



UNIVERSIDAD RICARDO PALMA

ESCUELA DE POSGRADO

MAESTRÍA EN PSICOLOGÍA CLÍNICA Y DE LA SALUD

**Estrés académico y Autoestima en estudiantes de un Instituto de Educación
Superior Tecnológico Público de Huancayo - 2021**

TESIS

Para optar el grado académico de Maestro en Psicología Clínica y de la Salud

AUTOR

Ponce Gutiérrez, Luis Dennis

(ORCID: 0000-0002-1531-7508)

ASESOR

Magister Huertas Mantilla, Leonardo Percy

(ORCID: 0000-0002-4423-1105)

Lima, Perú

2023

Metadatos Complementarios

Datos de autor

Ponce Gutiérrez, Luis Dennis

Tipo de documento de identidad del AUTOR: DNI

Número de documento de identidad del AUTOR: 42845009

Datos de asesor

Maestro Huertas Mantilla, Leonardo Percy

Tipo de documento de identidad del ASESOR: DNI

Número de documento de identidad del ASESOR: 47355739

Datos del jurado

JURADO 1: Doctora Alemán Carmona, Ana María, DNI N°40422486, ORCID 0000-0002-9294-5620

JURADO 2: Doctor Altamirano Herrera, Aníbal, DNI N°10426902, ORCID 0000-0003-2940-1405

JURADO 3: Magister Nario Dulanto, Carlos Fernando, DNI N°16007568, ORCID 0000-0002-3518-0641

Datos de la investigación

Campo del conocimiento OCDE: 313247

Código del Programa: 5.01.00

DEDICATORIA

El presente trabajo va dedicado a mis queridos padres por su apoyo incondicional por sus consejos y la fortaleza de cumplir con mis metas trazadas de culminar con mi investigación científica para obtener el grado de maestro.

AGRADECIMIENTOS

Agradezco a mis padres por su apoyo moral, por sus consejos y por motivarme a terminar mi maestría y obtener el grado de maestro, por enseñarme a nunca rendirme frente a las adversidades, por ser mis confidentes y amigos, gracias por todo padre.

Agradezco a la Universidad Ricardo Palma y al Rector, por abrirme las puertas de su prestigiosa universidad y brindarme los conocimientos e innovaciones para desarrollar una mente crítica frente a la coyuntura que se vive en el ámbito académico, social y político.

Agradezco a mis docentes, por tan abnegada labor que realizan formando futuros maestros de la psicología clínica y de la salud, por sus cálidos consejos y su enseñanza tan prodigiosa en las aulas académicas, gracias por todo queridos maestros.

Tabla de Contenido

RESUMEN	9
ABSTRACT.....	10
INTRODUCCIÓN	11
CAPÍTULO I	1
PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA	1
1.1. Descripción del problema.....	1
1.2. Formulación del problema	2
1.2.1. Problema general	2
1.2.2. Problemas específicos.....	2
1.3. Importancia y justificación del estudio	3
1.3.1. Importancia	3
1.3.2. Justificación Teórica	4
1.3.3. Justificación Metodológica	4
1.3.4. Justificación Práctica	4
1.3.5. Justificación Social	5
1.4. Delimitación del estudio.....	5
1.4.1. Delimitación Espacial	5
1.4.2. Delimitación Temporal	5
1.4.3. Delimitación Teórica	5
1.5. Objetivos de la investigación	6
1.5.1. Objetivo general.....	6
1.5.2. Objetivos específicos	6
CAPÍTULO II.....	8
MARCO TEÓRICO.....	8
2.1. Marco histórico	8
2.2. Investigaciones relacionadas con el tema.....	11
2.2.1. Investigaciones internacionales	11
2.2.2. Investigaciones nacionales.....	13
2.3. Estructura teórica y científica que sustenta el estudio.....	16
2.3.1. Estrés.....	16

2.3.2.	Estrés académico.....	20
2.3.3.	Autoestima	22
2.4.	Definición de términos básicos	25
2.4.1.	Estrés académico.....	25
2.4.2.	Autoestima	25
2.5	Fundamentos teóricos que sustenta el estudio.....	26
2.6	Hipótesis.....	28
2.6.1	Hipótesis general.....	28
2.6.2	Hipótesis específicas	28
2.7	Matriz de operacionalización de las variables de estudio	31
CAPÍTULO III.....		33
MARCO METODOLÓGICO.....		33
3.1.	Tipo, método y diseño de la investigación.....	33
3.1.1.	Tipo de investigación.....	33
3.1.2.	Método de investigación	33
3.1.3.	Diseño de investigación	33
3.2.	Población y muestra	34
3.2.1.	Población.....	34
3.2.2.	Muestra	34
3.3.	Técnicas e instrumentos de recolección de datos.....	35
3.3.1.	Inventario de Estrés Académico SISCO	35
3.3.2.	Escala de Autoestima de Coopersmith	36
3.3.3.	Validación de los instrumentos.....	38
3.4.	Descripción de procedimientos de análisis	39
CAPÍTULO IV.....		40
RESULTADOS Y ANÁLISIS DE RESULTADOS		40
4.1.	Resultados	40
4.1.1.	Análisis descriptivo de tendencia central y variabilidad.....	40
4.1.2.	Prueba de normalidad	41
4.1.3.	Análisis correlacional no paramétrico	41
4.2.	Análisis y discusión de resultados.....	42
CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES		46

Conclusiones	46
Conclusión general	46
Conclusiones específicas	46
Recomendaciones.....	47
REFERENCIAS.....	48
ANEXOS	55

Índice de Tablas

Tabla 1 Matriz de operacionalización: Estrés académico.....	31
Tabla 2 Matriz de operacionalización: Autoestima	32
Tabla 3 Resultados de la validación de instrumentos por juicio de expertos	39
Tabla 4 Estadísticos descriptivos de las dimensiones de la variable estrés académico y autoestima	40
Tabla 5 Estadístico de normalidad con prueba de Shapiro-Wilk para las medidas de la variable estrés académico y autoestima	41
Tabla 6 Análisis correlacional de las dimensiones del estrés académico y autoestima.....	42

Índice de Figuras

Figura 1 Teoría del estrés académico.....	28
---	----

RESUMEN

En la investigación que se analizó esta en relación entre estrés académico y autoestima, está enmarcado las dimensiones del estrés académico (estresores, síntomas y estrategias de afrontamiento) y las dimensiones de la autoestima (en sí mismo, social y familiar), teniendo como objetivo determinar el nivel de relación entre el estrés académico y la autoestima en los estudiantes de un Instituto Tecnológico Público de la ciudad de Huancayo, en el 2021. La investigación es de corte cuantitativa, de nivel correlacional, de tipo básica, de diseño no experimental, de tipo transversal. Los resultados encontrados son, que no existe relación significativa entre el estrés académico y la autoestima (sólo existe relación significativa, negativa y muy débil entre la dimensión estresores y autoestima familiar). La conclusión de la investigación, es que no existe relación entre el estrés académico y la autoestima, debido a que los estudiantes presentan estrés académico bajo y autoestima baja.

Palabras Claves: Estrés, estrés académico, autoestima, relación.

ABSTRACT

In this research, the relationship between academic stress and self-esteem was analyzed, considering the dimensions of academic stress (stressors, symptoms and coping strategies) and the dimensions of self-esteem (in itself, social and family), with the objective of determining the level relationship between academic stress and self-esteem in students of a technological institute in the city of Huancayo, 2021. The research is quantitative, correlational, basic, non-experimental, cross-sectional. The main result found is that there is no significant relationship between academic stress and self-esteem (there is only a significant, negative and very weak relationship between the stressors dimension and family self-esteem). The most important conclusion of the research is that there is no relationship between academic stress and self-esteem, because students have low academic stress and low self-esteem.

Keywords: Academic stress, self-esteem, stress, relationship.

INTRODUCCIÓN

La presente investigación se centra en los estudiantes de los institutos tecnológicos públicos del Estado peruano porque ellos tienen una modalidad de estudio muy interesante donde la parte teórica abarca el 30 % y un 70 % corresponde a la formación práctica en los laboratorios que cada institución tiene como parte de sus, siendo estas últimas las que mayor importancia tienen en la consolidación de sus estudios como técnicos.

Por otro lado, en la región Junín se encuentran las principales instituciones de educación superior tecnológicas, siendo la ciudad de Huancayo aquella que cuenta con cuatro de las más representativas de la región y el instituto de educación superior tecnológica público Andrés Avelino Cáceres Dorregaray. Asimismo, se observó que los estudiantes de la especialidad de electricidad industrial sufren estrés académico por circunstancias relacionadas a la pandemia por COVID-19, la acumulación de clases virtuales de las diversas asignaturas, no contar con internet para poder conectarse, el fallecimiento de familiares cercanos que los apoyaban económicamente.

Durante la pandemia las clases se realizaban de forma virtual a través de videoconferencias y la participación era solo del 30 %, mientras que el resto de los estudiantes tuvo que trabajar de forma remota por otros aplicativos de mensajería móvil. En ese contexto, se tomó una encuesta de la situación de los estudiantes donde se encontró que el 40 % había perdido a un familiar muy cercano, 40 % trabajaba y estudiaba y el 20 % no tenía conexión a internet. En consecuencia, al evaluar a estos estudiantes se observó una alta carga de estrés académico y situacional, así como una alteración en su autoestima, siendo este el motivo por el cual se realizó esta investigación.

Es así que en este estudio se analizó la relación que existe entre el estrés académico y la autoestima en los estudiantes de un instituto tecnológico pública de la ciudad de Huancayo, poniendo énfasis en las relaciones de las dimensiones de ambas variables. El objetivo de la investigación fue determinar la relación entre el estrés académico y la autoestima en los estudiantes de un instituto tecnológico de la ciudad de Huancayo, teniendo como hipótesis que sí existe una relación significativa entre el estrés académico y autoestima en los estudiantes de un instituto tecnológico de la ciudad de Huancayo. La investigación fue cuantitativa, de tipo básica, de nivel descriptivo-correlacional, de diseño no experimental transversal.

La estructura se divide en cinco principales partes. En el primer apartado se analiza el problema de investigación, donde específicamente se describe y formula el problema de investigación, se resalta la importancia y justificación del estudio, se delimita el estudio y se plantean los objetivos de éste. En el segundo apartado se presenta el marco teórico, donde se recopila información sobre el marco histórico de las variables, se muestran investigaciones que abordaron las variables de investigación a nivel internacional y nacional, se expone la estructura teórica y científica que sustenta el presente estudio, se especifica la definición de los términos básicos empleados en la investigación, se plantean las hipótesis a contrastar y se expone la matriz de operacionalización de cada variables. En el tercer apartado se menciona la metodología que permite el desarrollo de la investigación, el tipo, método y diseño de la investigación, se describe la población y muestra, las técnicas e instrumentos empleados para la recolección de datos, así como la presentación de los procedimientos de análisis realizados. En el cuarto apartado, se exponen los resultados, y el análisis discusión de los resultados. Por último, en el quinto apartado se señalan las conclusiones y recomendaciones de la investigación.

CAPÍTULO I

PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

1.1. Descripción del problema

En la pandemia por COVID-19 se ha vuelto muy recurrente la problemática del estrés, sobre todo el académico, por lo que los especialistas están abordando este tema constantemente ya que su impacto es negativo en la vida de las personas. Según Gomes y Escobar (2016) han señalado que la prevalencia del estrés o trastornos emocionales en adolescentes y jóvenes es significativamente más alta aún ahora en situaciones de riesgo por la COVID-19.

El impacto psicológico en los estudiantes de educación superior ha sido muy visible, donde se han apreciado problemas de sueño, síntomas psicósomáticos, tensión, disfunción social en sus actividades diarias y alteraciones en el estado de ánimo (González-Jaimes, 2020). Además, se observó que, durante la pandemia, los estudiantes peruanos de educación superior emplearon dispositivos tecnológicos en su mayoría para realizar actividades de entretenimiento y en su mayoría le dedicaron entre dos y seis horas a este tipo de actividades (Mansilla, 2020).

Según la Organización de las Naciones Unidas para la Educación, la Ciencia y la Cultura (UNESCO), en Latinoamérica el confinamiento social se inició en marzo del 2020, afectando a diversos países. En ese sentido, las instituciones de educación superior tecnológica presentaron dificultades para adoptar la educación virtual o a distancia, provocando en muchos casos la interrupción de las actividades académicas de los estudiantes (Instituto Internacional para la Educación Superior en América Latina y el Caribe [IELSAC], 2020). Por ello, los estudiantes lidiaron con múltiples modificaciones en su proceso de aprendizaje, los cuales representaron múltiples retos que aumentaron sus niveles de estrés (Luque et al., 2022).

Por otro lado, algunas investigaciones indican que más de la mitad de los estudiantes de institutos tecnológicos del Perú se encuentran en niveles deficientes de autoestima (e.g. Castro, 2021; Gómez & Marcos, 2022). Asimismo, la evidencia indica que la baja autoestima se relaciona con elevados niveles de agresividad (Castro, 2021), adicción a las redes sociales (Portillo et al., 2021), comportamientos poco asertivos (Cueva, 2021), insatisfacción con la profesión elegida (Gómez & Marcos, 2022), escasa resiliencia y bajo rendimiento académico (Pizarro, 2017).

Ante esta realidad es necesario profundizar el conocimiento que se tiene respecto a la relación entre el estrés académico y la autoestima en el contexto de un instituto tecnológico peruano, considerando que la gran mayoría de las investigaciones que han estudiado la relación entre ambas variables hasta el momento se han realizado en el entorno universitario (e.g. Albán, 2018; Chávez & Peralta, 2019; Zamora-Marin & Leiva-Colos, 2022).

1.2. Formulación del problema

1.2.1. Problema general

¿Cuál es la relación que existe entre el estrés académico y la autoestima en los estudiantes de un instituto tecnológico de la ciudad de Huancayo?

1.2.2. Problemas específicos

¿Cuál es la relación que existe entre los estresores y la autoestima en sí mismo en los estudiantes de un instituto tecnológico de la ciudad de Huancayo?

¿Cuál es la relación que existe entre los estresores y la autoestima social en los estudiantes de un instituto tecnológico de la ciudad de Huancayo?

¿Cuál es la relación que existe entre los estresores y la autoestima familiar en los estudiantes de un instituto tecnológico de la ciudad de Huancayo?

¿Cuál es la relación que existe entre los síntomas (reacciones) del estrés y la autoestima en sí mismo en los estudiantes de un instituto tecnológico de la ciudad de Huancayo?

¿Cuál es la relación que existe entre los síntomas (reacciones) del estrés y la autoestima social en los estudiantes de un instituto tecnológico de la ciudad de Huancayo?

¿Cuál es la relación que existe entre los síntomas (reacciones) del estrés y la autoestima familiar en los estudiantes de un instituto tecnológico de la ciudad de Huancayo?

¿Cuál es la relación que existe entre las estrategias de afrontamiento del estrés y la autoestima en sí mismo en los estudiantes de un instituto tecnológico de la ciudad de Huancayo?

¿Cuál es la relación que existe entre las estrategias de afrontamiento del estrés y la autoestima social en los estudiantes de un instituto tecnológico de la ciudad de Huancayo?

¿Cuál es la relación que existe entre las estrategias de afrontamiento del estrés y la autoestima familiar en los estudiantes de un instituto tecnológico de la ciudad de Huancayo?

1.3. Importancia y justificación del estudio

A continuación, se presenta la importancia del estudio, así como la justificación teórica, metodológica, práctica y social en función de los aportes que generarán los hallazgos obtenidos.

1.3.1. Importancia

La importancia de la investigación radica en la necesidad de profundizar sobre el impacto generado por el contexto pandémico de la COVID-19, donde los estudiantes se vieron muy afectados en el ámbito psicológico y educativo (González-Jaimes, 2020). Adicionalmente, la importancia también recae en la escasez de estudios realizados en el entorno de la educación superior tecnológica.

