



UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DE ICA

UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DE ICA
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA
SALUD PROGRAMA ACADÉMICO DE
PSICOLOGIA

TESIS

**“ESTRÉS Y AUTOEFICACIA ACADÉMICA EN ESTUDIANTES DE
SECUNDARIA DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA PÚBLICA N°1263
PURUCHUCO- ATE VITARTE, 2022”.**

LÍNEA DE INVESTIGACIÓN

Calidad De Vida, Resiliencia Y Bienestar Psicológico

Presentado por

**Pablo Ysidro, Puclla Sánchez
Blanca Noemi, Ttacca Apaza**

Tesis desarrollada para optar el Título Profesional de Licenciado en
Psicología

Docente asesor:

Dr. Yreneo Eugenio Cruz Telada
Código Orcid N°0000-0002-3770-1287

Chincha, 2022

Asesor

DR. YRENEO EUGENIO CRUZ TELADA

Miembros del jurado

- Dr. Edmundo González Zavala
- Dr. William Chu Estrada
- Dr. Martín Campos Martínez

Dedicatoria

A Dios, y seguidamente a nuestros padres, hermanos, amigos y familiares por ser guías y modelos de sacrificio, compromiso y fortaleza quienes han estado presentes en todo momento haciendo realidad esta meta que hemos cumplido.

Agradecimientos

A Dios, por ser el soporte en todas las órdenes que nos otorgó con la finalidad de cumplir nuestros anhelos de ser profesionales, a la familia, por brindarnos apoyo y comprensión durante el desarrollo de la carrera.

A nuestros docentes, que a diario se preocuparon por nuestra formación académica, a nuestros asesores por su valiosa aportación en el desarrollo de esta investigación.

A la Universidad Autónoma de Ica y a la Facultad de Psicología, a la institución educativa N°1263 Puruchuco, Ate Vitarte por facilitarnos la población de estudio para poder llevar a cabo esta Investigación.

De manera muy especial al Dr. Yreneo Eugenio Cruz Telada, por sus enseñanzas y paciencia como asesor durante el desarrollo y culminación de la presente tesis de investigación.

RESUMEN

Objetivo: determinar la relación entre el estrés y autoeficacia en los estudiantes de secundaria de la Institución Educativa Pública N° 1263 Puruchuco- Ate Vitarte, 2022.

Métodos y materiales: el nivel de investigación fue el descriptivo correlacional, de diseño no experimental. La población está constituida por los estudiantes de secundaria, el muestreo fue no probabilístico, los instrumentos utilizados fueron el inventario de SISCO y la escala de autoeficacia ACAES. Se procesó en el sistema SSPS – 24.

Resultados: el estrés académico en los estudiantes de secundaria de la Institución Educativa Pública N°1263 Puruchuco-Ate Vitarte fue de un nivel moderado (84.5%); asimismo, el nivel de las dimensiones estresores fue de un nivel moderado (70.3%); el nivel de síntomas físico, psicológico fue de un nivel leve (81.3%); el nivel de Estrategias de Afrontamiento se ubicó en un nivel moderado (50.3%). Finalmente, existe relación negativa muy baja ($p= 0.576>0.05$; rho: $-.045$) entre estrés y autoeficacia académica.

Conclusiones: existe relación negativa muy baja ($p= 0.576>0.05$; Rho: $-.045$) entre la estrés y autoeficacia académica en estudiantes de secundaria de la Institución Educativa Pública N°1263 Puruchuco-Ate Vitarte, 2022. Asimismo, existe correlación muy baja entre la autoeficacia académica y la dimensión estresores ($p= 0.197>0.05$; rho: $.104$), correlación baja con la dimensión síntomas físico, psicológico y comportamental ($p= <.001<0.05$; Rho: $-.278$) y finalmente, existe relación positiva muy baja con la dimensión estrategias de afrontamiento ($p=0.030<0.05$; Rho: $.174$).

