuarto y quinto año de secundaria de la institución educativa Telésforo Catacora de Santa Clara.

$$n = \frac{z^2 * P * Q * N}{E^2(N - 1) + Z^2 * P * Q}$$

- n = muestra
- Z= Grado de confiabilidad
- P = Probabilidad
- Q= No probabilidad
- E = Error muestral
- N= Tamaño de población

$$n = \frac{1.96^2 * 0.5 * 0.5 * 879}{5^2(875 - 1) + 1.96^2 * 0.5 * 0.5}$$

$$n = 269$$

**Anexo 4: validez y confiabilidad del instrumento**

**Validez por juicio de expertos**

DNI	Apellidos y nombres	Calificación
70826989	Cárdenas Dávila Paul	Aplicable
71937803	Damian de la Sota Alison	Aplicable
42163534	Arcos Sevilla Antuanett	Aplicable

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

Nº	DIMENSIONES / ítems	Pertinencia <sup>1</sup>		Relevancia <sup>2</sup>		Claridad <sup>3</sup>		Sugerencias
		Si	No	Si	No	Si	No	
	<b>Dimensión 1: Estresores</b>							
1	Me estresa la personalidad y el carácter de los docentes que me imparten clases	x		x		X		
2	Me estresa la poca claridad que tengo sobre lo que quieren los docentes	X		X		x		
3	Me estresa la sobrecarga de tareas y trabajos escolares que tengo que realizar todos los días.	X		X		X		
4	Me estresa el tipo de trabajo que me piden los profesores (consulta de temas, foros, ensayos, mapas conceptuales, etc.)	X		X		X		
5	Me estresa tener tiempo limitado para hacer el trabajo que me encargan los profesores.	X		X		X		
6	Me estresa la forma de evaluación de mis profesores (a través de ensayos, trabajos de investigación, búsquedas en Internet, etc.)	X		X		X		
7	Me estresa el nivel de exigencia de mis docentes	x		X		X		
	<b>Dimensión 2: Síntomas</b>	<b>Si</b>	<b>No</b>	<b>Si</b>	<b>No</b>	<b>Si</b>	<b>No</b>	
8	Presentas sentimientos de depresión y tristeza (decaído)	X		X		X		
9	Te sientes con ansiedad, angustia o desesperación	X		X		X		
10	Tiendo a presentar problemas de atención ante las asignaciones que me dejan en clase.	X		X		X		
11	Siento fatiga crónica (cansancio permanente)	X		X		X		
12	Siento desgano para realizar las labores escolares	X		X		X		

13	Fomento los Conflictos o tendencia para polemizar o discutir	X		X		X		
14	tengo sentimientos de agresividad o aumento de irritabilidad	X		X		X		
	<b>Dimensión 3: Estrategias de afrontamiento</b>	<b>Si</b>	<b>No</b>	<b>Si</b>	<b>No</b>	<b>Si</b>	<b>No</b>	
15	Suelo mantener el control sobre mis emociones para que no me afecte lo que me estresa	X		X		X		
16	Busco obtener lo positivo de la situación que preocupa	X		X		X		
17	Me concentro o enfoco en resolver la situación que me preocupa.	X		X		X		
18	busco soluciones concretas para resolver la situación que me preocupa	X		X		X		
19	Analizo lo positivo y negativo de las soluciones pensadas para solucionar la situación que me preocupa	X		X		X		
20	Recordar situaciones similares ocurridas anteriormente y pensar en cómo las soluciones	X		X		X		
21	elaboro un plan para enfrentar lo que me estresa y ejecución de sus tareas.	x		x		X		

Observaciones (precisar si hay suficiencia):

---

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

Apellidos y nombres del juez validador. Dr/ Mg: Mg. Paul Cárdenas Deula NI: 70026989

Especialidad del validador:

Psicólogo

17 de junio de 2022



Firma del Experto Informante.

<sup>1</sup>Pertinencia: El ítem corresponde al concepto teórico formulado.

<sup>2</sup>Relevancia: El ítem es apropiado para representar al componente o dimensión específica del constructo

<sup>3</sup>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

### CERTIFICADO DE VALIDEZ DE CONTENIDO DEL INSTRUMENTO QUE MIDE RESILIENCIA

Nº	DIMENSIONES / ítems	Pertinencia <sup>1</sup>		Relevancia <sup>2</sup>		Claridad <sup>3</sup>		Sugerencias
		Si	No	Si	No	Si	No	
	<b>DIMENSIÓN 1 COMPETENCIA PERSONAL</b>							
1	Cuando planeo algo lo realizo	x		x		X		
2	Soy capaz de hacer las cosas por mí mismo sin depender de los demás.	X		x		x		
3	Para mí es importante mantenerme interesado en algo.	X		x		X		
4	Si debo hacerlo puedo estar solo.	X		X		X		
5	Estoy orgulloso de estar a punto de finalizar mi vida escolar	X		X		X		
6	me siento bien conmigo mismo.	X		X		X		
7	Siento que puedo manejar varias cosas al mismo tiempo.	X		X		X		
8	Soy decidido	X		X		X		
9	Soy amigo de mí mismo.	X		X		X		
10	Puedo superar las dificultades porque anteriormente he experimentado situaciones similares.	X		X		X		
11	Soy autodisciplinado.	X		X		X		
12	Por lo general encuentro de que reírme.	X		X		X		