1.3.2. Justificación Teórica

La justificación teórica del estudio se fundamenta en el aumento del conocimiento teórico respecto a la asociación entre el estrés académico y la autoestima en el contexto de la pandemia por el COVID-19, donde se requiere aún más información y evidencia del impacto de esta coyuntura. La teoría que respalda la investigación se basa en el modelo sistémico cognoscitivista del estrés académico propuesto por Barraza (2006), donde el estudiante genera respuestas fisiológicas, psicológicas y motoras ante los estímulos estresantes del entorno académico en la medida en que estos sean evaluados y valorados por éste; además, al considerar los fundamentos teóricos de Coopersmith (1967), la autoestima puede estar involucrada en el proceso evaluativo de los estímulos del estrés respecto al impacto que presenta sobre su identidad.

1.3.3. Justificación Metodológica

La justificación metodológica del estudio se basa en la verificación de las evidencias de validez según el contenido de los instrumentos empleados para la recolección de los datos, el Inventario SISCO del Estrés Académico y el Inventario de Autoestima, así como también el desarrollo de un estudio de nivel correlacional en el entorno de educación superior tecnológica.

1.3.4. Justificación Práctica

La justificación práctica radica en que los hallazgos generados en esta investigación permitirán que los directivos y profesionales de la institución de educación tecnológica tomen decisiones basadas en evidencia respecto a los niveles de estrés académico y autoestima de los estudiantes, tales como talleres de prevención del estrés académico y promoción de la sana autoestima.

1.3.5. Justificación Social

La justificación social de la investigación se fundamenta en que los estudiantes del instituto tecnológico podrán acceder a las medidas tomadas por el departamento de bienestar estudiantil orientadas a la reducción del estrés académico y el fortalecimiento de la autoestima, en base a las recomendaciones brindadas en este estudio. Además, se generará una concientización por parte de ellos respecto a la vinculación que puede presentarse entre las variables, favoreciendo el uso de esta información en su vida personal de manera beneficiosa.

1.4. Delimitación del estudio

1.4.1. Delimitación Espacial

La investigación se realizó en el Instituto de Educación Superior Tecnológico Público Andrés Avelino Cáceres Dorregaray, ubicado en el distrito de San Agustín de Cajas, provincia de Huancayo, departamento de Junín. La recolección de datos a través de los instrumentos se realizó en las aulas de esta institución durante el horario de clases.

1.4.2. Delimitación Temporal

La delimitación temporal del estudio consideró el periodo en que se llevó a cabo la evaluación de los dos instrumentos, el procesamiento de los datos estadísticos, el análisis de resultados y discusión, así como las conclusiones y recomendaciones del presente estudio de investigación, por lo cual la investigación se realizó desde el mes de julio del año 2021 hasta el mes de junio del año 2022.

1.4.3. Delimitación Teórica

La delimitación teórica del estudio se basa en el modelo sistémico cognoscitivista del estrés académico (Barraza, 2006), tomando en cuenta los estresores, los síntomas y las estrategias de afrontamiento; además, se consideró a la autoestima desde las bases teóricas

planteadas por Coopersmith (1967), considerando a la autoestima en sí mismo, la autoestima social y la autoestima familiar.

1.5. Objetivos de la investigación

1.5.1. Objetivo general

OG Determinar la relación entre el estrés académico y la autoestima en los estudiantes de un instituto tecnológico de la ciudad de Huancayo.

1.5.2. Objetivos específicos

OE1 Determinar la relación que existe entre los estresores y la autoestima en sí mismo en los estudiantes de un instituto de la ciudad de Huancayo.

OE2 Determinar la relación que existe entre los estresores y la autoestima social en los estudiantes de un instituto de la ciudad de Huancayo.

OE3 Determinar la relación que existe entre los estresores y la autoestima familiar en los estudiantes de un instituto de la ciudad de Huancayo.

OE4 Determinar la relación que existe entre los síntomas (reacciones) del estrés y la autoestima en sí mismo en los estudiantes de un instituto de la ciudad de Huancayo.

OE5 Determinar la relación que existe entre los síntomas (reacciones) del estrés y la autoestima social en los estudiantes de un instituto de la ciudad de Huancayo.

OE6 Determinar la relación que existe entre las estrategias de afrontamiento del estrés y la autoestima familiar en los estudiantes de un instituto de la ciudad de Huancayo.

OE7 Determinar la relación que existe entre las estrategias de afrontamiento del estrés y la autoestima en sí mismo en los estudiantes de un instituto de la ciudad de Huancayo.

OE8 Determinar la relación que existe entre las estrategias de afrontamiento del estrés y la autoestima social en los estudiantes de un instituto de la ciudad de Huancayo.

OE9 Determinar la relación que existe entre las estrategias de afrontamiento del estrés y la autoestima familiar en los estudiantes de un instituto de la ciudad de Huancayo.

CAPÍTULO II

MARCO TEÓRICO

2.1. Marco histórico

El concepto de estrés fue introducido por primera vez en el campo de la salud por Hans Selye en 1926 y ahora es uno de los términos más utilizados. Partía del concepto de corporalidad referido a la fuerza o peso de un objeto. Selye en 1956 no mencionó estimulación, peso o fuerza, pero si la respuesta del cuerpo al estrés (Barrio et al., 2006).

Román y Hernández (2008) realizaron una revisión bibliográfica del surgimiento del término estrés y establecieron sus raíces en el estudio de la física, en los albores del siglo XVII. En ese momento, se encontró una relación significativa entre la resistencia de los procesos mentales y la tolerancia humana al estrés, lo que influye en el análisis conceptual del estrés en fisiología, psicología y sociología. Luego, Jung definió el término estrés como la respuesta intrínseca del cuerpo a su estructura, que es causada por fuerzas competitivas. A partir de ese momento, debido a la notable influencia de la física en otros campos del conocimiento, los términos científicos de esta ciencia comenzaron a exportarse a otros campos como la medicina, la biología y la química.

Le corresponde al fisiólogo y médico Bernard de nacionalidad francesa, a principios del siglo XIX, los primeros reportes del concepto de estrés aplicado a otras ciencias como la medicina (Román & Hernández, 2008). Bernard llega a un concepto clave: “la estabilidad del medio ambiente interno es la condición indispensable para la vida libre e independiente” (Román & Hernández, 2008, p. 23). Hans Selye, considerado como el padre del estrés, en sus estudios observó que todos los enfermos a quienes analizaba, independientemente de la enfermedad que

sufrían, tenían síntomas parecidos tales como agotamiento, bajo peso, pérdida del apetito, falta de sueño, entre los principales, y esto lo llevó a elaborar una teoría acerca de la repercusión de la enfermedad en los procesos psicológicos de los pacientes como agente físico nocivo (Berrío-García & Mazo-Zea, 2011).

A mediados del siglo XX, Walter Bradford Cannon redefinió el estrés a partir de una variedad de situaciones: primero como un estímulo y luego como una respuesta, incluyendo conceptos tan básicos como los estresores. Selye luego amplió su teoría, creía que los factores físicos estaban relacionados íntimamente con los factores psicológicos y estos tenían causa en el estrés, también se observó que las personas tenían conflictos sociales y amenazas en su medio ambiente (trabajo, estudio, actividades cotidianas). El entorno de un individuo es importante porque requiere tener la capacidad de adaptarse, si no lo hace puede causar en éste un permanente e incapacitante trastorno (Díaz, 2010). A partir de la publicación del libro de Selye (1973) se definió al estrés como “la suma de todos los efectos inespecíficos de factores (actividades cotidianas, agentes productores de enfermedades, drogas, hábitos de vida inadecuados, cambios abruptos en los entornos laboral y familiar), que pueden actuar sobre la persona” (p.5). Desde ahí, el estrés ha sido estudiado desde las disciplinas psicológicas, médicas y biológicas con la aplicación de diferentes tecnologías avanzadas, y con diversos enfoques teóricos (Barrio et al., 2006).

Por otro lado, William James, padre la psicología norteamericana, decía lo siguiente: “la estima que sentimos por nosotros depende enteramente de lo que pretendemos ser y hacer” (Pérez, 2019, p. 23). James evaluaba la autoestima de una persona a partir de sus éxitos concretos confrontados con sus aspiraciones. Desde esta perspectiva, cuantas más pretensiones elevadas

tenía una persona sin lograr satisfacerlas, tanto mayor era el sentimiento de fracaso personal que experimentaba. En suma, para medir el grado de autoestima de un sujeto, para James confrontaba sus éxitos con sus pretensiones (Pérez, 2019).

Por otro lado, Freud planteó que la autoestima es la ausencia de toda fortaleza mental que dé estabilidad y equilibrio al yo (Gagna, 2015). Esto es lo que Jung consideró importante hacer para asegurar un equilibrio entre el yo con el sí-mismo, que es el principio organizador de la psique. Mientras que Freud imaginó el inconsciente amenazante y turbulento, como un volcán listo para invadir el yo consciente con las fuerzas del alma, Jung vio al yo inconsciente como una fuerza central y dominante de la actividad espiritual.

Alfred Adler puso la duda en sí mismo en el centro de su teoría de la personalidad (Oberst et al., 2004). Según él, las personas desde la infancia sufren sentimientos de inferioridad que duran toda la vida y para compensar sus efectos las personas intentan desarrollar un sentido de superioridad. Cuanto más subestimaba su complejo de inferioridad, más soñaba con el poder y el control absolutos. Esta teoría se basa en principio en la idea de una autoestima innata que una persona trata de reemplazar con sobreestimación.

Ya en 1984, el Senador de California John Vasconcelo fue comisionado para presidir el Grupo de Trabajo de California para Promover la Autodisciplina y la Responsabilidad Personal y Social. La comisión buscó abordar los problemas que aquejan a la juventud estadounidense: delitos violentos, ausentismo escolar y abandono escolar, abuso de sustancias, aumento de embarazos adolescentes no deseados, desempleo económico, etc. Después de tres años de investigación, concluyó que el entrenamiento de la autoestima puede curar estos males sociales.

Luego desde el marco de la realización personal para ingresar al mundo económico y político de los Estados Unidos (Arnao, 2018).

Además, Nathaniel Branden ha trabajado en la autoestima desde que se acuñó el término. A principios de la década de 1950, desde que era psiquiatra, se interesó por explorar los efectos nocivos de la baja autoestima, como la ansiedad, la depresión, el fracaso escolar, el estudio, el trabajo ineficaz, el miedo a la cercanía, el consumo de alcohol y drogas, etc., y ante estas influencias, sitúa la autoestima en el centro de sus intereses como investigación (Arnao, 2018).

2.2. Investigaciones relacionadas con el tema

2.2.1. Investigaciones internacionales

Jerez (2022) desarrolló una investigación en Ecuador con el objetivo de establecer la relación entre la autoestima y el estrés académico en estudiantes universitarios. Se empleó el método cuantitativo y un diseño no experimental correlacional transversal. Participaron 150 estudiantes de ambos sexos (53 hombres y 97 mujeres), con edades comprendidas entre 17 y 28 años, quienes cursaban las carreras de psicología y de jurisprudencia en una universidad privada. Se emplearon el Inventario de Estrés Académico SISCO y el Inventario de Autoestima de Coopersmith. Se halló que los estresores y las reacciones sintomáticas no se relacionan de manera significativa con ninguna de las dimensiones de la autoestima (sí mismo, social, familiar), mientras que las estrategias de afrontamiento se relacionan únicamente con la autoestima familiar ($r = -.19$, $p = .025$), pero esta dimensión no se relaciona significativamente con la autoestima en sí mismo ni con la autoestima social.

Chávez (2021) llevó a cabo un estudio en Ecuador con la finalidad de determinar la relación entre la adicción a redes sociales y el estrés académico en estudiantes de un instituto

tecnológico. El estudio utilizó el método cuantitativo, con un diseño no experimental descriptivo-correlacional transversal. La muestra estuvo conformada por 500 estudiantes de ambos sexos con rango de edad de 17 a 44 años. Los instrumentos utilizados fueron el Cuestionario de Adicciones a Redes Sociales (ARS) y el inventario de estrés académico. Los resultados indican que la relación entre el estrés académico general y la adicción a las redes sociales no es significativa ($\tau\text{-}b = .009, p = .823$); además, respecto a las dimensiones del estrés académico, se halló una relación significativa entre la adicción a redes sociales y los síntomas del estrés ($\tau\text{-}b = .135, p = .001$), y las estrategias de afrontamiento ($\tau\text{-}b = -.184, p = .001$).

Guerra (2016) realizaron una investigación en Venezuela con el objetivo de analizar la relación entre el estrés académico y la autoestima en estudiantes universitarios. La investigación utilizó el método cuantitativo, así como también un diseño no experimental descriptivo-correlacional transversal. La muestra fue conformada por 48 estudiantes que cursaban el octavo y noveno semestre de la carrera de licenciatura en desarrollo humano. Los instrumentos utilizados fueron el Inventario de Autoestima de Coopersmith para adultos y el Cuestionario de Estrés Académico Universitario (CEAU). Los resultados obtenidos indicaron que la relación entre el estrés académico y la autoestima es negativa ($r = .37$).

Gagna (2015) desarrolló una investigación en Argentina con el fin de determinar la relación entre la autoestima, el apoyo social percibido y el estrés académico en estudiantes universitarios. Se empleó un método cuantitativo y un diseño no experimental correlacional transversal. La muestra para la investigación contó con 199 estudiantes universitarios de ambos sexos de entre 18 y 40 años. Para la recolección de datos se utilizó la Escala de Autoestima de Rosenberg, el Cuestionario de Apoyo Social Percibido de Zinet y el Inventario de Estrés Académico SISCO. Los resultados indicaron que la autoestima se relaciona con las dimensiones

estresores ($r = -.33, p = .001$) y síntomas ($r = -.46, p = .001$) de manera significativa, pero con la dimensión estrategias de afrontamiento la relación no es significativa ($r = .13, p = .065$).

Bamuhair et al. (2015) llevó a cabo un estudio en Arabia Saudita con el objetivo de describir el estrés percibido, los estresores y las estrategias de afrontamiento en estudiantes de medicina. Se empleó el método cuantitativo y el diseño no experimental descriptivo transversal. Participaron 378 estudiantes de ambos sexos (59.3 % varones y 40.7% mujeres) que cursaban la carrera profesional de medicina. Se les aplicó un cuestionario de datos sociodemográficos, la Escala de Estrés Percibida (PSS-10), un Cuestionario de fuentes de estrés y el Inventario de Estrategias de Afrontamiento Breve (Brief COPE). Se hallaron que casi el 53% de los estudiantes se sentían estresados y un tercio sentía que no podían hacer frente al estrés. Adicionalmente, más del 82% encontró que sus estudios eran estresantes y el 64.3% no dormía bien. La mitad de los estudiantes reportaron baja autoestima. Se concluye que el estrés es muy común entre los estudiantes de medicina. La mayoría de los estresores provienen del trabajo de curso y de las relaciones interpersonales. Además, la baja autoestima junto con autoculpa y autocrítica eran bastante comunes.

2.2.2. Investigaciones nacionales

Campos y Garay (2021) realizaron una investigación en Huancayo con el objetivo de establecer la relación entre la resiliencia y el estrés académico en estudiantes de psicología en modalidad virtual. Se utilizó el método cuantitativo y un diseño no experimental correlacional transversal. La muestra estuvo conformada por 278 estudiantes de ambos sexos, con edades comprendidas entre 18 y 40 años, quienes pertenecían a la Escuela Profesional de Psicología de la Universidad Peruana los Andes. Se utilizó la Escala de resiliencia de Wagnilg y Young y el Inventario de Estrés Académico SISCO-SV. Los resultados indicaron que la relación entre la

resiliencia y el estrés académico es significativa y con orientación negativa ($r = -.39, p = .001$), y de la misma forma la relación entre la resiliencia y los estresores ($r = -.23, p = .001$), los síntomas ($r = -.26, p = .001$) y las estrategias de afrontamiento ($r = -.22, p = .001$) es significativa y con orientación negativa.