Palabras clave: estrés académico, autoeficacia académica, afrontamiento al estrés

ABSTRACT

Objective: Dto determine the relationship between stress and self-efficacy in secondary school students of the Public Educational Institution No. 1263 Puruchuco- Ate Vitarte, 2022.

Methods and materials: The level of descriptive correlational research, of non-experimental design. The population is made up of high school students, the sampling was non-probabilistic, the instruments used were the SISCO inventory and the ACAES self-efficacy scale. It is processed in the SSPS - 24 system.

Results: Academic stress in secondary school students of the Public Educational Institution N°1263 Puruchuco-Ate Vitarte is of a moderate level (84.5%); Likewise, the level of the Stressor dimensions is of a moderate level (70.3%); the level of Physical and Psychological Symptoms is at a mild level (81.3%); the level of Coping Strategies was located at a moderate level (50.3%). Finally, there is a very low negative relationship ($p= 0.576 > 0.05$; Rho: $-.045$) between estrés and autoeficacia to académica.

Conclusions: That there is a very low negative relationship ($p= 0.576 > 0.05$; Rho: $-.045$) between Stress and Academic Self-Efficacy in high school students of the Public Educational Institution N°1263 Puruchuco-Ate Vitarte, 2022. Likewise, there is a very low correlation between academic self-efficacy and the Stressor dimension ($p= 0.197 > 0.05$; Rho: $.104$), low correlation with the physical, psychological and behavioral symptoms dimension ($p= <.001 < 0.05$; Rho: $-.278$) and finally there is a very low positive relationship with the coping strategies dimension ($p= 0.030 < 0.05$; Rho: $.174$).

Keywords: Academic stress, academic self-efficacy, coping with stress

ÍNDICE GENERAL

Dedicatoria	iii
Agradecimiento	iv
Resumen	v
Palabras claves	v
Abstract	vi
Índice general.	vii
Índice de figuras y de cuadros	ix
I. INTRODUCCIÓN	11
II. PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA	
2.1 Descripción del Problema	14
2.2 Pregunta de Investigación General	17
2.3 Preguntas de Investigación Específicas	17
2.4 Justificación e importancia	17
2.5 Objetivo General	19
2.6 Objetivos Específicos	19
2.7 Alcances y Limitaciones	19
III. MARCO TEÓRICO	
3.1 Antecedentes	21
3.2 Bases teóricas	29
3.3 Marco conceptual	45
IV. METODOLOGÍA	
4.1 Tipo y Nivel de la Investigación	48
4.2 Diseño de la Investigación	48
4.3 Población- muestra	49
4.4 Hipótesis general y específicas	50
4.5 Identificación de las variables	51
4.6 Operacionalización de las variables	53
4.7 Recolección de datos	55

V.	RESULTADOS	
5.1	Presentación de resultados	59
5.2	Interpretación de resultados	67
VI	ANALISIS DE LOS RESULTADOS	
6.1	Análisis descriptivo de los resultados	72
6.2	Comparación resultados con marco teórico	74
	CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES	80
	Conclusiones	80
	Recomendaciones	81
	REFERENCIAS BIBLIOGRAFICAS	82
	ANEXOS	86
	Anexo 1: Instrumento y Ficha de Validación Juicio de Experto	87
	Anexo 2: Instrumento de investigación	89
	Anexo 3: Ficha de validación Juicio de Expertos	92
	Confiabilidad de los instrumentos de investigación	100
	Anexo 4: Informe de Turnitin al 28% de similitud	101