13	La confianza en mí mismo me permite atravesar momentos difíciles.	X		X		X		
14	Mi vida tiene sentido.	X		X		X		
15	Cuando estoy en una situación difícil, generalmente encuentro una salida.	X		X		X		
16	Tengo suficiente energía para lo que debo hacer.	X		X		X		
17	Acepto que hay personas a las que no les agrado.	X		X		X		
	<b>DIMENSIÓN 2 ACEPTACIÓN DEL SÍ MISMO</b>	<b>Si</b>	<b>No</b>	<b>Si</b>	<b>No</b>	<b>Si</b>	<b>No</b>	
18	Suelo arreglármelas de una u otra manera.	X		X		X		
19	Generalmente me tomo las cosas con calma.	X		X		X		
20	Rara vez me pregunto sobre la finalidad de las cosas.	X		X		X		
21	Me tomo las cosas una por una	X		X		X		
22	En una emergencia soy alguien en quien pueden confiar.	X		X		X		
23	Usualmente puedo ver una situación desde varios puntos de vista.	X		X		X		
24	A veces me obligo a hacer cosas me gusten o no	X		X		X		
25	No me aflijo ante situaciones sobre las que no tengo control.	X		X		X		

Observaciones (precisar si hay suficiencia):

---

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

Apellidos y nombres del juez validador: Dr/ Mg. Paul Cárdenas Dávila NI: 70026989

Especialidad del validador:

Psicólogo

17 de...junio.....de 2022



Firma del Experto Informante.

<sup>1</sup>Pertinencia: El ítem corresponde al concepto teórico formulado.

<sup>2</sup>Relevancia: El ítem es apropiado para representar al componente o dimensión específica del constructo

<sup>3</sup>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

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

Nº	DIMENSIONES / ítems	Pertinencia <sup>1</sup>		Relevancia <sup>2</sup>		Claridad <sup>3</sup>		Sugerencias
		Si	No	Si	No	Si	No	
	<b>Dimensión 1: Estresores</b>							
1	Me estresa la personalidad y el carácter de los docentes que me imparten clases	x		x		X		
2	Me estresa la poca claridad que tengo sobre lo que quieren los docentes	X		X		x		
3	Me estresa la sobrecarga de tareas y trabajos escolares que tengo que realizar todos los días.	X		X		X		
4	Me estresa el tipo de trabajo que me piden los profesores (consulta de temas, foros, ensayos, mapas conceptuales, etc.)	X		X		X		
5	Me estresa tener tiempo limitado para hacer el trabajo que me encargan los profesores.	X		X		X		
6	Me estresa la forma de evaluación de mis profesores (a través de ensayos, trabajos de investigación, búsquedas en Internet, etc.)	X		X		X		
7	Me estresa el nivel de exigencia de mis docentes	x		X		X		
	<b>Dimensión 2: Síntomas</b>							
8	Presentas sentimientos de depresión y tristeza (decaído)	X		X		X		
9	Te sientes con ansiedad, angustia o desesperación	X		X		X		
10	Tiendo a presentar problemas de atención ante las asignaciones que me dejan en clase.	X		X		X		
11	Siento fatiga crónica (cansancio permanente)	X		X		X		

12	Siento desgano para realizar las labores escolares	X		X		X		
13	Fomento los Conflictos o tendencia para polemizar o discutir	X		X		X		
14	tengo sentimientos de agresividad o aumento de irritabilidad	X		X		X		
	<b>Dimensión 3: Estrategias de afrontamiento</b>	<b>Si</b>	<b>No</b>	<b>Si</b>	<b>No</b>	<b>Si</b>	<b>No</b>	
15	Suelo mantener el control sobre mis emociones para que no me afecte lo que me estresa	X		X		X		
16	Busco obtener lo positivo de la situación que preocupa	X		X		X		
17	Me concentro o enfoco en resolver la situación que me preocupa.	X		X		X		
18	busco soluciones concretas para resolver la situación que me preocupa	X		X		X		
19	Analizo lo positivo y negativo de las soluciones pensadas para solucionar la situación que me preocupa	X		X		X		
20	Recordar situaciones similares ocurridas anteriormente y pensar en cómo las soluciones	X		X		X		
21	elaboro un plan para enfrentar lo que me estresa y ejecución de sus tareas.	x		x		X		

Observaciones (precisar si hay suficiencia):

---

Opinión de aplicabilidad:    Aplicable     Aplicable después de corregir     No aplicable

Apellidos y nombres del juez validador, Dr/ Mg: Damian De la Seta Alison DNI: 71937803

Especialidad del validador:

Psicología - Magister en Docencia Universitaria

17 de junio ..... del 2022



Firma del Experto Informante.