Chávez y Peralta (2019) desarrollaron un estudio en Arequipa con la finalidad de establecer la relación entre el estrés académico y la autoestima en estudiantes de enfermería. Respecto a la metodología emplearon el método cuantitativo, así como un diseño no experimental correlacional transversal. Participaron 126 estudiantes (122 mujeres y 4 hombres), con edades comprendidas entre 18 y 22 años, quienes cursaban la carrera profesional de enfermería en una universidad pública. Se utilizó el Inventario de Estrés Académico SISCO y la Escala de Autoestima de Rosenberg. Los hallazgos establecieron que la relación entre el estrés académico y la autoestima es significativa y con orientación negativa ($r = -.33, p = .001$).

Albán (2018) llevó a cabo un estudio en Lima Sur con el fin de identificar la relación entre el estrés académico y la autoestima en estudiantes universitarios. Se utilizó el método cuantitativo y un diseño no experimental correlacional transversal. La muestra estuvo conformada por 802 estudiantes universitarios de ambos sexos, quienes cursaban las carreras profesionales de administración, ingeniería y psicología. Se utilizó el Inventario de Estrés Académico SISCO y el Inventario de Autoestima de Coopersmith. Los resultados indicaron que la relación entre el estrés académico y la autoestima es significativa y con orientación negativa ($\rho = -.38, p = .001$).

Valera (2018) desarrolló una investigación en Cajamarca con el objetivo de establecer la relación entre la autoestima y el estrés académico en estudiantes universitarios de derecho. Se utilizó el método cuantitativo y se optó por emplear un diseño no experimental correlacional

transversal. de corte transversal de diseño correlacional. Los participantes fueron 35 estudiantes de ambos sexos, quienes cursaban el primer semestre de la carrera profesional de derecho en una universidad pública. Se utilizó el Inventario de Autoestima de Coopersmith y el Inventario de Estrés Académico SISCO. Los resultados indicaron que la relación entre el estrés académico y la autoestima no es significativa ($\chi^2 = 1.137, p = .566$).

Gonzales y Guevara (2015) desarrollaron una investigación en Lima Metropolitana con la finalidad de determinar los niveles de autoestima en estudiantes del primer año de medicina. Se utilizó el método cuantitativo y un diseño no experimental descriptivo transversal. Los participantes del estudio fueron 100 estudiantes de ambos sexos, cuyas edades fluctuaban entre 17 y 23 años. Se aplicó el Inventario de Autoestima de Coopersmith. Dentro de los resultados se encontró un alto índice de nivel medio de autoestima general (51%), mientras que por áreas se encontraron niveles altos de la dimensión física-personal (45.1%), niveles medios en la dimensión social (43.1%), contrariamente la autoestima familiar mostró altos porcentajes en un nivel bajo (44.1%). Se sugiere el fortalecimiento de la autoestima para preparar a los alumnos para vivir en una sociedad multicultural y equitativa.

Nolasco (2014) realizó un estudio en Trujillo con el fin de determinar los niveles de autoestima y estrés académico en estudiantes de estomatología teniendo en cuenta su edad y sexo. Se utilizó el método cuantitativo y un diseño no experimental descriptivo-comparativo transversal. Participaron 105 estudiantes de ambos sexos que cursaban las asignaturas de clínica I y II en la Clínica Estomatológica de la Universidad Privada Antenor Orrego. Se emplearon el Inventario de Autoestima de Coopersmith y el Inventario de Estrés Académico SISCO. Se halló que el 59.05 % se ubica en nivel alto de autoestima y el 31.43 % en el nivel medio alto. Adicionalmente, el 45.7 % se ubicó en el nivel alto de estrés académico y el 25.7 % en el nivel

medio alto. Respecto a la edad y al sexo, no se hallaron diferencias significativas en los niveles de autoestima y estrés académico.

Ríos (2014) llevó a cabo un estudio en Lima Metropolitana con el objetivo de determinar los factores estresores académicos vinculados al estrés en los estudiantes de enfermería de la Escuela Padre Luis Tezza. Se utilizó el método cuantitativo y un diseño no experimental descriptivo-correlacional transversal. Participaron 185 estudiantes de ambos sexos, quienes cursaban entre el segundo y décimo ciclo de la carrera profesional de enfermería. Se administró el Inventario de Estrés Académico SISCO. En los resultados se encontró que los factores estresores personales estuvieron presentes en 59 % de los participantes y ausentes en 41 %, mientras que los factores relacionados al proceso de enseñanza-aprendizaje estuvieron presentes en 55 % y ausentes en 45 %. Se encontró el 61 % de estudiantes se encuentran en el nivel de estrés medio, 20 % en el nivel alto y 19 % en el nivel bajo. Los participantes mostraron un estrés de nivel medio según reacción física con 64% (destacando fatiga, dolor de cabeza y trastornos de sueño), reacciones psicológicas con 63% (especialmente inquietud, ansiedad y problemas de concentración) y reacciones comportamentales con 64% (mayormente aumento o reducción de alimentos, desgano para hacer tareas). Se concluye que los factores estresores académicos están asociados al nivel de estrés en los alumnos evaluados.

2.3. Estructura teórica y científica que sustenta el estudio

2.3.1. Estrés

Naranjo (2009) como comenta la autora sobre Lazarus vio el lazo del estrés con las emociones, en sus propias palabras mencionó: “Si hay estrés también están presentes las emociones y aunque no en todos los casos, muchas veces también existe esta relación a la inversa. Es decir, cuando las emociones están presentes, incluso aquéllas de tono positivo, a

menudo también se produce estrés, aunque no siempre” (Zárate, 2018, p. 36). Para el autor quien fundó dicho modelo, menciona que el estrés tiene niveles de análisis: el sociocultural, el fisiológico y el psicológico (Naranjo, 2009).

Lazarus (como se citó en Barrio et al., 2016) el nivel sociocultural abarca la relación de la sociedad y la cultura que mantienen con el estrés. Los estudiosos de la sociología, antropología y psicología proponen que dicha relación se da en torno a los cambios en el contexto social y cultural de una población, como puede ser la migración, situación política actual (tiranía, sin democracia), guerras, racismos, desastres de la naturaleza o crisis económicos sociales. Todos los aspectos influyen a los grupos y de manera individual a padecer de estrés. La preocupación incrementa con los cambios contextuales de su entorno dependiendo la generación de vida de cada sujeto. Cuando se toma el interés de la generación del siglo XXI, quienes nacen en medio del boom tecnológico, la adaptación debe ser constante debido a los cambios repentinos, como es la moda, las revueltas sociales, el impacto de los homicidios, suicidio, delincuencia (Barrio et al., 2006).

El nivel fisiológico se puede deber a diversas razones que influyen en la aparición de estrés. Los estresores físicos se ven en relación con la reacción del organismo a condiciones perjudiciales. Se puede deber por la ingesta de sustancias psicoactivas, alcohol, otro tipo de drogas, fármacos, además de enfermedades (invasión de virus o bacterias) como puede ser el cáncer o tumores (Naranjo, 2006).

Respecto al nivel psicológico, en palabras propias de Naranjo (2006) relacionado a su teoría, el mencionó que el nivel psicológico menciona que es , “...se centra en los estímulos o suceso provocados a saber, del estresor y el otro en la respuesta o reacción a saber, la reacción

mental u orgánica generada por el estresor, ambas son apropiadas” (p.5). Partiendo desde el enfoque de la teoría cognitivo conductual que abarca estímulos y respuestas. El enfoque del autor mantiene la connotación conductista para explicar el estrés (Naranjo 2006).

2.3.1.1. Teoría de los sucesos vitales. Oblitas (2014) basando sus estudios principalmente en los sucesos que presentaban la enfermedad de los pacientes hospitalizados, como la pérdida de un ser querido y el despido de un trabajo activaban las hormonas y fisiología del estrés; así como situaciones de haberse casado y el nacimiento de un hijo, actuaron de manera positiva, sin embargo, nunca dejaron de ser estresantes ya que se requería de un ajuste adecuado para el cambio.

Asimismo, indican que el estrés ante diversas situaciones exige grandes cambios en su vida cotidiana a la persona, como ante el hecho de estar próximo a dar un examen, trabajos complicados, separaciones de matrimonios, pueden producir que el individuo tenga modifique la forma de comportarse para poder afrontar adecuadamente un hecho, de caso contrario estará perjudicando el mismo. Las características de los estímulos que provocan el estrés, sin considerar que cada persona se estresa de modo distinto, dependiendo de cómo el individuo perciba la situación, cuáles son las estrategias y cómo es su comportamiento ante el estrés. Estas teorías se argumentan de estímulos de origen interno como estímulos de origen externo que llega alterar al organismo (Oblitas, 2014).

Fernández et al. (2015) menciona que los cambios mayores suelen afectar a la mayoría de individuos ya que estos pueden durar largo tiempo o pueden darse de manera repentina provocando así consecuencias físicas y psicológicas. Los cambios mayores que solamente afectan al individuo o a un pequeño grupo de ellos basado en situaciones fuera del control del individuo pudiendo ser la pérdida del puesto de trabajo o situaciones con mayor influencia en el

mismo, por ejemplo, un examen importante. Estresores que se dan en la vida cotidiana pero que incomodan solo en un cierto momento como por ejemplo el tráfico al tomar un carro, la discusión.

2.3.1.2. Modelo transaccional del estrés. Lazarus y Folkman (1986) plantearon un modelo del estrés basado en la psicología cognitiva. Estos autores conciben al estrés como un estado de tensión generado por la evaluación cognitiva que se realiza de las demandas del entorno. Asimismo, señalan que este proceso consta tres etapas: (a) evaluación primaria, (b) evaluación secundaria, y (c) afrontamiento.

La evaluación primaria consiste en la valoración que la persona realiza respecto a las características de la demanda, pudiendo ésta ser interna o externa, así como respecto al impacto que puede tener sobre sí mismo. El resultado de la valoración primaria puede ser irrelevante (la demanda no genera mayor impacto sobre la persona), positiva (la demanda genera una consecuencia favorable para la persona) o negativa (percepción de que la demanda provocará una consecuencia negativa) (Lazarus & Folkman, 1986). Asimismo, especificaron que la evaluación negativa de la demanda podía ser interpretada como de daño/pérdida (cuando se recibió un perjuicio de la demanda), amenaza (se prevé un daño inminente por parte de la demanda) y desafío (representan un reto para las personas).

La evaluación secundaria consiste en la valoración de los recursos que tiene la persona para hacer frente a la demanda del entorno. Consiste en la valoración de lo que debería y puede hacerse en una situación como la que se enfrenta, la percepción de autoeficacia de las habilidades específicas que uno puede ejecutar ante situaciones similares, y las consecuencias que puede generar el uso de éstas (Lazarus & Folkman, 1986).

Finalmente, el afrontamiento es el proceso a través del cual las personas llevan a cabo las acciones planeadas en base a la valoración de la situación y de los recursos que se poseen. Es necesario considerar que este proceso varía según la demanda y el contexto en cual se encuentre la persona, por lo que no siempre se actúa de la misma forma ante eventos similares.

2.3.2. Estrés académico

Martín (2016) menciona este complejo fenómeno del estrés académico que implica la consideración de variables interrelacionadas: estresores académicos, experiencia subjetiva de estrés, moderadores del estrés académico, efectos del estrés académico, estos factores aparecen en un mismo entorno. En particular, este entorno sobre el que se centra esta investigación representa un conjunto de situaciones altamente estresantes debido a que el individuo puede experimentar, un episodio transitorio, de una falta de control sobre el nuevo ambiente académico, potencialmente generador de estrés, potencial generador del estrés y conlleva a factores como al fracaso académico.

Barraza (2006) propuso el Modelo Sistémico Cognoscitivista del Estrés Académico basado en la teoría general de sistemas y el modelo transaccional del estrés, el cual fue elaborado exclusivamente para el estrés académico. Su teoría plantea dos supuestos: el supuesto sistémico donde el individuo se relaciona con el entorno en un continuo circuito de entrada y salida para lograr un equilibrio adecuado de la persona y la segunda está en relación con la persona con el medio se ve mediatizado a través de un proceso de valoración de las demandas del ambiente y los recursos que se requieren para enfrentar esta demanda y la forma de enfrentarse a estas situaciones de estrés (Barraza, 2006).

Barraza (2010) propuso un modelo de sistema en el que se refiere al entorno proporcionado al individuo y al conjunto de necesidades y requerimientos, previo al proceso de

evaluación, en el que se considera que la persona está influyendo en sus propios recursos, y lo denomina estresores; estos estresores ocurren en el mismo individuo provocando un desequilibrio inapropiado, esto crea un segundo proceso de evaluación donde la capacidad de lidiar con situaciones estresantes es mediante diferentes intervenciones, y se maneja esto de la mejor manera posible, para que el individuo pueda luego responder con estrategias de afrontamiento a las necesidades que puedan surgir en el entorno, que pueden presentarse de forma adecuada, y a su vez sea capaz de restablecer el equilibrio adecuado, o inadecuada cuando el sistema tiene que pasar por un tercer proceso de revisión logrando que se llegue a un ajuste adecuado de las estrategias plantadas.

Basado en la definición citada en el párrafo anterior, Barraza (2006) formuló este modelo del estrés académico sustentando en la combinación de la teoría general de sistemas de Colle y el modelo transaccional del estrés de Lazarus.

Los componentes sistémicos-procesuales: se basa en la definición de sistema abierto, es decir de los flujos de entradas (input) y salida (output) que presentan todos los sistemas para lograr su equilibrio. En el estrés académico sería: input = estímulos estresores y output = estrategias de afrontamiento, en medio de ambos pueden ubicarse los síntomas indicadores del desequilibrio sistémico. El estrés académico como estado psicológico, el autor propone al estrés académico como un estado esencialmente psicológico compuesto por estresores mayores y estresores menores según la evaluación que el sujeto practique respecto al estresor de la cual dependerá la reacción que desencadenará dicha situación de amenaza en el sujeto. Se mencionan algunos de los que componen la escala aplicada en la presente investigación: competitividad grupal, sobrecarga de tareas, tiempo limitado para hacer el trabajo, problemas o conflictos con los asesores, problemas o conflictos con los compañeros, evaluaciones, etc. (Barraza, 2006).

El desequilibrio sistémico que implica el estrés académico trata de los síntomas es decir las reacciones físicas, psicológicas y/o comportamentales vienen a ser el insomnio, problemas digestivos, fatiga, dolor de cabeza, sudoración excesiva, problemas de memoria, bloqueo mental, ausentismo, desgano, aislamiento, etc. Toda esta fenomenología de síntomas y reacciones se articulará de un modo diverso en cada sujeto conforme a los modos de procesamiento y evaluación de los mismos (Barraza, 2006).

El afrontamiento como restaurador del equilibrio sistémico, es sabido que ante el desequilibrio que produce el estrés el sujeto pondrá en marcha sus estrategias de afrontamiento para restaurar el equilibrio del sistema, aunque las mismas son muy variadas; según Barraza (2006) sugiere las siguientes: habilidad asertiva, elogios a sí mismo, confidencias, distracciones, religiosidad, sentido del humor, etc.

2.3.3. Autoestima

Coopersmith (1967) hace referencia a la autoestima que es una actitud y creencia que una persona trae consigo mismo cuando se enfrenta al mundo, incluye el éxito o no, cuánto esfuerzo pone la persona para cumplir con sus metas, si falla en una tarea, no llegará a tener los resultados esperados, pero aprenderá del error y será una experiencia más. En términos psicológicos la autoestima proporciona un juego mental que prepara a la persona para poder responder de acuerdo con las expectativas de éxito, aceptación y fuerza personal.

Para Chávez (2021) la autoestima es la suma de la confianza y el respeto por sí mismo se ve reflejado en el juicio implícito que cada uno hace acerca de su habilidad para enfrentar los desafíos de su vida para comprender y superar sus problemas y acerca de su derecho a ser feliz. La aceptación plena y sincera tiende, con el tiempo, a disolver los sentimientos negativos o indeseables como el dolor, la ira, la envidia y el miedo. Porque de acuerdo a ello, a medida que

uno se vuelve más honesto respecto a sus sentimientos deja de lado la necesidad de sentir culpa y se siente más seguro de sí mismo, para poder lograr que el sujeto puede vivir responsablemente, implementando actitudes de auto responsabilidad, para que llegue a vivir auténticamente, lo cual significa que el sí mismo interior y el sí mismo que se manifiesta al mundo deben guardar concordancia.

Rosenberg (1965) define la autoestima según la actitud que tenga el sujeto hacia el sí mismo, ya sea la misma positiva o negativa. Según este autor la autoestima se generará a través de una comparación de valores y discrepancias creadas por fuerzas actitudinales y culturales. El nivel de autoestima dependerá de aquello que perciba de sí mismo y en relación a sus propios valores los cuales han sido desarrollados a través del proceso de socialización.

2.3.3.1. Niveles de autoestima. Coopersmith (1996) afirma que la autoestima tiene tres niveles: alto, medio o bajo, lo que significa que las personas que experimentan las mismas situaciones de manera dramáticamente diferente, afirman tener diferentes expectativas sobre el futuro, sus reacciones objetivas y sus pensamientos sobre ellos mismos. Además, el autor nos dice que estos niveles difieren de las características de comportamiento de los individuos que representan. Las personas con alta autoestima son enérgicas, expresivas, social y académicamente exitosas, líderes, no temen la diferencia y se preocupan por los asuntos públicos.

La autoestima, según Coopersmith (1996), afirma que las personas en algunos casos tienen similitudes con personas de alto rendimiento deportivo , y en otros casos muestran comportamientos propios de personas con una autoestima alta y seguridad ante eventos cotidianos. Pueden mostrar comportamientos positivos, como el optimismo, y ser capaces de aceptar críticas, aunque pueden no sentirse seguros evaluando su autoestima, dependiendo de la

aceptación que reciba la sociedad. Finalmente, Coopersmith (1996) señaló que las personas con baja autoestima son aquellas que están deprimidas, aisladas, se sienten poco atractivas y en muchos casos son incapaces de expresarse y defenderse por miedo a enfadar a los demás.

2.3.3.2. Características de la autoestima. Coopersmith (1996) afirma que existen muchas características diferentes de la autoestima y que son relativamente estables en el tiempo. Este rasgo incluye la autoestima que se puede cambiar, pero este cambio no es fácil, porque es el resultado de una experiencia, que solo otras experiencias pueden cambiar. Asimismo, estos cambios dependen del sexo, la edad y otras circunstancias de la persona. Por lo tanto, se puede enfatizar que la autoestima es un asunto individual, porque la autoestima está relacionada con factores subjetivos y personales, es el resultado de experiencias individuales en cada persona. El autor afirma que la autoestima no es un requisito previo para percibir las actitudes de un individuo hacia sí mismo, pues también se expresa a través de su voz, postura o gestos.

2.3.3.3. Dimensiones de la autoestima. Según Cortés de Aragón (1999), la autoestima está compuesta por: (a) componente cognoscitivo o autoconcepto, que se refiere a la autopercepción y autoimagen, las cuales explican la forma en que la persona se percibe a sí misma, a sus creencias, opiniones, etc.; (b) componente emocional-evaluativo son los sentimientos y emociones que posee la persona sobre sí mismo, los cuales determinan su autoestima, que viene a ser la base de autorrealización que se busca conseguir; y (c) componente conductual explica que la autoestima es el conocerse a sí mismo, autoevaluarse, y aceptarse, es el desenvolvimiento de la persona con su entorno, su adaptación, y en las actividades que realice.

Del mismo modo, para Mruk (1998) la autoestima está conformada por tres partes: (a) cognitivo, el cual se refiere a la opinión que se tiene de la propia personalidad y de las conductas;

(b) afectivo, es el aprecio positivo y negativo que tiene la persona, consiste en la auto estimación que empieza en la observación de uno mismo y de cómo asimila su visión de él y la opinión que otros tienen de él, así como la que proyecta; y (c) conductual, es la autoafirmación y autorrealización dirigida a una conducta racional, consecuente y lógico.

2.4. Definición de términos básicos

2.4.1. Estrés académico

Según Barraza (2010), estrés académico es el desequilibrio sistemático provocado por demandas del entorno académico y que el estudiante valora como estímulo estresor, el cual se manifiesta en una serie de síntomas (indicadores del desequilibrio), y este desequilibrio obliga al alumno a realizar acciones de afrontamiento para restaurar el equilibrio sistémico.

2.4.1.1. Estresores. Los estresores son las demandas presentes en el contexto educativo del estudiante que, según la valoración que éste realice, generarán un menor o mayor desequilibrio (Barraza, 2010).

2.4.1.2. Reacciones sintomáticas al estrés. Las reacciones sintomáticas generadas por el estrés son las manifestaciones que genera el estudiante a modo de respuesta, las cuales son de carácter físico, psicológico y comportamental (Barraza, 2010).

2.4.1.3. Estrategias de afrontamiento. Son los esfuerzos realizados por el estudiante para recuperar el equilibrio alterado por las exigencias del entorno académico (Barraza, 2010).

2.4.2. Autoestima

Hertzog (1980) consideró a la autoestima como el proceso de reflexión y evaluación que el individuo realiza con respecto a las experiencias que el propio sujeto ha tenido. Asimismo, considera que es una actitud de valoración emocional que oscila-frecuentemente-entre lo positivo

y lo negativo, enfatizando que el objetivo principal de esta valoración es la imagen que el individuo tiene de sí mismo.

2.4.2.1. Autoestima en sí mismo. La autoestima en sí mismo hace referencia a la autovaloración que la persona tiene sobre sí misma respecto a su imagen corporal y a las cualidades que posee (Coopersmith, 1976).

2.4.2.2. Autoestima social. Se refiere a la autovaloración y a la relación que tiene la persona en su entorno social (Coopersmith, 1976).

2.4.2.3. Autoestima familiar. La autoestima familiar hace referencia a la valoración que tiene la persona respecto a sus relaciones familiares en las que se encuentra involucrado, así como el rol que tiene dentro de su familia (Coopersmith, 1976).

2.5 Fundamentos teóricos que sustenta el estudio

Este modelo propuesto por Barraza (2006, 2010), se sustenta en la teoría general de sistemas de Colle, y en el modelo transaccional del estrés de Richard Lazarus. El modelo se constituye por cuatro hipótesis:

- a) “Hipótesis de los componentes sistémicos-procesuales del estrés académico: enfatiza la definición de sistema abierto, que implica un proceso relacional sistema-entorno. Por tanto, los componentes sistémicos-procesuales del estrés académico se refieren al constante flujo de entrada (input) y salida (output) que presentan todos los sistemas para lograr su equilibrio” (Berrío-García & Mazo-Zea, 2011, p.11).
“Dichos componentes del estrés académico son tres: estímulos estresores (input), síntomas (indicadores del desequilibrio sistémico) y estrategias de afrontamiento (output)” (Berrío-García & Mazo-Zea, 2011, p.11).

- b) “Hipótesis del estrés académico como estado psicológico: el estrés académico es un estado esencialmente psicológico porque presenta estresores mayores (amenazan la integridad vital del individuo y son ajenos a su valoración) y estresores menores (se constituyen en tales por la valoración que la persona hace de ellos)” (Berrío-García & Mazo-Zea, 2011, p.11).

En general, un estresor es un "estímulo o situación amenazante que desencadena en el sujeto una reacción generalizada e inespecífica" (Barraza, 2006, p. 4).

- c) “Hipótesis de los indicadores del desequilibrio sistémico que implica el estrés académico: los indicadores o síntomas de la situación estresante (desequilibrio sistémico) se clasifican como reacciones físicas, psicológicas y comportamentales” (Berrío-García & Mazo-Zea, 2011, p.11).
- d) “Hipótesis del afrontamiento como restaurador del equilibrio sistémico: ante el desequilibrio que produce el estrés, el individuo pone en marcha diversas estrategias de afrontamiento para restaurar el equilibrio del sistema” (Berrío-García & Mazo-Zea, 2011, p.11). Aunque son muy variadas las estrategias de afrontamiento, Barraza (2006) sugiere las siguientes: “habilidad asertiva; elogios a sí mismo; distracciones evasivas; ventilación o confidencias; religiosidad; búsqueda de información sobre la situación; solicitud de asistencia profesional, tomar la situación con sentido del humor, y elaborar un plan y ejecución de sus tareas” (Berrío-García & Mazo-Zea, 2011, p.11).

Figura 1

Teoría del estrés académico

académico

modelo sistémico del estrés



“...El modelo sistémico cognoscitivista del estrés académico, lo explica como una serie de procesos valorativos ante estímulos estresores del entorno, que tienen el objetivo de lograr un equilibrio sistémico de la relación persona-entorno” (Berrío-García & Mazo-Zea, 2011, p.12).

2.6 Hipótesis

2.6.1 Hipótesis general

Existe una relación significativa entre el estrés académico y autoestima en los estudiantes de un instituto tecnológico de la ciudad de Huancayo.

2.6.2 Hipótesis específicas

- Existe una relación significativa entre los estresores y la autoestima en sí mismo en los estudiantes de un instituto de la ciudad de Huancayo.
- Existe una relación significativa entre los estresores y la autoestima social en los estudiantes de un instituto de la ciudad de Huancayo.
- Existe una relación significativa entre los estresores y la autoestima familiar en los estudiantes de un instituto de la ciudad de Huancayo.

- Existe una relación significativa entre los síntomas (reacciones) del estrés y la autoestima en sí mismo en los estudiantes de un instituto de la ciudad de Huancayo.
- Existe una relación significativa entre los síntomas (reacciones) del estrés y la autoestima social en los estudiantes de un instituto de la ciudad de Huancayo.
- Existe una relación significativa entre las estrategias de afrontamiento del estrés y la autoestima familiar en los estudiantes de un instituto de la ciudad de Huancayo.
- Existe una relación significativa entre las estrategias de afrontamiento del estrés y la autoestima en sí mismo en los estudiantes de un instituto de la ciudad de Huancayo.
- Existe una relación significativa entre las estrategias de afrontamiento del estrés y la autoestima social en los estudiantes de un instituto de la ciudad de Huancayo.
- Existe una relación significativa entre las estrategias de afrontamiento del estrés y la autoestima familiar en los estudiantes de un instituto de la ciudad de Huancayo.

2.7 Matriz de operacionalización de las variables de estudio

Tabla 1

Matriz de operacionalización: Estrés académico

Variable 1	Definición Conceptual	Definición Operacional	Dimensiones	Indicadores	Instrumentos	Ítems
Estrés Académico	El estrés académico es un proceso sistémico, de carácter adaptativo y esencialmente psicológico, que se presenta cuando el estudiante se ve sometido, en contextos universitario, a una serie de demandas que bajo la valoración del propio estudiante son considerados estresores.	La variable estrés académico conocido por a través del inventario de estrés académico SISCO, adaptado a la realidad de la ciudad de Huancayo por Campos y Garay (2021)	Estresores	Baja	Inventario de Estrés Académico SISCO	1,2,3,4,5,6,7,8,9,10,11,12,13,14,15
			Síntomas (reacciones) y	Medianamente baja		1,2,3,4,5,6,7,8,9,10,11,12,13,14,15
			Estrategias de Afronete	Medianamente alta		1,2,3,4,5,6,7,8,9,10,11,12,13,14,15,16,17
				Alta		

Tabla 2*Matriz de operacionalización: Autoestima*

Variable 2	Definición Conceptual	Definición Operacional	Dimensiones	Indicadores	Instrumentos	Items
Autoestima	La autoestima determina principalmente por el medio ambiente familiar, indica que las propias experiencias de competencia y autoestima de los padres son factores significativos en el desarrollo de esta visión que tenemos de nosotros mismos. Bednar (1989)	El Inventario de Autoestima de Coopersmith propuso cuatro dimensiones que favorecieron la idea de autoestima donde menciona a la competencia académica como el éxito, la virtud cumplir las normas morales, la fuerza la habilidad de influir en otros y atención y afectos de otros, pero le da un papel importante a la competencia académica y a la aceptación social proveniente de padres y grupos de amigos.	Si mismo Social Familiar	Nivel de autoestima Bajo Nivel de autoestima medio bajo Nivel de autoestima medio alto Alto	Escala de Autoestima de Coopersmith	1,3,4,7,10,12,13,15,18,19, 23,24,25 2,5,8,14,17,21 6,9,11,16,20,22

CAPÍTULO III

MARCO METODOLÓGICO

3.1. Tipo, método y diseño de la investigación

3.1.1. Tipo de investigación

La investigación es de tipo básica, la cual se orienta a producir conocimientos nuevos y poner en prácticas teorías que se estén usando en la actualidad (Hernández-Sampieri & Mendoza, 2018). En ese sentido, en la presente investigación se busca profundizar sobre el conocimiento que se tiene sobre la relación entre el estrés académico y la autoestima, contextualizándola en el ámbito de la educación superior tecnológica y durante la etapa de pandemia por el COVID-19.

3.1.2. Método de investigación

La investigación se basó en el método cuantitativo, el cual emplea pruebas estadísticas para establecer asociaciones entre variables de manera más objetiva y precisa (Hernández-Sampieri & Mendoza, 2018). En el caso de esta investigación se optó por este método ya que se utilizaron procedimientos estadísticos en el procesamiento de los datos obtenidos respecto al estrés académico y la autoestima con la finalidad de establecer, de manera precisa y objetiva, su relación (Sánchez & Reyes, 2015).

3.1.3. Diseño de investigación

El diseño de investigación que se utilizó fue el diseño no experimental correlacional transversal, debido a que las variables de estudio no fueron manipuladas por el investigador, además, este estudio se orientó a establecer la relación no causal entre ambas variables, y, finalmente, la recolección de los datos de cada participante se realizó en un único momento establecido (Hernández-Sampieri & Mendoza, 2018).

3.2. Población y muestra

3.2.1. Población

La población que participó de la investigación científica fueron 200 estudiantes matriculados en el semestre académico 2021-II de la carrera profesional de electricidad industrial del Instituto de Educación Superior Tecnológico Público Andrés Avelino Cáceres Dorregaray, donde los varones constituyen el 80 % y las mujeres el 20 %, son de condición económica baja, y provienen casi en un 90% de las provincias de la región Junín.

3.2.1.1. Criterios de inclusión. Los criterios de inclusión que se consideraron fueron los siguientes: (a) tener entre 18 y 35 años, (b) pertenecer al programa de estudios de electricidad industrial, y (c) cursar un ciclo impar.

3.2.1.2. Criterios de exclusión. Se tomaron en cuenta los siguientes criterios de exclusión: (a) cursar el ciclo básico de la carrera profesional de electricidad industrial, (b) presentar un diagnóstico de trastorno de ansiedad o estrés, y (c) haber formado parte de un proceso psicoterapéutico dentro de los dos años previos a la evaluación.

3.2.2. Muestra

Los participantes del estudio se determinaron a través de un muestreo no probabilístico por conveniencia debido a que se consideró necesario que éstos cumplan con criterios específicos para ser parte de la muestra (Hernández-Sampieri & Mendoza, 2018). En ese sentido, se consideró a los estudiantes que han presentado situaciones recurrentes de estrés académico determinado por el departamento psicológico del instituto tecnológico.