- <sup>1</sup>Pertinencia: El ítem corresponde al concepto teórico formulado.  
<sup>2</sup>Relevancia: El ítem es apropiado para representar al componente o dimensión específica del constructo  
<sup>3</sup>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

### CERTIFICADO DE VALIDEZ DE CONTENIDO DEL INSTRUMENTO QUE MIDE RESILIENCIA

Nº	DIMENSIONES / ítems	Pertinencia <sup>1</sup>		Relevancia <sup>2</sup>		Claridad <sup>3</sup>		Sugerencias
		Si	No	Si	No	Si	No	
	<b>DIMENSIÓN 1 COMPETENCIA PERSONAL</b>							
1	Cuando planeo algo lo realizo	x		x		X		
2	Soy capaz de hacer las cosas por mí mismo sin depender de los demás.	X		x		x		
3	Para mí es importante mantenerme interesado en algo.	X		x		X		
4	Si debo hacerlo puedo estar solo.	X		X		X		
5	Estoy orgulloso de estar a punto de finalizar mi vida escolar	X		X		X		
6	me siento bien conmigo mismo.	X		X		X		
7	Siento que puedo manejar varias cosas al mismo tiempo.	X		X		X		
8	Soy decidido	X		X		X		
9	Soy amigo de mí mismo.	X		X		X		
10	Puedo superar las dificultades porque anteriormente he experimentado situaciones similares.	X		X		X		
11	Soy autodisciplinado.	X		X		X		
12	Por lo general encuentro de que reírme.	X		X		X		

13	La confianza en mí mismo me permite atravesar momentos difíciles.	X		X		X		
14	Mi vida tiene sentido.	X		X		X		
15	Cuando estoy en una situación difícil, generalmente encuentro una salida.	X		X		X		
16	Tengo suficiente energía para lo que debo hacer.	X		X		X		
17	Acepto que hay personas a las que no les agrado.	X		X		X		
	<b>DIMENSIÓN 2 ACEPTACIÓN DEL SÍ MISMO</b>	<b>Si</b>	<b>No</b>	<b>Si</b>	<b>No</b>	<b>Si</b>	<b>No</b>	
18	Suelo arreglármelas de una u otra manera.	X		X		X		
19	Generalmente me tomo las cosas con calma.	X		X		X		
20	Rara vez me pregunto sobre la finalidad de las cosas.	X		X		X		
21	Me tomo las cosas una por una	X		X		X		
22	En una emergencia soy alguien en quien pueden confiar.	X		X		X		
23	Usualmente puedo ver una situación desde varios puntos de vista.	X		X		X		
24	A veces me obligo a hacer cosas me gusten o no	<b>X</b>		<b>X</b>		<b>X</b>		
25	No me aflijo ante situaciones sobre las que no tengo control.	<b>X</b>		<b>X</b>		<b>X</b>		

Observaciones (precisar si hay suficiencia):

---

Opinión de aplicabilidad:    Aplicable     Aplicable después de corregir     No aplicable

Apellidos y nombres del juez validador, Dr/ Mg. Damian De la Sota Alonso DNI: 71937803

Especialidad del validador:

Psicología - Magister en Docencia Universitaria

17 de junio ..... del 2022



Firma del Experto Informante.

<sup>1</sup>Pertinencia: El ítem corresponde al concepto teórico formulado.

<sup>2</sup>Relevancia: El ítem es apropiado para representar al componente o dimensión específica del constructo

<sup>3</sup>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

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

Nº	DIMENSIONES / ítems	Pertinencia <sup>1</sup>		Relevancia <sup>2</sup>		Claridad <sup>3</sup>		Sugerencias
		Si	No	Si	No	Si	No	
	<b>Dimensión 1: Estresores</b>							
1	Me estresa la personalidad y el carácter de los docentes que me imparten clases	x		x		X		
2	Me estresa la poca claridad que tengo sobre lo que quieren los docentes	X		X		x		
3	Me estresa la sobrecarga de tareas y trabajos escolares que tengo que realizar todos los días.	X		X		X		
4	Me estresa el tipo de trabajo que me piden los profesores (consulta de temas, foros, ensayos, mapas conceptuales, etc.)	X		X		X		
5	Me estresa tener tiempo limitado para hacer el trabajo que me encargan los profesores.	X		X		X		
6	Me estresa la forma de evaluación de mis profesores (a través de ensayos, trabajos de investigación, búsquedas en Internet, etc.)	X		X		X		
7	Me estresa el nivel de exigencia de mis docentes	x		X		X		
	<b>Dimensión 2: Síntomas</b>							
8	Presentas sentimientos de depresión y tristeza (decaído)	X		X		X		
9	Te sientes con ansiedad, angustia o desesperación	X		X		X		
10	Tiendo a presentar problemas de atención ante las asignaciones que me dejan en clase.	X		X		X		