El departamento psicológico del instituto tecnológico evaluó a los estudiantes de la carrera profesional de electricidad industrial. La muestra está constituida por 100 estudiantes que participaron forma voluntaria.

Criterios de separación. Dentro de los criterios de separación se se consideró (a) no haber respondido a todas las preguntas de alguno de los instrumentos, y (b) presentar puntajes extremos (*outliers*).

3.3. Técnicas e instrumentos de recolección de datos

3.3.1. *Inventario de Estrés Académico SISCO*

El Inventario de Estrés Académico SISCO fue creado por Barraza (2006), y se diseñó con la finalidad de evaluar al estrés académico según el modelo sistémico cognoscitivista propuesto por el mismo autor. Su forma de administración puede ser individual o grupal y el tiempo que demanda su aplicación es de 20 a 25 minutos.

La versión original cuenta con 45 ítems dividida en tres dimensiones: (a) estresores, (b) síntomas, y (c) estrategias de afrontamiento, donde cada una de éstas posee 15 ítems, con una escala tipo Likert de cinco alternativas de respuesta (0 = nunca, 1 = casi nunca, 2 = algunas veces, 3 = casi siempre, 4 = siempre). Fue adaptado por Alania, Llancari et al. (2020) a la realidad peruana y al contexto de la pandemia por el COVID-19, donde se agregaron dos ítems (46. Navegar en internet y 47. Jugar videojuegos) dentro de la dimensión estrategias de afrontamiento, por lo que esta versión está constituida por un total de 47 ítems.

Alania et al., Llancari (2020) analizaron las evidencias de validez según el contenido de este instrumento a través del juicio de 20 expertos en psicología, educación, investigación y estadística, donde los resultados indicaron que este instrumento presenta evidencias satisfactorias de validez según el coeficiente de concordancia V de Aiken, con índices superiores a .75.

Asimismo, Alania, Llancari et al. (2020) analizó las evidencias de validez según el constructo mediante los coeficientes de correlación r de Pearson corregida, donde en la dimensión estresores se hallaron coeficientes entre .51 y .74, en la dimensión síntomas se encontraron coeficientes

entre .65 y .80, mientras que en la dimensión estrategias de afrontamiento se reportaron coeficientes entre .32 y .69, lo cual indicaba índices satisfactorios.

Alania, Llancari et al. (2020) también determinaron la confiabilidad del instrumento mediante la consistencia interna, donde se halló un coeficiente alfa igual a .92 para la dimensión estresores, .95 para la dimensión síntomas y .88 para la dimensión estrategias de afrontamiento, determinando así una confiabilidad excelente. Realizando una prueba piloto con 30 sujetos de la ciudad de Huancayo se aprecia que coeficiente de alfa es de .90, lo que se ubica en una confiabilidad aceptable.

Finalmente, Alania, Chanca et al. (2021) determinaron la baremación para la población universitaria peruana en el contexto de la pandemia por COVID-19, donde para las dimensiones estresores y síntomas los niveles son leve (0–25), moderado (26–50) y fuerte (51–75), mientras que en la dimensión estrategias de afrontamiento son leve (0–28), moderado (29–57) y fuerte (58–85). Asimismo, para la escala total de estrés académico los niveles y puntajes se encuentran divididos como leve (0–78), moderado (79–157) y fuerte (158–235).

3.3.2. Escala de Autoestima de Coopersmith

El inventario de autoestima de adultos de Coopersmith, del análisis del stock de referencia, se puede observar que a diferencia de la versión escolar (original), el stock de adultos de Coopersmith toma los primeros 25 ítems del primer stock. Mencionado, modificar el detector correspondiente al espacio de Padres Hogar con el espacio de Familia (6 reactivos), y fusionar el espacio de Parejas Sociales y Escolares en un espacio más, que se denomina Espacio Social (7 reactivos), y en cuanto al contenido de los objetos, son idénticos a los mencionados en el inventario original (Coopersmith, 1967).

Consta de 25 ítems, que no incluye los correspondientes a la escala de mentiras. La administración puede ser llevada a cabo en forma individual o grupal (colectivo) y tiene un tiempo aproximado de 20 minutos. El test estuvo diseñado para medir la evaluación de tendencias en adolescentes y adultos a partir de los 16 años. Los ítems fueron respondidos conforme a si el enunciado dado en cada oración es verdadero o falso. Los 25 ítems del inventario generan un puntaje total, así como puntajes separados en tres áreas:

“Si mismo general: El cual refieren a las actitudes que presenta el sujeto frente a su autopercepción y propia experiencia valorativa sobre sus características físicas y psicológicas” (Coopersmith, 1996, p.5).

Social: Se encuentra construido por ítems que refieren las actitudes del sujeto en el medio social frente a sus compañeros o amigos. Así como sus referentes a la vivencia en el interior de instituciones educativas o formativas y las expectativas en relación a su satisfacción de su rendimiento académico (Coopersmith, 1967, p.5).

“Familiar: Expone ítems en los que se hace referencia a las actitudes y/o experiencias en el medio familiar con relación a la convivencia” (Coopersmith, 1967, p.5).

La puntuación máxima es de 100 puntos. Cada respuesta equivale a un punto, al igual que la puntuación total de autoestima resultante de la suma de las subescalas multiplicada por 4 (cuatro). La evaluación de la calificación es un procedimiento sencillo, una persona debe responder de acuerdo con su identidad y la respuesta significa verdadero (como yo) o falso (no como yo).

Clave de respuesta:

Ítems Verdaderos: 1, 4, 5, 8, 9, 14, 19, 20.

Ítems Falsos: 2, 3, 6, 7, 10, 11, 12, 13, 15, 16, 17, 18, 21, 22, 23, 24, 25.

Subescalas:

Si mismo general: (13 ítems) 1, 3, 4, 7, 10, 12, 13, 15, 18, 19, 23, 24, 25

Social: (6 ítems) 2, 5, 8, 14, 17, 21.

Familiar: (6 ítems) 6, 9, 11, 16, 20, 22

Los intervalos para cada categoría de autoestima son: (a) nivel de autoestima bajo (0–24), (b) nivel de autoestima medio bajo (25–49), (c) nivel de autoestima medio alto (50–74), y (d) nivel de autoestima alto (75–100).

Mendoza y Villar (2021) analizaron las evidencias de validez según el contenido a través de jueces expertos donde se halló que el instrumento posee evidencias de validez satisfactorias según el coeficiente de concordancia V de Aiken, con índices superiores a .87 determinando una validez excelente. Asimismo, se realizó la prueba binomial, hallándose valores significativos ($p < .0$).

Como parte de la misma investigación, Mendoza y Villar (2021) analizaron las evidencias de confiabilidad mediante la consistencia interna, donde se hallaron valores aceptables mediante el coeficiente alfa igual a .87.

3.3.3. Validación de los instrumentos

Los instrumentos para la recolección de empleados tuvieron rigor científico por juicio de expertos. A cada uno se le entregó una carta de validación de instrumentos cuyo contenido incluía la matriz de operacionalización sobre las categorías de estudio y los instrumentos con sus fichas de validación.

Al plazo de un tiempo, los expertos validaron a través de los criterios de relevancia, representatividad y claridad cada uno de los ítems de cada instrumento arrojando los siguientes resultados que se muestran en la siguiente tabla según opinión de aplicabilidad.

Tabla 3

Resultados de la validación de instrumentos por juicio de expertos

Expertos	Instrumentos	
	Inventario de Estrés Académico SISCO	Inventario de Autoestima de Coopersmith
Mg. Okumura Alvaro	Aplicable	Aplicable
Mg. Esteves Gino	Aplicable	Aplicable
Dra. Ariste Flora	Aplicable	Aplicable

Como se aprecia, los tres expertos concordaron en que los instrumentos son aplicables, sugirieron algunas observaciones y recomendaciones que se enmendaron en lo inmediato para su aplicación.

3.4. Descripción de procedimientos de análisis

Los datos recolectados en los cuestionarios fueron sistematizados en una base de datos a través del programa estadístico IBM SPSS versión 26. Inicialmente, se aplicó la estadística descriptiva de la investigación y se obtuvieron medidas como el valor mínimo, valor máximo, la media, la desviación estándar, la asimetría y la curtosis.

Posterior a ello, se aplicó la prueba de normalidad de Shapiro-Wilk considerando el reducido tamaño de la muestra, y al hallar que los datos no tienen una distribución normal se utilizó la prueba no paramétrica Rho de Spearman para comprobar las hipótesis del estudio.

CAPÍTULO IV

RESULTADOS Y ANÁLISIS DE RESULTADOS

4.1. Resultados

Se presenta el procesamiento estadístico de los datos recolectados mediante estadísticos descriptivos e inferenciales del estrés académico, la autoestima y sus respectivas dimensiones.

4.1.1. Análisis descriptivo de tendencia central y variabilidad

En la Tabla 2 se aprecian los estadísticos descriptivos de las dimensiones del estrés académico y la autoestima. Así, en las dimensiones del estrés académico se encontró que para estresores los participantes se ubican en el nivel mediamente bajo, en la dimensión síntomas se ubicaron en el nivel bajo, y en el caso de las estrategias de afrontamiento se encuentran en el nivel bajo. Asimismo, en las dimensiones de la autoestima se encontró que para la autoestima en sí mismo los participantes se ubicaron en el nivel bajo, en la dimensión autoestima social se sitúan en el nivel bajo, en el caso de autoestima familiar se ubicaron en el nivel bajo.

Tabla 4

Estadísticos descriptivos de las dimensiones de la variable estrés académico y autoestima

VARIABLES	Mínimo	Máximo	<i>M</i>	<i>DE</i>	Asimetría	Curtosis
Estrés académico						
Estresores	27	62	42.95	7.37	0.27	-0.08
Síntomas	17	72	37.01	11.88	0.80	0.60
Estrategias de afrontamiento	23	71	48.93	8.99	-0.34	0.10
Autoestima						
Sí mismo general	13	24	18.26	2.02	0.05	0.23
Social	6	12	8.70	1.40	0.17	-0.45
Familiar	6	12	8.61	1.25	0.40	-0.32

Nota. *M* = Media aritmética; *DE* = Desviación estándar.

4.1.2. Prueba de normalidad

Se realizó el análisis de normalidad mediante la prueba de Shapiro-Wilk para las medidas del estrés académico y la autoestima para la determinación del uso de pruebas estadísticas paramétricas o no paramétricas de corte correlacional. Así, en la Tabla 3 se observó que, respecto al estrés académico, los estresores y las estrategias de afrontamiento cumplen con el supuesto de normalidad, pero esto no se cumple en los síntomas; además, respecto a la autoestima, ninguna de las tres dimensiones presenta una distribución normal. Por ello, se optó por el uso de la prueba estadística no paramétrica Rho de Spearman para el análisis inferencial.

Tabla 5

Estadístico de normalidad con prueba de Shapiro-Wilk para las medidas de la variable estrés académico y autoestima

Variables	S-W	p
Estresores	.99	.55
Síntomas	.95	.01*
Estrategias de afrontamiento	.99	.50
Sí mismo general	.97	.02
Social	.92	.01*
Familiar	.93	.01*

Nota. S-W = Estadístico Shapiro-Wilk.

* $p < .05$

4.1.3. Análisis correlacional no paramétrico

En la Tabla 4 se aprecian los estadísticos correlacionales no paramétricos con la *Rho de Spearman* de los puntajes obtenidos del estrés académico y la autoestima. Los resultados indican que los síntomas y las estrategias de afrontamiento no se relacionan de manera significativa con las dimensiones de la autoestima, mientras que los estresores se relacionan significativamente

con la autoestima familiar, pero la relación no es significativa con los síntomas y estrategias de afrontamiento.

Tabla 6

Análisis correlacional de las dimensiones del estrés académico y autoestima

VARIABLES	SÍ MISMO GENERAL	SOCIAL	FAMILIAR
Estresores	.01	-.13	-.25*
Síntomas	.03	-.03	-.07
Estrategias de afrontamiento	-.01	.00	-.02

* $p < .05$

4.2. Análisis y discusión de resultados

Ante el hallazgo de las hipótesis específicas sobre la relación estadísticamente significativa entre la dimensión del estrés académico y las dimensiones de la autoestima se tiene lo siguiente.

Respecto al resultado de la primera hipótesis específica, la relación entre la dimensión estresores y la dimensión autoestima no fue significativa, y se infiere que cada dimensión actúa de forma independiente y una no perjudica o beneficia a la otra.

El resultado de la segunda hipótesis específica fue negativa y muy débil, y no hay relación entre la dimensión Estresores y la dimensión Autoestima social, se infiere que cada dimensión actúa de forma independiente y una no perjudica o beneficia a la otra.

El resultado de la tercera hipótesis específica fue negativa y muy débil, y existe relación entre la dimensión Estresores y la dimensión Autoestima familiar, se infiere que mientras mayor la presencia de estresores, más baja será la autoestima familiar.

Al contrario de los resultados encontrados entre la dimensión estresores y autoestima en sí mismo y social, pero congruentes con la autoestima familiar, se tiene a Bamuhair et al. (2015) quien detalla que los estresores significativos percibidos por los estudiantes se relacionan con la autoestima, debido a que el resultado del alto estrés afecta a la autoestima, teniendo una baja autoestima.

Respecto a los resultados encontrados de la dimensión síntomas del estrés con las dimensiones de la autoestima (en sí mismo, social y familiar) se tiene que:

El resultado de la cuarta hipótesis específica fue positiva y muy débil, y no hay relación entre la dimensión Síntomas con la dimensión Autoestima en sí mismo general, se infiere que cada dimensión actúa de forma independiente y una no perjudica o beneficia a la otra.

El resultado de la quinta hipótesis específica fue positiva y muy débil y no hay relación entre la dimensión Síntomas con la dimensión Autoestima social, se infiere que cada dimensión actúa de forma independiente y una no perjudica o beneficia a la otra.

El resultado de la sexta hipótesis específica fue positiva y muy débil y no hay relación entre la dimensión Síntomas con la dimensión Autoestima familiar, se infiere que cada dimensión actúa de forma independiente y una no perjudica o beneficia a la otra.

Similar a los resultados encontrados entre la dimensión síntomas del estrés y las dimensiones de la autoestima (en sí mismo, social y familiar) se tiene a Alvarado (2014) quien utilizó los mismos instrumentos de recolección de datos que la presente investigación, demostró que no hay relación entre las variables autoestima y estrés académico debido que los estudiantes de la universidad privada Antenor Orrego presentaron autoestima alta y un nivel alto de estrés académico.

El resultado de la séptima hipótesis específica fue positiva y muy débil, y no hay relación entre la dimensión Estrategias de afrontamiento con la dimensión Autoestima en sí mismo general, se infiere que cada dimensión actúa de forma independiente y una no perjudica o beneficia a la otra.

El resultado de la octava hipótesis específica muestra que no existe relación alguna entre la dimensión Estrategias de afrontamiento con la dimensión Autoestima social, se infiere que cada dimensión actúa de forma independiente y una no perjudica o beneficia a la otra.

El resultado de la novena hipótesis específica, fue positiva y muy débil y no hay relación entre la dimensión Estrategias de afrontamiento con la dimensión Autoestima familiar, se infiere que cada dimensión actúa de forma independiente y una no perjudica o beneficia a la otra.

Similar a los resultados encontrados entre la dimensión estrategias de afrontamiento del estrés y las dimensiones de la autoestima (en sí mismo, social y familiar), Nolasco en el (2014) desarrolló su investigación con el test de Autoestima de Coopersmith y el inventario de SISCO, encontró que los estudiantes de la universidad Antenor Orrego tuvieron niveles altos y medios altos de autoestima y niveles altos y medios altos de estrés académico.

Con lo observado en los resultados, la mayoría de las hipótesis específicas de la investigación no se cumplen, a excepción de la relación entre la dimensión estresores y autoestima familiar. Se infiere que la hipótesis general de la investigación no se cumple, debido a que 8 de las 9 hipótesis planteadas no se cumplen.

Se puede concluir que no existe relación entre el estrés académico y autoestima en los estudiantes de un Instituto Tecnológico Público de la ciudad de Huancayo. Al respecto, autores

como Alvarado (2014) mencionan que no existe relación de significancia importante entre Autoestima y el Estrés Académico. Al contrario de lo encontrado en la investigación, autores como Albán (2018) mencionaron que si existe una correlación baja, inversa y altamente significativa entre la Autoestima y el Estrés Académico. Adicional se tiene a Chávez y Peralta (2019) que comprobaron la relación correlación negativa entre las variables Autoestima y el Estrés Académico, es decir que, a mayor nivel de estrés académico, menos nivel de autoestima.

CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

Conclusiones

Conclusión general

La relación entre el estrés académico y la autoestima no es significativa en los estudiantes de un instituto de educación superior tecnológico de la ciudad de Huancayo.

Conclusiones específicas

CE1 La relación entre los estresores y la autoestima en sí mismo no es significativa en los estudiantes de un instituto de la ciudad de Huancayo.

CE2 La relación entre los estresores y la autoestima social no es significativa en los estudiantes de un instituto de la ciudad de Huancayo.

CE3 La relación entre los estresores y la autoestima familiar sí es significativa en los estudiantes de un instituto de la ciudad de Huancayo.

CE4 La relación entre los síntomas (reacciones) y la autoestima en sí mismo no es significativa en los estudiantes de un instituto de la ciudad de Huancayo.

CE5 La relación entre los síntomas (reacciones) y la autoestima social no es significativa en los estudiantes de un instituto de la ciudad de Huancayo.

CE6 La relación entre los síntomas (reacciones) y la autoestima familiar no es significativa en los estudiantes de un instituto de la ciudad de Huancayo.

CE7 La relación entre las estrategias de afrontamiento y la autoestima en sí mismo no es significativa en los estudiantes de un instituto de la ciudad de Huancayo.

CE8 La relación entre las estrategias de afrontamiento y la autoestima social no es significativa en los estudiantes de un instituto de la ciudad de Huancayo.

CE9 La relación entre las estrategias de afrontamiento y la autoestima familiar no es significativa en los estudiantes de un instituto de la ciudad de Huancayo

Recomendaciones

- Realizar talleres y/o programas de promoción de una sana autoestima dirigida a los estudiantes del instituto tecnológico de Huancayo para fortalecer su sentido de identidad y valoración hacia sí mismos.
- Diseñar un programa de intervención que aborde el estrés académico en los estudiantes del instituto tecnológico de Huancayo que les permita identificar los estresores de su entorno académico, regular los síntomas generados por el estrés y gestionar las estrategias de afrontamiento de manera efectiva con la finalidad de adaptarse efectivamente al contexto educativo en el que se encuentran.
- Realizar futuras investigaciones que tengan acceso a una muestra más grande y diversa, así como también puedan estudiar al estrés académico y la autoestima mediante una investigación explicativa que incluya variables adicionales, tales como autoconcepto, rasgos de personalidad, locus de control, entre otros.

REFERENCIAS

- Alania, R. D., Chanca, A., Condori, M., Fabián, E., Rafaele, M., Ortega, D. I. D., Roque, D. E., Villavicencio, A. C., & Zorrilla, A. J. (2021). Baremación del Inventario de Estrés Académico SISCO SV adaptado al contexto de COVID-19 en una población universitaria peruana. *Socialium*, 5(1), 242–260. <https://doi.org/10.26490/uncp.sl.2021.5.1.814>
- Alania, R. D., Llancari, R., Rafaele, M., & Ortega, D. I. D. (2020). Adaptación del Inventario de Estrés Académico SISCO SV al contexto de la crisis por COVID-19. *Socialium*, 4(2), 111–130. <https://doi.org/10.26490/uncp.sl.2020.4.2.669>
- Albán, J. (2018). *Autoestima y estrés académico en estudiantes de una universidad de Lima Sur* [Tesis de licenciatura, Universidad Autónoma del Perú]. Repositorio Institucional UAUTONOMA. <https://repositorio.autonoma.edu.pe/handle/20.500.13067/560>
- Arnao, L. (2018). *Estrategia didáctica basada en la teoría de Nathaniel Branden para incrementar los niveles de autoestima en los estudiantes del cuarto grado de educación secundaria de la Institución Educativa “Juan Manuel Iturregui” - provincia de Lambayeque, 2017* [Tesis de maestría, Universidad Nacional Pedro Ruiz Gallo]. Repositorio Institucional UNPGR. <https://repositorio.unprg.edu.pe/handle/20.500.12893/6861>
- Barraza, A. (2006). Un modelo conceptual para el estudio del estrés académico. *Revista Electrónica de Psicología Iztacala*, 9(3), 110–129. <https://www.revistas.unam.mx/index.php/repi/article/view/19028>
- Barraza, A. (2010). Validación del inventario de expectativas de autoeficacia académica en tres muestras secuenciales e independientes. *CPU-e, Revista de Investigación Educativa*, (10), 1-30. <https://www.redalyc.org/pdf/2831/283121719001.pdf>

- Barrio, J. A., García, M. R., Ruiz, I., & Arce, A. (2006). El estrés como respuesta. *International Journal of Developmental and Educational Psychology*, 1(1), 37–48.
<https://www.redalyc.org/pdf/3498/349832311003.pdf>
- Berrío-García, N., & Mazo-Zea, R. (2011). Estrés Académico. *Revista de Psicología Universidad de Antioquía*, 3(2), 55–82.
<https://revistas.udea.edu.co/index.php/psicologia/article/view/11369>
- Bamuhair, S. S., Al Farhan, A. I., Althubaiti, A., Agha, S., Rahman, S., & Ibrahim, N. (2015). Sources of stress and coping strategies among undergraduate medical students enrolled in a problem-based learning curriculum. *Journal of Biomedical Education*, 2015, 575139.
<https://doi.org/10.1155/2015/575139>
- Campos, M. M., & Garay, E. (2021). *Resiliencia y estrés académico en universitarios de psicología en tiempos de aprendizaje virtual de una universidad privada de Huancayo-2020* [Universidad Peruana Los Andes]. Repositorio Institucional UPLA.
<https://repositorio.upla.edu.pe/handle/20.500.12848/2247>
- Chávez, J. F. (2021). *Adicciones a redes sociales y estrés académico en los estudiantes del Instituto Tecnológico Tsa'chila en Santo Domingo-Ecuador, año 2020* [Tesis de maestría, Universidad Peruana Unión] Repositorio Institucional UPEU.
<https://repositorio.upeu.edu.pe/handle/20.500.12840/4781>
- Chávez, J. R., & Peralta, R. Y. (2019). Estrés académico y autoestima en estudiantes de enfermería, Arequipa-Perú. *Revista de Ciencias Sociales (RCS)*, 25(Extra 1), 384-399.
<https://dialnet.unirioja.es/descarga/articulo/7113737.pdf>
- Coopersmith, S. (1967). *The Antecedents of Self Esteem*. W. H. Freeman.
- Cortés de Aragón, L. (1999). *Autoestima: Comprensión y práctica*. Edición San Pablo.

- Cueva, B. E. (2021). *Autoestima y conducta asertiva en estudiantes de computación e informática del Instituto Víctor Raúl Haya de la Torre de Santiago de Chuco, 2021* [Tesis de maestría, Universidad César Vallejo]. Repositorio Institucional UCV. <https://repositorio.ucv.edu.pe/handle/20.500.12692/81945>
- Díaz, Y. (2010). Estrés académico y afrontamiento en estudiantes de Medicina. *Revista Humanidades Médicas, 10*(1). <http://scielo.sld.cu/pdf/hmc/v10n1/hmc070110.pdf>
- Fernández, L., González, A., & Trianes, M. (2015). Relaciones entre estrés académico, apoyo social, optimismo-pesimismo y autoestima en estudiantes universitarios. *Electronic Journal of Research in Educational Psychology, 13*(1), 111–130. <https://doi.org/10.14204/ejrep.35.14053>
- Gagna, E. (2015). *Relación entre autoestima, apoyo social percibido y estrés académico en estudiantes universitarios* [Tesis de licenciatura, Universidad Argentina de la Empresa]. Repositorio Institucional UADE. <https://www.repositorio.uade.edu.ar/xmlui/handle/123456789/2510>
- Gómez, R. M., & Marcos, R. (2022). *Autoestima y satisfacción con la profesión elegida en estudiantes de un instituto de educación superior, Lima – 2021* [Tesis de licenciatura, Universidad Peruana Los Andes]. Repositorio Institucional UPLA. <http://www.informatica.upla.edu.pe/handle/20.500.12848/4179>
- Gonzales, K. M., & Guevara, C. (2015). Autoestima en los universitarios ingresantes de la facultad de medicina de la Universidad Nacional Mayor de San Marcos durante el año 2015. *Apuntes Psicológicos, 1*(1), 8–20. https://revistas.upeu.edu.pe/index.php/ri_apsicologia/article/view/871

- González-Jaimes, N. L., Tejeda-Alcántara, A. A., Espinosa-Méndez, C. M., & Ontiveros-Hernández, Z. O. (2020). Psychological impact on Mexican university students due to confinement during the Covid-19 pandemic. *SciELO Preprints*.
<https://doi.org/10.1590/SciELOPreprints.756>
- Guerra, A. (2016). Autoestima y estrés académico en estudiantes del Programa de Licenciatura en Desarrollo Humano de la Universidad Centroccidental Lisandro Alvarado. *Mayéutica Revista Científica de Humanidades y Artes*, 4, 83–99.
<https://revistas.uclave.org/index.php/mayeutica/article/view/775>
- Hernández-Sampieri & Mendoza, C. (2018). *Metodología de la investigación: las rutas cuantitativa, cualitativa y mixta*. México : MC Graw - Hill
- Hertzog, L. (1980). *Conceptos de autoestima*. Editorial Grecia.
- Instituto Internacional para la Educación Superior en América Latina y el Caribe. (2020). *COVID-19 y educación superior: De los efectos inmediatos al día después. Análisis de impactos, respuestas políticas y recomendaciones*. UNESCO.
<https://www.iesalc.unesco.org/wp-content/uploads/2020/05/COVID-19-ES-130520.pdf>
- Jerez, M. G. (2022). *Relación entre los niveles de autoestima y estrés académico en estudiantes universitarios de la ciudad de Ambato* [Tesis de licenciatura, Pontificia Universidad Católica del Ecuador]. Repositorio Institucional PUCESA.
<https://repositorio.pucesa.edu.ec/handle/123456789/3477>
- Luque, O., Bolivar, N., Achahui, V., & Gallegos, J. (2022). Estrés académico en estudiantes universitarios frente a la educación virtual por el COVID-19. *Puriq*, 4, e200.
<https://doi.org/10.37073/puriq.4.1.200>

- Mansilla, A. M. (2020). Impacto del COVID-19 en los hábitos y costumbres de estudiantes universitarios durante el tiempo de cuarentena 2020. *Hacedor*, 4(2), 1–11.
<https://doi.org/10.26495/rch.v4i2.1478>
- Mruk, C. (1998). *Auto-estima: Investigación, teoría y práctica*. Desclée de Brouwer.
- Naranjo, M. L. (2009). Una revisión teórica sobre el estrés y algunos aspectos relevantes de este en el ámbito educativo. *Educación*, 33(2), 171–190.
<https://www.redalyc.org/pdf/440/44012058011.pdf>
- Nolasco, G. (2014). *Autoestima y estrés académico en los estudiantes de la Clínica Estomatológica de la Universidad Privada Antenor Orrego, Trujillo-2014* [Tesis de licenciatura, Universidad Privada Antenor Orrego]. Repositorio Institucional UPAO.
<https://repositorio.upao.edu.pe/handle/20.500.12759/1112>
- Oberst, U., Ibarz, V., & León, R. (2004). La Psicología individual de Alfred Adler y la Psicosisíntesis de Oliver Brachfeld. *Revista de Neuro-Psiquiatría*, 67(1-2), 31–44.
<https://revistas.upch.edu.pe/index.php/RNP/article/view/1562>
- Oblitas, M. (2014). *Psicología de la salud y calidad de vida*. Internacional Thomson Editores.
- Pérez, H. (2019). Autoestima, teorías y su relación con el éxito personal. *Alternativas en Psicología*, (41), 22–32. <https://www.alternativas.me/numeros/30-numero-41-febrero-julio-2019/190-autoestima-teorias-y-su-relacion-con-el-exito-personal>
- Pizarro, E. (2017). *Relación entre autoestima, resiliencia y rendimiento académico en estudiantes del Centro Preuniversitario de la Universidad Nacional Mayor de San Marcos (CEPREUNMSM)* [Tesis de doctorado, Universidad Nacional Mayor de San Marcos]. Repositorio Institucional UNMSM.
<https://cybertesis.unmsm.edu.pe/handle/20.500.12672/6624>

- Portillo, V., Ávila, J. A., & Capps, J. W. (2021). Relación del uso de redes sociales con la autoestima y la ansiedad en estudiantes universitarios. *Enseñanza e Investigación en Psicología*, 31(1), 139-149. <https://revistacneip.org/index.php/cneip/article/view/182>
- Ríos, L. (2014). *Factores estresores académicos asociados a estrés en estudiantes de enfermería de la Escuela Padre Luis Tezza* [Tesis de licenciatura, Universidad Ricardo Palma]. Repositorio Institucional URP. <https://repositorio.urp.edu.pe/handle/20.500.14138/385>
- Román, & Hernández. (2008). El estrés académico: una revisión crítica del concepto desde las ciencias de la educación. *Revista Electrónica de Psicología Iztacala*, 14(2), 1–14. <https://www.revistas.unam.mx/index.php/repi/article/view/26023>
- Rosenberg, M. (1965). *Society and the adolescent self-image*. Princeton.
- Sánchez, S., & Reyes, R. (2015). *Metodología y diseño en la investigación científica* (5ª ed). Business Support Aneth.
- Selye, H. (1973). The Evolution of the Stress Concept: The originator of the concept traces its development from the discovery in 1936 of the alarm reactions to modern therapeutic applications of syntoxic and catatoxic hormones. *American Scientist*, 61(6), 692–699. <https://www.jstor.org/stable/27844072>
- Toribio-Ferrer, C., & Franco-Bárceñas, S. (2016). Estrés académico: El enemigo silencioso del estudiante. *Salud y Administración*, 3(7), 11–18. <https://revista.unsis.edu.mx/index.php/saludyadmon/article/view/49>
- Valera, D. A. (2018). Relación entre autoestima y estrés académico en estudiantes del I ciclo de la Facultad de Derecho y Ciencias Políticas de la Universidad Nacional de Cajamarca, 2017 [Tesis de maestría, Universidad San Pedro]. Repositorio Institucional USP. <http://repositorio.usanpedro.edu.pe/handle/USANPEDRO/14229>



- Vilca, S., & Mozombite, L. (2021). *Relación entre estrés académico y autoestima en estudiantes del CETPRO Municipal Chorrillos, durante la pandemia de Covid-19* [Tesis de licenciatura, Universidad Peruana Los Andes]. Repositorio Institucional UPLA. <https://repositorio.upla.edu.pe/handle/20.500.12848/2911>
- Zamora-Marin, A. M., & Leiva-Colos, F. V. (2022). Estrés académico y autoestima en estudiantes universitarios de Lima Metropolitana en contexto COVID-19 durante el año 2021. *ACADEMO*, 9(2), 127–138. <https://doi.org/10.30545/academo.2022.jul-dic.2>
- Zarate, S. (2018). *Estrés académico en estudiantes preuniversitarios del instituto Pamer, 2017* [Tesis de licenciatura, Universidad Inca Garcilaso de la Vega]. Repositorio Institucional UIGV. <http://repositorio.uigv.edu.pe/handle/20.500.11818/2919>