11	Siento fatiga crónica (cansancio permanente)	X		X		X		
12	Siento desgano para realizar las labores escolares	X		X		X		
13	Fomento los Conflictos o tendencia para polemizar o discutir	X		X		X		
14	tengo sentimientos de agresividad o aumento de irritabilidad	X		X		X		
	<b>Dimensión 3: Estrategias de afrontamiento</b>	<b>Si</b>	<b>No</b>	<b>Si</b>	<b>No</b>	<b>Si</b>	<b>No</b>	
15	Suelo mantener el control sobre mis emociones para que no me afecte lo que me estresa	X		X		X		
16	Busco obtener lo positivo de la situación que preocupa	X		X		X		
17	Me concentro o enfoco en resolver la situación que me preocupa.	X		X		X		
18	busco soluciones concretas para resolver la situación que me preocupa	X		X		X		
19	Analizo lo positivo y negativo de las soluciones pensadas para solucionar la situación que me preocupa	X		X		X		
20	Recordar situaciones similares ocurridas anteriormente y pensar en cómo las soluciones	X		X		X		
21	elaboro un plan para enfrentar lo que me estresa y ejecución de sus tareas.	x		x		X		

Observaciones (precisar si hay suficiencia):

---

Opinión de aplicabilidad:      Aplicable |       Aplicable después de corregir |       No aplicable |

Apellidos y nombres del juez validador. Dr/ Mg: ARLOS SEVILLA, ANTONIO <sup>NI:</sup> 42163534

Especialidad del validador:

Magister en Psicología Educativa.

..J.J.de...junio.....del 2022



Firma del Experto Informante.

<sup>1</sup>**Pertinencia:** El ítem corresponde al concepto teórico formulado.

<sup>2</sup>**Relevancia:** El ítem es apropiado para representar al componente o dimensión específica del constructo

<sup>3</sup>**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

### CERTIFICADO DE VALIDEZ DE CONTENIDO DEL INSTRUMENTO QUE MIDE RESILIENCIA

Nº	DIMENSIONES / ítems	Pertinencia <sup>1</sup>		Relevancia <sup>2</sup>		Claridad <sup>3</sup>		Sugerencias
		Si	No	Si	No	Si	No	
	<b>DIMENSIÓN 1 COMPETENCIA PERSONAL</b>							
1	Cuando planeo algo lo realizo	x		x		X		
2	Soy capaz de hacer las cosas por mí mismo sin depender de los demás.	X		x		x		
3	Para mí es importante mantenerme interesado en algo.	X		x		X		
4	Si debo hacerlo puedo estar solo.	X		X		X		
5	Estoy orgulloso de estar a punto de finalizar mi vida escolar	X		X		X		
6	me siento bien conmigo mismo.	X		X		X		
7	Siento que puedo manejar varias cosas al mismo tiempo.	X		X		X		
8	Soy decidido	X		X		X		
9	Soy amigo de mí mismo.	X		X		X		
10	Puedo superar las dificultades porque anteriormente he experimentado situaciones similares.	X		X		X		
11	Soy autodisciplinado.	X		X		X		
12	Por lo general encuentro de que reírme.	X		X		X		
13	La confianza en mí mismo me permite atravesar momentos difíciles.	X		X		X		
14	Mi vida tiene sentido.	X		X		X		

15	Cuando estoy en una situación difícil, generalmente encuentro una salida.	X		X		X		
16	Tengo suficiente energía para lo que debo hacer.	X		X		X		
17	Acepto que hay personas a las que no les agrado.	X		X		X		
	<b>DIMENSIÓN 2 ACEPTACIÓN DEL SÍ MISMO</b>	<b>Si</b>	<b>No</b>	<b>Si</b>	<b>No</b>	<b>Si</b>	<b>No</b>	
18	Suelo arreglármelas de una u otra manera.	X		X		X		
19	Generalmente me tomo las cosas con calma.	X		X		X		
20	Rara vez me pregunto sobre la finalidad de las cosas.	X		X		X		
21	Me tomo las cosas una por una	X		X		X		
22	En una emergencia soy alguien en quien pueden confiar.	X		X		X		
23	Usualmente puedo ver una situación desde varios puntos de vista.	X		X		X		
24	A veces me obligo a hacer cosas me gusten o no	<b>X</b>		<b>X</b>		<b>X</b>		
25	No me aflijo ante situaciones sobre las que no tengo control.	<b>X</b>		<b>X</b>		<b>X</b>		

Observaciones (precisar si hay suficiencia):

---

Opinión de aplicabilidad:      Aplicable |       Aplicable después de corregir |       No aplicable |

Apellidos y nombres del juez validador. Dr/ Mg: ARLOS SEVILLA, ANTONIO <sup>NI:</sup> 42163534

Especialidad del validador:

Magister en Psicología Educativa.