ANEXOS

Anexo 1: Declaración de Autenticidad

	Universidad Ricardo Palma	Escuela de Posgrado
DECLARACIÓN DE AUTENTICIDAD Y NO PLAGIO		
DECLARACIÓN DEL GRADUANDO		
Por el presente, el graduando: <i>(Apellidos y nombres)</i>		
PONCE GUTIERREZ Luis Dennis		
en condición de egresado del Programa de Posgrado:		
PSICOLOGÍA CLÍNICA Y DE LA SALUD		
deja constancia que ha elaborado la tesis intitulada:		
"Estrés Académico y Autoestima en estudiantes de un Instituto de Educación Superior Tecnológico Público - 2021"		
<p>Declara que el presente trabajo de tesis ha sido elaborado por el mismo y no existe plagio/copia de ninguna naturaleza, en especial de otro documento de investigación (tesis, revista, texto, congreso, o similar) presentado por cualquier persona natural o jurídica ante cualquier institución académica, de investigación, profesional o similar.</p>		
<p>Deja constancia que las citas de otros autores han sido debidamente identificadas en el trabajo de investigación, por lo que no ha asumido como suyas las opiniones vertidas por terceros, ya sea de fuentes encontradas en medios escritos, digitales o de la Internet.</p>		
<p>Asimismo, ratifica que es plenamente consciente de todo el contenido de la tesis y asume la responsabilidad de cualquier error u omisión en el documento y es consciente de las connotaciones éticas y legales involucradas.</p>		
<p>En caso de incumplimiento de esta declaración, el graduando se somete a lo dispuesto en las normas de la Universidad Ricardo Palma y los dispositivos legales vigentes.</p>		
	Huancayo 27/09/21	
Firma del graduando	Fecha	

Anexo 2.1: Autorización de consentimiento para realizar la investigación

 Universidad Ricardo Palma		Escuela de Posgrado	
AUTORIZACIÓN PARA REALIZAR LA INVESTIGACIÓN			
DECLARACIÓN DEL RESPONSABLE DEL AREA O DEPENDENCIA DONDE SE REALIZARA LA INVESTIGACIÓN			
<p>Dejo constancia que el área o dependencia que dirijo, ha tomado conocimiento del proyecto de tesis titulado:</p>			
"Estrés Académico y Autoestima en estudiantes de un Instituto de Educación Superior Tecnológico Público - 2021"			
<p>el mismo que es realizado por el Sr./Srta. Estudiante (Apellidos y nombres):</p>			
PONCE GUTIERREZ Luis Dennis			
<p>, en condición de estudiante - investigador del Programa de:</p>			
PSICOLOGÍA CLÍNICA Y DE LA SALUD			
<p>Así mismo señalamos, que según nuestra normativa interna procederemos con el apoyo al desarrollo del proyecto de investigación, dando las facilidades del caso para aplicación de los instrumentos de recolección de datos.</p>			
<p>En razón de lo expresado doy mi consentimiento para el uso de la información y/o la aplicación de los instrumentos de recolección de datos:</p>			
Nombre de la empresa: I.E.S.T.P. "Andrés Avelino Cáceres Dorregaray"		Autorización para el uso del nombre de la Empresa en el Informe Final	<input checked="" type="checkbox"/> X <input type="checkbox"/> NO
Apellidos y Nombres del Jefe/Responsable del área: AYLAS MIGUEL Luis Alberto		Cargo del Jefe/Responsable del área: Coordinador del Programa de Estudios de Electrotecnia Industrial	
Teléfono fijo (incluyendo anexo) y/o celular: 064-421149		Correo electrónico de la empresa: info@institutocajas.edu.pe	
 Firma		San Agustín de Cajas, 06 octubre 2021 Fecha	

Anexo 2.2: Autorización de consentimiento informado para el participante

Por medio de este documento me presento a usted para informarle sobre la naturaleza de esta investigación y el rol que tendría como participante de aceptar.

En este sentido, el presente estudio tiene como objetivo determinar el nivel de relación entre el estrés académico y la autoestima en los estudiantes de un instituto de la ciudad de Huancayo

Este estudio está conducido por Bach Ponce Gutiérrez Luis Dennis estudiante de la Maestría en Psicología Clínica y de la Salud de la Escuela de Posgrado de la Universidad Ricardo Palma.

Como usted cumple con las características requeridas para participar en este estudio, es decir, (describir los criterios de inclusión muestral más relevantes), se le invita a ser parte. Si usted acepta, responderá un cuestionario de Autoestima de Coopersmith preguntas para evaluar la autoestima en lo concerniente a sus maneras referirse a las actitudes que presenta usted frente a su autopercepción, sentir o actuar en diversos contextos académicos y proporcionará algunos datos sociodemográficos. Por ello, se le informa que no existen respuestas buenas o malas, por tal sentido se le solicita proporcionar toda la información requerida de forma honesta. Toda la información recolectada durante este proceso se usará sólo con fines de la investigación y será tratada de manera confidencial. En ningún momento se contempla la devolución de resultados a nivel individual.

Si usted tiene alguna consulta o requiere información adicional relacionada con su participación en este proceso, puede comunicarse con el investigador responsable al correo electrónico luisponcegutierrez@gmail.com.

De estar conforme con su participación, por favor acepte el siguiente consentimiento informado:

He leído y entendido el contenido de la presentación remitido por el investigador Bach Ponce Gutiérrez Luis Dennis acepto que mi información sea utilizada con fines de investigación.

Sí

No

Datos sociodemográficos de interés: sexo (hombre, mujer o intersexual), edad, estado civil (soltero, soltero con pareja, casado, conviviente, viudo o divorciado), grado de instrucción distrito de residencia, ocupación actual.

Por medio de este documento me presento a usted para informarle sobre la naturaleza de esta investigación y el rol que tendría como participante de aceptar.

En este sentido, el presente estudio tiene como objetivo determinar el nivel de relación entre el estrés académico y la autoestima en los estudiantes de un instituto de la ciudad de Huancayo

Este estudio está conducido por el Bachiller Ponce Gutiérrez, Luis Dennis estudiante de la Maestría en Psicología Clínica y de la Salud de la Escuela de Posgrado de la Universidad Ricardo Palma.

Como usted cumple con las características requeridas para participar en este estudio, es decir, (describir los criterios de inclusión muestral más relevantes), se le invita a ser parte. Si usted acepta, responderá un cuestionario de estrés académico SISCO preguntas para evaluar la estrés académico que están relacionadas a las situaciones que se presenta durante un semestre académico y como usted afronta sin llegar a tener un nivel de estrés clínico que le lleve a posponer su carrera profesional o desaprobando sus cursos y esto lleve a tener que dejar de estudiar y con su respuesta proporcionará algunos datos sociodemográficos que el investigador necesita para saber sus niveles de estrés . Por ello, se le informa que no existen respuestas buenas o malas, por tal sentido se le solicita proporcionar toda la información requerida de forma honesta. Toda la información recolectada durante este proceso se usará sólo con fines de la investigación y será tratada de manera confidencial. En ningún momento se contempla la devolución de resultados a nivel individual.

Si usted tiene alguna consulta o requiere información adicional relacionada con su participación en este proceso, puede comunicarse con el investigador responsable al correo electrónico luisponcegutierrez@gmail.com.

De estar conforme con su participación, por favor acepte el siguiente consentimiento informado: He leído y entendido el contenido de la presentación remitido por el investigador Bach Ponce Gutiérrez Luis Dennis acepto que mi información sea utilizada con fines de investigación.

Sí

No

Datos sociodemográficos de interés: sexo (hombre, mujer o intersexual), edad, estado civil (soltero, soltero con pareja, casado, conviviente, viudo o divorciado), grado de instrucción distrito de residencia, ocupación actual

Anexo 3: Matriz de consistencia

Problema principal	Objetivo general	Hipótesis general	Variable 1/categoría por diseñar	Indicador V.I.	Variable 2/categoría por mejorar	Indicador V.D.
¿Cuál es la relación que existe entre el estrés académico y la autoestima en los estudiantes de un instituto tecnológico de la ciudad de Huancayo?	Determinar el nivel de relación entre estrés académico y autoestima en los estudiantes de un instituto tecnológico de la ciudad de Huancayo.	Existe una relación significativa entre estrés académico y autoestima en los estudiantes de un instituto tecnológico de la ciudad de Huancayo.	Estresores Síntomas (reacciones) Estrategias de Afronte	Estrés académico	Si mismo Social Familiar	Autoestima
Problemas específicos	Objetivos específicos	Hipótesis específicas				
Cuál es la relación que existe entre los estresores y la autoestima en sí mismo en los estudiantes de un	Determinar el nivel de relación entre los estresores y la autoestima en sí mismo general en los estudiantes de un	Existe una relación significativa entre los estresores y la autoestima en sí mismo general de los estudiantes de un				

instituto de la ciudad de Huancayo? instituto tecnológico de la ciudad de Huancayo. instituto tecnológico de la ciudad de Huancayo.

Huancayo.

¿Cuál es la relación que existe entre los estresores y la autoestima social en los estudiantes de un instituto de la ciudad de Huancayo? Existe una relación significativa entre los estresores y la autoestima social de los estudiantes de un instituto tecnológico de la ciudad de Huancayo.

de la ciudad de

¿Cuál es la relación que existe entre los estresores y la autoestima familiar en los estudiantes de un instituto de la ciudad de Huancayo? Huancayo Existe una relación significativa entre los estresores y la autoestima familiar de los estudiantes de un instituto tecnológico de la ciudad de Huancayo.

instituto tecnológico

<p>¿Cuál es la relación que existe entre los síntomas (reacciones) y la autoestima en sí mismo general en los estudiantes de un instituto de la ciudad de Huancayo?</p>	<p>de la ciudad de Huancayo.</p> <p>Determinar el nivel de relación entre los síntomas (reacciones)y autoestima en sí mismo general en los</p>	<p>Existe una relación significativa entre los síntomas (reacciones y la autoestima sí mismo general de los estudiantes de un instituto tecnológico de la ciudad de Huancayo.</p>
<p>¿Cuál es la relación que existe entre los síntomas (reacciones) y la autoestima social en los estudiantes de un instituto de la ciudad de Huancayo?</p>	<p>estudiantes de un instituto tecnológico de la ciudad de Huancayo.</p> <p>Determinar el nivel de relación entre los síntomas (reacciones) y la autoestima social en los estudiantes de</p>	<p>Existe una relación significativa entre los síntomas (reacciones y la autoestima social de los estudiantes de un instituto tecnológico de la ciudad de Huancayo.</p>
<p>¿Cuál es la relación que existe entre los</p>	<p>y la autoestima social en los estudiantes de</p>	<p>Existe una relación significativa entre los</p>

síntomas (reacciones) y la autoestima familiar en los estudiantes de un instituto de la ciudad de Huancayo?	un instituto tecnológico de la ciudad de Huancayo.	síntomas (reacciones y la autoestima familiar de los estudiantes de un instituto tecnológico de la ciudad de Huancayo.
Cuál es la relación que existe entre las estrategias de afrontamiento y la autoestima en sí mismo general en los estudiantes de un instituto de la ciudad de Huancayo?	Determinar el nivel de relación entre la dimensión síntomas (reacciones) y la dimensión familiar en los estudiantes de un instituto tecnológico de la ciudad de Huancayo.	Existe una relación significativa entre las estrategias de afrontamiento y la autoestima en sí mismo general de los estudiantes de un instituto tecnológico de la ciudad de Huancayo.
¿Cuál es la relación que existe entre las	y la autoestima en sí mismo general en los	significativa entre las estrategias de

estrategias de afrontamiento y la autoestima social en los estudiantes de un instituto de la ciudad de Huancayo?	estudiantes de un instituto tecnológico de la ciudad de Huancayo.	afrontamiento y la autoestima social de los estudiantes de un instituto tecnológico de la ciudad de Huancayo.
¿Cuál es la relación que existe entre la estrategia de afrontamiento y la autoestima familiar en los estudiantes de un instituto de la ciudad de Huancayo?	Determinar el nivel de relación entre las estrategias de afrontamiento y la autoestima social en los estudiantes de un instituto tecnológico de la ciudad de Huancayo.	Existe una relación significativa entre las estrategias de afrontamiento y la autoestima familiar de los estudiantes de un instituto tecnológico de la ciudad de Huancayo
	Determinar el nivel de relación entre las estrategias de afrontamiento y la autoestima familiar en los estudiantes de un instituto tecnológico	

de la ciudad de

Huancayo.

Anexo 4: Formato o protocolo de los instrumentos que se utilizó

INVENTARIO DE ESTRÉS ACADÉMICO SISCO

Instrucciones: A continuación, se presentan una serie de preguntas de respuestas múltiples, esperamos que sea totalmente sincero al momento de responder, recordando que no hay respuestas buenas o malas, marque con una X su respuesta. Gracias por su participación.

<i>Nunca</i>	<i>Casi nunca</i>	<i>Algunas veces</i>	<i>Casi siempre</i>	<i>Siempre</i>
N	CN	AV	CS	S

1.- ¿Con qué frecuencia te estresas?

ESTRESORES	N	CN	AV	CS	S
1.- La competitividad entre mis compañeros de clases.(me estresa)					
2.-La sobre carga de tareas y trabajos académicos que tengo que realizar todos los días. (me estresan)					
3.-La personalidad y el carácter de mis profesores/as que me imparten clases. (me estresan)					
4.- La forma de evaluación de los(as) profesores/as cuando dejan trabajos académicos. (me estresan)					
5.-El nivel de exigencia de mis profesores es fuerte.					
6.- El tipo de trabajo que me piden mis profesores es muy exigente y me angustia o estresa realizarlos.					
7.- Que me enseñen profesores/as muy teóricas.					
8.- Participar en clases me causa angustia o estrés.					
9.-Tener tiempo limitado para hacer el trabajo que me encargan mis profesores me estresa.					
10.-La realización de exámenes , prácticas y Fastest.(me estresa)					
11.-Exposición de un tema ante la clase me causa angustia estrés.					
12.- No entiendo las clases impartidas por mis profesores.					
13.-Asistir o conectarme a clases monótonas o aburridas.					
14.-Poca claridad que tengo sobre lo que me solicitan mis profesores/as					
15.-Tener que estudiar y trabajar y no contar con tiempo para escuchar las clases virtuales.					

2.- Dimensión Síntomas (reacciones)

SÍNTOMAS (reacciones)	N	CN	AV	CS	S
1.-Sufres de trastornos del sueño (insomnio o pesadilla).					
2.- Fatiga , cansancio y ganas de no hacer nada.					
3.- Dolores de cabeza o migrañas.					
4.-Problemas de digestión.					
5.-Somnolencia o mayor necesidad de dormir.					
6.- Estar inquieto , no poder estar relajado.					
7.-Morderse las uñas, sudoración de las manos.					
8.-Estar triste , sin animo para hacer las tareas o trabajos académicos.					
9.-Sentir angustia ,desesperación, estar nervioso por algo.					
10.- No poderme concentrar, estar distraído.					
11.-Estar renegando por todo, estar muy irritable.					
12.-Conflictos o tendencia a polemizar , contradecir , discutir o pelear.					
13.-Gustar estar sólo, aislarse de las personas.					
14.-Desgano para realizar las labores académicas.					
15.-No tener hambre o en ocasiones tener mucho apetito					

3.-Dimension Estrategias de Afrontamiento.