..J.J.de...junio.....del 2022



Firma del Experto Informante.

<sup>1</sup>**Pertinencia:** El ítem corresponde al concepto teórico formulado.

<sup>2</sup>**Relevancia:** El ítem es apropiado para representar al componente o dimensión específica del constructo

<sup>3</sup>**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

## **Resultados alfa de Cronbach del instrumento**

**Tabla 18**

*Resultados alfa de Cronbach del instrumento de estrés académico*

*Resultados alfa de Cronbach del instrumento de estrés académico*

Alfa de Cronbach	N de elementos
,869	21

Nota Los resultados muestran el nivel de confiabilidad del instrumento de estrés académico

De acuerdo con la tabla 2, el valor del coeficiente de alfa de Cronbach calculado para el caso del instrumento que mide estrés académico fue de ,869. Por tanto, los datos obtenidos muestran una alta confiabilidad del instrumento elaborado. Por lo que se procedió a la aplicación del instrumento a la muestra seleccionada

**Tabla 19**

*Resultados alfa de Cronbach del instrumento de resiliencia*

Alfa de Cronbach	N de elementos
,842	25

Nota. Los resultados muestran el nivel de confiabilidad del instrumento de resiliencia

De acuerdo con la tabla 3, el valor del coeficiente de alfa de Cronbach calculado para el caso del instrumento que mide estrés académico fue de ,842. Por tanto, los datos obtenidos muestran una alta confiabilidad del instrumento elaborado. Por lo que se procedió a la aplicación del instrumento a la muestra seleccionada.

**Tabla 20**

*Rangos del alfa de Cronbach*

Rangos	Magnitud
0,81 a 1,00	Muy Alto
0.61 a 0,80	Alto
0,41 a 0,60	Moderado
0,21 a 0,40	Bajo
0 a 0,20	Muy Bajo

Nota. Tomado de Ruiz (2015)

## Anexo 5: autorización de aplicación del instrumento



"Año del Fortalecimiento de la Soberanía Nacional"

Lima, 21 de Mayo del 2022

Carta de Presentación N° 251 – 2022 – UCV – VA – EPG – F06L03/J

Señor(a)  
Lic. Jose Martin Manrique Amaru  
I.E. MIXTA TELÉSFORO CATAORA  
Director  
Presente.-

De nuestra consideración:

Es grato dirigirme a usted, para presentar a **VILCAMICHE GARCIA OMAR ALEJANDRO** con N° DNI **45860534** y código de matrícula N° **6700216635**, estudiante del programa de **Maestría en Psicología Educativa** quien se encuentra desarrollando el trabajo de investigación (Tesis):

**ESTRÉS ACADÉMICO Y RESILIENCIA EN UNA INSTITUCIÓN EDUCATIVA PÚBLICA EN EL DISTRITO DE ATE VITARTE, LIMA 2022.**

En ese sentido, solicito a su persona otorgar el permiso y brindar las facilidades a nuestro estudiante, a fin de que pueda desarrollar su trabajo de investigación en la institución que usted representa. Los resultados de la presente investigación serán alcanzados a su despacho, luego de finalizar la misma.

Atentamente.

  
Dra. Hilda Ruth Majo Marrugo  
Jefa de la Escuela de Posgrado  
Campus Lima Ate



## **Anexo 6: consentimiento informado**

### **CONSENTIMIENTO INFORMADO**

Estimado padre o madre de familia me encuentro realizando un trabajo de investigación titulado - Estrés académico y resiliencia en una Institución Educativa Pública en el distrito de Ate Vitarte, Lima 2022. Antes que usted acepte que su menor hijo participe en el estudio se le ha tenido que explicar lo siguiente: Objetivo de la investigación, riesgos, beneficios, confidencialidad, para que finalmente Usted pueda aceptar la participación de su hijo (a) de manera libre y voluntaria.

El estudio de investigación es estrés académico y resiliencia en una Institución Educativa Pública en el distrito de Ate Vitarte, Lima 2022.

En relación con los riesgos la investigación aplicará un cuestionario debidamente identificado, no se realizará ningún otro tipo de evaluación. Por tanto, la investigación no representa ningún riesgo para el estudiante.

El estudio no representa beneficios económicos para los participantes, es decir no se otorgará ningún pago por su participación. La información que se recoja será utilizada para para gestionar soluciones acordes a la problemática identificada.

Para efectos de la investigación, no se tomará en cuenta el nombre y apellido del participante, es anónima y la única persona autorizada para el acceso a la información será la investigadora los datos serán conservados de manera confidencial.

Por tanto, yo \_\_\_\_\_manifiesto que he sido informado(a) sobre el estudio y doy mi conformidad para que mi hijo (a) participar en el estudio.

---

Nombre y apellido del padre  
del o apoderado

---

Firma

## CONSENTIMIENTO INFORMADO

Estimado padre o madre de familia me encuentro realizando un trabajo de investigación titulado - Estrés académico y resiliencia en una Institución Educativa Pública en el distrito de Ate Vitarte, Lima 2022. Antes que usted acepte que su menor hijo participe en el estudio se le ha tenido que explicar lo siguiente: Objetivo de la investigación, riesgos, beneficios, confidencialidad, para que finalmente Usted pueda aceptar la participación de su hijo (a) de manera libre y voluntaria.

El estudio de investigación es estrés académico y resiliencia en una Institución Educativa Pública en el distrito de Ate Vitarte, Lima 2022.

En relación con los riesgos la investigación aplicará un cuestionario debidamente identificado, no se realizará ningún otro tipo de evaluación. Por tanto, la investigación no representa ningún riesgo para el estudiante.

El estudio no representa beneficios económicos para los participantes, es decir no se otorgará ningún pago por su participación. La información que se recoja será utilizada para para gestionar soluciones acordes a la problemática identificada.

Para efectos de la investigación, no se tomará en cuenta el nombre y apellido del participante, es anónima y la única persona autorizada para el acceso a la información será la investigadora los datos serán conservados de manera confidencial.

Por tanto, yo Aladis Dominguez Patiño manifiesto que he sido informado(a) sobre el estudio y doy mi conformidad para que mi hijo (a) participar en el estudio.

Aladis Dominguez Patiño  
03096030

Nombre y apellido del padre  
del o apoderado

[Firma]

Firma

### CONSENTIMIENTO INFORMADO

Estimado padre o madre de familia me encuentro realizando un trabajo de investigación titulado - Estrés académico y resiliencia en una Institución Educativa Pública en el distrito de Ate Vitarte, Lima 2022. Antes que usted acepte que su menor hijo participe en el estudio se le ha tenido que explicar lo siguiente: Objetivo de la investigación, riesgos, beneficios, confidencialidad, para que finalmente Usted pueda aceptar la participación de su hijo (a) de manera libre y voluntaria.

El estudio de investigación es estrés académico y resiliencia en una Institución Educativa Pública en el distrito de Ate Vitarte, Lima 2022.

En relación con los riesgos la investigación aplicará un cuestionario debidamente identificado, no se realizará ningún otro tipo de evaluación. Por tanto, la investigación no representa ningún riesgo para el estudiante.

El estudio no representa beneficios económicos para los participantes, es decir no se otorgará ningún pago por su participación. La información que se recoja será utilizada para para gestionar soluciones acordes a la problemática identificada.

Para efectos de la investigación, no se tomará en cuenta el nombre y apellido del participante, es anónima y la única persona autorizada para el acceso a la información será la investigadora los datos serán conservados de manera confidencial.

Por tanto, yo Mayra Herosa Torres manifiesto que he sido informado(a) sobre el estudio y doy mi conformidad para que mi hijo (a) participar en el estudio.

Mayra Herosa Torres

Nombre y apellido del padre  
del o apoderado

Mayra T.

Firma

### CONSENTIMIENTO INFORMADO

Estimado padre o madre de familia me encuentro realizando un trabajo de investigación titulado - Estrés académico y resiliencia en una Institución Educativa Pública en el distrito de Ate Vitarte, Lima 2022. Antes que usted acepte que su menor hijo participe en el estudio se le ha tenido que explicar lo siguiente: Objetivo de la investigación, riesgos, beneficios, confidencialidad, para que finalmente Usted pueda aceptar la participación de su hijo (a) de manera libre y voluntaria.

El estudio de investigación es estrés académico y resiliencia en una Institución Educativa Pública en el distrito de Ate Vitarte, Lima 2022.

En relación con los riesgos la investigación aplicará un cuestionario debidamente identificado, no se realizará ningún otro tipo de evaluación. Por tanto, la investigación no representa ningún riesgo para el estudiante.

El estudio no representa beneficios económicos para los participantes, es decir no se otorgará ningún pago por su participación. La información que se recoja será utilizada para para gestionar soluciones acordes a la problemática identificada.

Para efectos de la investigación, no se tomará en cuenta el nombre y apellido del participante, es anónima y la única persona autorizada para el acceso a la información será la investigadora los datos serán conservados de manera confidencial.

Por tanto, yo melina Ascarsa rivera manifiesto que he sido informado(a) sobre el estudio y doy mi conformidad para que mi hijo (a) participar en el estudio.