ESTRATEGIAS DE AFRONTAMIENTO	N	CN	AV	CS	S
1.-Habilidad de ser asertivo(a), expresar de manera adecuada las emociones.					
2.-Escuchar música , ver televisión y salir al cine, para distraerme					
3.-Concentrarme en resolver la situación que me preocupa.					
4.-Salir al campo para distraerme.					
5.-Buscar información sobre las tareas , trabajos académicos e informes.					
6.-Buscar ayuda en mis compañeros de aula, profesores de otros cursos,					
7.-Contar lo que sucede ,o me pasa a una persona de confianza.					
8.-Establecer soluciones concretas, para resolver las situaciones que me preocupan.					
9.- Controlar mis emociones , para que no me afecte y no me estrese.					
10.-Para no estresarme realizo ejercicio físico.					
11.-Salir de viaje con mi pareja o familiares.					
12.- Salir a pasear con mi perrito al parque para desesterarme					
13.-Planificar bien mi tiempo, para realizar mis trabajos y tareas.					
14.- Navegar en internet					
15.-Jugar video juegos.					

¡Muchas gracias, por su participación!

INVENTARIO DE AUTOESTIMA DE COOPERSMITH
VERSIÓN PARA ADULTOS

Nombres y Apellidos :.....**Edad:**.....

Semestre: **Sexo :**.....

	AUTOESTIMA	SI	NO
1	Generalmente los problemas me afectan muy poco.		
2	Me cuesta mucho trabajo hablar en público.		
3	Si pudiera cambiaria muchas cosas de mi.		
4	Puedo tomar una decisión fácilmente.		
5	Soy una persona simpática.		
6	En mi casa me enoja fácilmente.		
7	Me cuesta trabajo acostumbrarme a algo nuevo.		
8	Soy popular entre las personas de mi edad.		
9	Mi familia generalmente toma en cuenta mis sentimientos.		
10	Me doy por vencido (a) muy fácilmente.		
11	Mi familia espera demasiado por mí.		
12	Me cuesta mucho trabajo aceptarme como soy.		
13	Mi vida es muy complicada.		
14	Mis compañeros casi siempre aceptan mis ideas.		
15	Tengo mala opinión de mí mismo(a).		
16	Muchas veces me gustaría irme de mi casa.		
17	Con frecuencia me siento disgustado en mi trabajo.		
18	Soy menos guapo (o bonita) que la mayoría de la gente.		
19	Si tengo algo que decir, generalmente lo digo.		
20	Mi familia me comprende.		
21	Los demás son mejor aceptados que yo.		
22	Siento que mi familia me presiona.		
23	Con frecuencia me desanimo en lo que hago.		
24	Muchas veces me gustaría ser otra persona.		
25	Se puede confiar muy poco en mí.		

¡Muchas gracias, por su participación!

Anexo 5: Validación de instrumentos por expertos



Escuela de Posgrado Universidad Ricardo Palma

REPORTE DE VALIDACIÓN DE INSTRUMENTO DE INVESTIGACIÓN (VALIDEZ DE CONTENIDO)

LDATOS GENERALES


Título de la Investigación: Estrés Académico y Autoestima en estudiantes de un Instituto de Educación Superior Tecnológico Público de Huancayo- 2021

1. Autores de la Investigación: Bach Luis Dennis Ponce Gutiérrez
2. Nombre del Instrumento: INVENTARIO DE ESTRÉS ACADEMICO SISCO
3. Nombre del experto: Mg Alvaro Okumura Clark
4. Área de desempeño laboral: Docente Universitario

Marque en el recuadro respectivo, si el instrumento a su juicio cumple o no con el criterio exigido:

	Criterios	Valoración		Observación	
		SI	No		
1	CLARIDAD	Está formulado con lenguaje claro y preciso.	x		
2	OBJETIVIDAD	Esta expresado en conductas observables.	X		
3	PERTINENCIA	Adecuado al avance de la ciencia de la institución educativa	X		
4	ORGANIZACIÓN	Existe una organización lógica	X		
5	SUFICIENCIA	Comprende los aspectos en cantidad y calidad.	x		
6	ADECUACIÓN	Adecuado para valorar el constructo o variable a medir.	X		
7	CONSISTENCIA	Basado en aspectos teóricos científicos.	X		
8	COHERENCIA	Entre las definiciones, dimensiones e indicadores.	X		
9	METODOLOGÍA	La estrategia corresponde al propósito de la medición.	X		
10	SIGNIFICATIVIDAD	Es útil y adecuado para la Investigación.	X		

5. Criterio de validación del experto: Procede su aplicación: SI (X) No ()

Nombres y apellidos	ALVARO OKUMURA CLARK	
Dirección	Jr. Pablo Bermúdez N°214 – Dpto.302 Jesús María	
Título profesional/ Especialidad	PSICÓLOGO - PSICOTERAPEUTA	
Grado académico	MAGISTER	
Mención	MAESTRIA EN PSICOLOGÍA CLÍNICA Y SALUD	



Escuela de Posgrado Universidad Ricardo Palma

**REPORTE DE VALIDACIÓN DE INSTRUMENTO DE INVESTIGACIÓN
(VALIDEZ DE CONTENIDO)**

LDATOS GENERALES

Título de la Investigación: Estrés Académico y Autoestima en estudiantes de un Instituto de Educación Superior Tecnológico Público de Huancayo- 2021

1. Autores de la Investigación: Bach Luis Dennis Ponce Gutiérrez

2. Nombre del Instrumento: Escala de Autoestima de Coopernith


3. Nombre del experto: Mg Alvaro Okumura Clark

4. Área de desempeño laboral: Docente Universitario

Marque en el recuadro respectivo, si el Instrumento a su juicio cumple o no con el criterio exigido:

	Criterios	Valoración		Observación
		SI	No	
1	CLARIDAD Está formulado con lenguaje claro y preciso.	x		
2	OBJETIVIDAD Esta expresado en conductas observables.	x		
3	PERTINENCIA Adecuado al avance de la ciencia de la Universidad.	x		
4	ORGANIZACIÓN Existe una organización lógica	x		
5	SUFICIENCIA Comprende los aspectos en cantidad y calidad.	x		
6	ADECUACIÓN Adecuado para valorar el constructo o variable a medir.	x		
7	CONSISTENCIA Basado en aspectos teóricos científicos.	x		
8	COHERENCIA Entre las definiciones, dimensiones e indicadores.	x		
9	METODOLOGÍA La estrategia corresponde al propósito de la medición.	x		
10	SIGNIFICATIVIDAD Es útil y adecuado para la investigación.	x		

5. Criterio de validación del experto: Procede su aplicación: SI (X) No ()

Nombres y Apellidos	ALVARO OKUMURA CLARK	
Dirección	Jr. Pablo Bermúdez N°214- Dpto. 302 Jesús María	
Título profesional/ Especialidad	PSICÓLOGO - PSICOTERAPEUTA	
Grado académico	MAGISTER	
Mención	MAESTRÍA EN PSICOLOGÍA CLÍNICA Y DE LA SALUD	



REPORTE DE VALIDACIÓN DE INSTRUMENTO DE INVESTIGACIÓN (VALIDEZ DE CONTENIDO)


I. DATOS GENERALES

Título de la Investigación: Estrés Académico y Autoestima en estudiantes de un Instituto de Educación Superior Tecnológico Público de Huancayo- 2021

1. Autores de la Investigación: Bach Luis Dennis Ponce Gutiérrez
2. Nombre del Instrumento: ESCALA DE AUTOESTIMA DE COOPERSITH
3. Nombre del experto: Mg GINO ESTEVES GARCIA
4. Área de desempeño laboral: Consulta externa
5. Marque en el recuadro respectivo, si el instrumento a su juicio cumple o no con el criterio exigido:

	Criterios	Valoración		Observación
		SI	No	
1	CLARIDAD	Está formulado con lenguaje claro y preciso.	X	
2	OBJETIVIDAD	Esta expresado en conductas observables.	X	
3	PERTINENCIA	Adecuado al avance de la ciencia de la Empresa.	X	
4	ORGANIZACIÓN	Existe una organización lógica	X	
5	SUFICIENCIA	Comprende los aspectos en cantidad y calidad.	X	
6	ADECUACIÓN	Adecuado para valorar el constructo o variable a medir.	X	
7	CONSISTENCIA	Basado en aspectos teóricos científicos.	X	
8	COHERENCIA	Entre las definiciones, dimensiones e indicadores.	X	
9	METODOLOGIA	La estrategia corresponde al propósito de la medición.	X	
10	SIGNIFICATIVIDAD	Es útil y adecuado para la investigación.	X	

6. Criterio de validación del experto: Procede su aplicación: SI (X) No ()

Nombres y apellidos	GINO ESTEVES GARCÍA		 GINO ESTEVES GARCIA Psicólogo C.Ps.P. 13777
Dirección	AV. ARAMBURÚ 913 DPTO. 201, SAN ISIDRO.		
Título profesional/ Especialidad	PSICOLOGO CLINICO (CON ORIENTACION EN TCC Y NEUROPSICOLOGIA).		
Grado académico	MAGISTER		
Mención	MAESTRÍA EN PSICOLOGÍA CLÍNICA Y DE LA SALUD		



REPORTE DE VALIDACIÓN DE INSTRUMENTO DE INVESTIGACIÓN (VALIDEZ DE CONTENIDO)

I. DATOS GENERALES

Título de la Investigación: Estrés Académico y Autoestima en estudiantes de un instituto de Educación Superior Tecnológico Público de Huancayo- 2021

1. Autores de la Investigación: Bach Luis Dennis Ponce Gutiérrez

2. Nombre del Instrumento: ESCALA DE AUTOESTIMA DE COOPERSTH


3. Nombre del experto: Mg GINO ESTEVES GARCIA

4. Área de desempeño laboral: Consulta externa

5. Marque en el recuadro respectivo, si el instrumento a su juicio cumple o no con el criterio exigido:

	Criterios	Valoración		Observación
		SI	No	
1	CLARIDAD	Esta formulado con lenguaje claro y preciso.	X	
2	OBJETIVIDAD	Esta expresado en conductas observables.	X	
3	PERTINENCIA	Adecuado al avance de la ciencia de la Empresa.	X	
4	ORGANIZACIÓN	Existe una organización lógica	X	
5	SUFICIENCIA	Comprende los aspectos en cantidad y calidad.	X	
6	ADECUACIÓN	Adecuado para valorar el constructo o variable a medir.	X	
7	CONSISTENCIA	Basado en aspectos teóricos científicos.	X	
8	COHERENCIA	Entre las definiciones, dimensiones e indicadores.	X	
9	METODOLOGÍA	La estrategia corresponde al propósito de la medición.	X	
10	SIGNIFICATIVIDAD	Es útil y adecuado para la investigación.	X	

6. Criterio de validación del experto: Procede su aplicación: SI (X) No ()

Nombres y apellidos	GINO ESTEVES GARCÍA	
Dirección	AV. ARAMBURÚ 913 DPTO. 201, SAN ISIDRO.	 GINO ESTEVES GARCÍA Psicólogo C.Ps.P. 13777
Título profesional/ Especialidad	PSICOLOGO CLINICO (CON ORIENTACION EN TCC Y NEUROPSICOLOGIA).	
Grado académico	MAGISTER	
Mención	MAESTRÍA EN PSICOLOGÍA CLÍNICA Y DE LA SALUD	



**REPORTE DE VALIDACIÓN DE INSTRUMENTO DE INVESTIGACIÓN
(VALIDEZ DE CONTENIDO)**

I.DATOS GENERALES

Título de la Investigación: Estrés Académico y Autoestima en estudiantes de un Instituto de Educación Superior Tecnológico Público de Huancayo- 2021

1. **Autoras de la Investigación:** Bach Luis Dennis Ponce Gutiérrez
2. **Nombre del Instrumento:** Escala de Autoestima de Coopersmith
3. **Nombre del experto:** FLORA ARISTE CÁRDENAS
4. **Área de desempeño laboral:**

Marque en el recuadro respectivo, si el instrumento a su juicio cumple o no con el criterio exigido:

	Criterios	Valoración		Observación
		SI	No	
1	CLARIDAD	Está formulado con lenguaje claro y preciso.	X	
2	OBJETIVIDAD	Esta expresado en conductas observables.	X	
3	PERTINENCIA	Adecuado al avance de la ciencia de la Empresa.	X	
4	ORGANIZACIÓN	Existe una organización lógica	X	
5	SUFICIENCIA	Comprende los aspectos en cantidad y calidad.	X	
6	ADECUACIÓN	Adecuado para valorar el constructo o variable a medir.	X	
7	CONSISTENCIA	Basado en aspectos teóricos científicos.	X	
8	COHERENCIA	Entre las definiciones, dimensiones e indicadores.	X	
9	METODOLOGÍA	La estrategia corresponde al propósito de la medición.	X	
10	SIGNIFICATIVIDAD	Es útil y adecuado para la investigación.	X	

5. Criterio de validación del experto: Procede su aplicación: SI (X) No ()

Nombres y apellidos	FLORA ARISTE CÁRDENAS	
Dirección	Calle Santa Rosa N° 1265 Urb. Milotingo -Huancayo	
Título profesional/ Especialidad	Licenciada en Psicología – Psicoterapeuta Gestal	
Grado académico	Magister	
Mención	Psicología Educativa	



F. Ariste
 MG. Ps. FLORA ARISTE CÁRDENAS
 PSICOLOGA CLINICO - EDUCATIVA
 PSICOTERAPEUTA GESTAL
 CIP Nº 13845 - IRICAP Nº 112



Escuela de Posgrado Universidad Ricardo Palma

**REPORTE DE VALIDACIÓN DE INSTRUMENTO DE INVESTIGACIÓN
(VALIDEZ DE CONTENIDO)**

LDATOS GENERALES

Título de la Investigación: Estrés Académico y Autoestima en estudiantes de un Instituto de Educación Superior Tecnológico Público de Huancayo- 2021

1. **Autores de la Investigación:** Bach Luis Dennis Ponce Gutiérrez
2. **Nombre del Instrumento:** Escala de Autoestima de Coopersmith
3. **Nombre del experto:** FLORA ARISTE CÁRDENAS
4. **Área de desempeño laboral:**

Marque en el recuadro respectivo, si el instrumento a su juicio cumple o no con el criterio exigido:

	Criterios	Valoración		Observación	
		SI	No		
1	CLARIDAD	Está formulado con lenguaje claro y preciso.	X		
2	OBJETIVIDAD	Esta expresado en conductas observables.	X		
3	PERTINENCIA	Adecuado al avance de la ciencia de la Empresa.	X		
4	ORGANIZACIÓN	Existe una organización lógica	X		
5	SUFICIENCIA	Comprende los aspectos en cantidad y calidad.	X		
6	ADECUACIÓN	Adecuado para valorar el constructo o variable a medir.	X		
7	CONSISTENCIA	Basado en aspectos teóricos científicos.	X		
8	COHERENCIA	Entre las definiciones, dimensiones e indicadores.	X		
9	METODOLOGÍA	La estrategia corresponde al propósito de la medición.	X		
10	SIGNIFICATIVIDAD	Es útil y adecuado para la investigación.	X		

5. **Criterio de validación del experto:** Procede su aplicación: SI (X) No ()

Nombres y apellidos	FLORA ARISTE CÁRDENAS	
Dirección	Calle Santa Rosa N° 1265 Urb. Millotingo -Huancayo	
Título profesional/ Especialidad	Licenciada en Psicología – Psicoterapeuta Gestal	
Grado académico	Magister	
Mención	Psicología Educativa	



F. Ariste
 MG. PS. FLORA ARISTE CÁRDENAS
 PSICÓLOGA CLÍNICO - EDUCATIVA
 PSICOTERAPISTA GESTALT
 C.P.P. N° 12845 - HUANCAYO N° 1182