Ascarsa Rivera melina  
40853691

Nombre y apellido del padre  
del o apoderado



Firma

### CONSENTIMIENTO INFORMADO

Estimado padre o madre de familia me encuentro realizando un trabajo de investigación titulado - Estrés académico y resiliencia en una Institución Educativa Pública en el distrito de Ate Vitarte, Lima 2022. Antes que usted acepte que su menor hijo participe en el estudio se le ha tenido que explicar lo siguiente: Objetivo de la investigación, riesgos, beneficios, confidencialidad, para que finalmente Usted pueda aceptar la participación de su hijo (a) de manera libre y voluntaria.

El estudio de investigación es estrés académico y resiliencia en una Institución Educativa Pública en el distrito de Ate Vitarte, Lima 2022.

En relación con los riesgos la investigación aplicará un cuestionario debidamente identificado, no se realizará ningún otro tipo de evaluación. Por tanto, la investigación no representa ningún riesgo para el estudiante.

El estudio no representa beneficios económicos para los participantes, es decir no se otorgará ningún pago por su participación. La información que se recoja será utilizada para para gestionar soluciones acordes a la problemática identificada.

Para efectos de la investigación, no se tomará en cuenta el nombre y apellido del participante, es anónima y la única persona autorizada para el acceso a la información será la investigadora los datos serán conservados de manera confidencial.

Por tanto, yo María Marin Machuca manifiesto que he sido informado(a) sobre el estudio y doy mi conformidad para que mi hijo (a) participar en el estudio.

María Marin Machuca  
DNI 10154848

Nombre y apellido del padre  
del o apoderado

Machuca

Firma

## CONSENTIMIENTO INFORMADO

Estimado padre o madre de familia me encuentro realizando un trabajo de investigación titulado - Estrés académico y resiliencia en una Institución Educativa Pública en el distrito de Ate Vitarte, Lima 2022. Antes que usted acepte que su menor hijo participe en el estudio se le ha tenido que explicar lo siguiente: Objetivo de la investigación, riesgos, beneficios, confidencialidad, para que finalmente Usted pueda aceptar la participación de su hijo (a) de manera libre y voluntaria.

El estudio de investigación es estrés académico y resiliencia en una Institución Educativa Pública en el distrito de Ate Vitarte, Lima 2022.

En relación con los riesgos la investigación aplicará un cuestionario debidamente identificado, no se realizará ningún otro tipo de evaluación. Por tanto, la investigación no representa ningún riesgo para el estudiante.

El estudio no representa beneficios económicos para los participantes, es decir no se otorgará ningún pago por su participación. La información que se recoja será utilizada para para gestionar soluciones acordes a la problemática identificada.

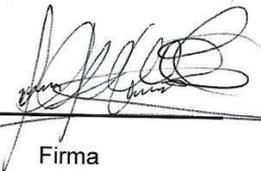
Para efectos de la investigación, no se tomará en cuenta el nombre y apellido del participante, es anónima y la única persona autorizada para el acceso a la información será la investigadora los datos serán conservados de manera confidencial.

Por tanto, yo ESTHER ROSME CRUZ manifiesto que he sido informado(a) sobre el estudio y doy mi conformidad para que mi hijo (a) participe en el estudio.

Esther Rosme

43517058

Nombre y apellido del padre  
del o apoderado



Firma

### CONSENTIMIENTO INFORMADO

Estimado padre o madre de familia me encuentro realizando un trabajo de investigación titulado - Estrés académico y resiliencia en una Institución Educativa Pública en el distrito de Ate Vitarte, Lima 2022. Antes que usted acepte que su menor hijo participe en el estudio se le ha tenido que explicar lo siguiente: Objetivo de la investigación, riesgos, beneficios, confidencialidad, para que finalmente Usted pueda aceptar la participación de su hijo (a) de manera libre y voluntaria.

El estudio de investigación es estrés académico y resiliencia en una Institución Educativa Pública en el distrito de Ate Vitarte, Lima 2022.

En relación con los riesgos la investigación aplicará un cuestionario debidamente identificado, no se realizará ningún otro tipo de evaluación. Por tanto, la investigación no representa ningún riesgo para el estudiante.

El estudio no representa beneficios económicos para los participantes, es decir no se otorgará ningún pago por su participación. La información que se recoja será utilizada para para gestionar soluciones acordes a la problemática identificada.

Para efectos de la investigación, no se tomará en cuenta el nombre y apellido del participante, es anónima y la única persona autorizada para el acceso a la información será la investigadora los datos serán conservados de manera confidencial.

Por tanto, yo ANA APAZA C manifiesto que he sido informado(a) sobre el estudio y doy mi conformidad para que mi hijo (a) participar en el estudio.

ANA APAZA CCAHUA  
10514484  
Nombre y apellido del padre  
del o apoderado

  
Firma

### CONSENTIMIENTO INFORMADO

Estimado padre o madre de familia me encuentro realizando un trabajo de investigación titulado - Estrés académico y resiliencia en una Institución Educativa Pública en el distrito de Ate Vitarte, Lima 2022. Antes que usted acepte que su menor hijo participe en el estudio se le ha tenido que explicar lo siguiente: Objetivo de la investigación, riesgos, beneficios, confidencialidad, para que finalmente Usted pueda aceptar la participación de su hijo (a) de manera libre y voluntaria.

El estudio de investigación es estrés académico y resiliencia en una Institución Educativa Pública en el distrito de Ate Vitarte, Lima 2022.

En relación con los riesgos la investigación aplicará un cuestionario debidamente identificado, no se realizará ningún otro tipo de evaluación. Por tanto, la investigación no representa ningún riesgo para el estudiante.

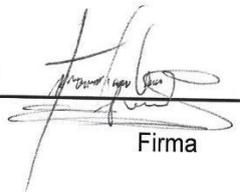
El estudio no representa beneficios económicos para los participantes, es decir no se otorgará ningún pago por su participación. La información que se recoja será utilizada para para gestionar soluciones acordes a la problemática identificada.

Para efectos de la investigación, no se tomará en cuenta el nombre y apellido del participante, es anónima y la única persona autorizada para el acceso a la información será la investigadora los datos serán conservados de manera confidencial.

Por tanto, yo TOMASA CONTRERAS (ANO) manifiesto que he sido informado(a) sobre el estudio y doy mi conformidad para que mi hijo (a) participar en el estudio.

TOMASA CONTRERAS (ANO)  
10104125

Nombre y apellido del padre  
del o apoderado

  
Firma









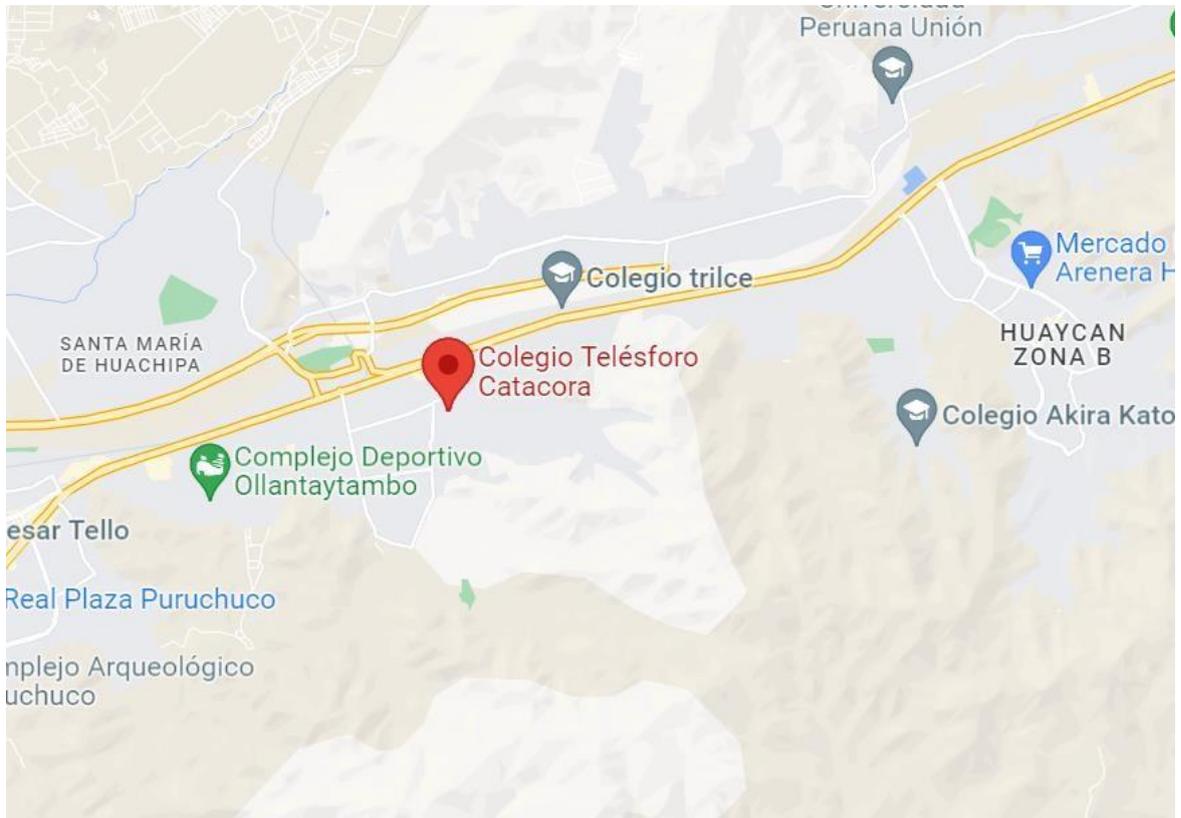








**Anexo 8: Ubicación geográfica de la Institución Educativa Telésforo Catacora**



<https://goo.gl/maps/LYsF1Q3QPDTW1tB36>

## Anexo 9: Recopilación de imágenes