INDICE DE TABLAS

<i>Tabla 1. Descripción por grado de los estudiantes de secundaria.</i>	59
<i>Tabla 2. Descripción por edad de los estudiantes de secundaria.</i>	60
<i>Tabla 3. Descripción por sexo de los estudiantes de secundaria.</i>	61
<i>Tabla 4. Nivel Estrés en los estudiantes de secundaria.</i>	62
<i>Tabla 5. Nivel de Estresores en los estudiantes de secundaria.</i>	63
<i>Tabla 6. Nivel de Síntomas: físico, psicológico y comportamental en estudiantes de secundaria.</i>	64
<i>Tabla 7. Nivel de Estrategias de Afrontamiento en estudiantes de secundaria</i>	65
<i>Tabla 8. Nivel de Autoeficacia Académica en los estudiantes de secundaria.</i>	66
<i>Tabla 9. Prueba de normalidad de Estrés.</i>	67
<i>Tabla 10. Prueba de normalidad de autoeficacia académica.</i>	67
<i>Tabla 11. Estrés y Autoeficacia Académica en estudiantes de Secundaria.</i>	68
<i>Tabla 12. Estresores y Autoeficacia Académica en estudiantes.</i>	69
<i>Tabla 13. Síntomas físico, psicológico, comportamental y autoeficacia académica en estudiantes de secundaria.</i>	70
<i>Tabla 14. Estrategias de Afrontamiento y Autoeficacia Académica en estudiantes.</i>	71

INDICE DE GRAFICOS

<i>Figura 1. Estudiantes de secundaria según grado de estudios.</i>	59
<i>Figura 2. Edades de los estudiantes de secundaria</i>	60
<i>Figura 3. Estudiantes de secundaria según sexo.</i>	61
<i>Figura 4. Nivel de Estrés en estudiantes de secundaria.</i>	62
<i>Figura 5. Nivel de Estresores en los estudiantes de secundaria.</i>	63
<i>Figura 6. Nivel de Síntomas: físico, psicológico y comportamental en estudiantes de secundaria.</i>	64
<i>Figura 7. Nivel de Estrategias de Afrontamiento en estudiantes.</i>	65
<i>Figura 8. Nivel de Autoeficacia Académica en estudiantes de secundaria</i>	66

I. INTRODUCCION.

Esta investigación ha pretendido demostrar la relación existente entre el estrés y autoeficacia académica en estudiantes de secundaria de la Institución Educativa N° 1263 Puruchuco- Ate Vitarte. Según las investigaciones, el estrés es considerado una enfermedad de salud mental, que el 50% de la población puede padecerla, (Caldera, Pulido y Martínez, 2007), y la población de estudiantes de secundaria no es ajena a experimentar esta problemática, provocada por los estresores del propio ambiente sea familiar o académico, que si no se controla correctamente puede traer consigo enfermedades crónicas, e incluso la muerte. Así mismo, la necesidad de que el estudiante posea metas claras y oriente su actuación hacia el logro de ellas, es sin lugar a dudas un imperativo prescriptivo del discurso educativo actual, sin embargo, es necesario destacar que no basta con querer lograr algo, o ser capaz de lograrlo, sino que hay que sentirse capaz de poder hacerlo. Este tipo de creencias denominada autoeficacia, es el objeto de investigación del presente trabajo.

Estas dos variables son tratadas en esta investigación, desde ya, ponemos mayor interés en dar explicaciones según los trabajos alcanzados, por cierto, estos problemas en la educación nacen en el seno familiar por ser el núcleo en el que se inicia este mal que está desmembrando la salud mental de los adolescentes en la actualidad. También se hace una reflexión de cómo se debería actuar con respecto a los factores estresores, de tal manera que los hijos no sean los entes que reflejen en su diario actuar sea en los hogares o en la misma escuela.

Alfaro, N. & Castro, N. (2020). En su trabajo de investigación nos señala el estrés académico en los estudiantes de secundaria, tomando una muestra de 110 estudiantes entre los 14 y 17 años, donde 72 son

mujeres y 38 hombres, concluyeron que el nivel de estrés académico en los estudiantes es severo con un 50%. Los estresores académicos más frecuentes que se presentan en los estudiantes, son: sobrecarga de tareas con un 88.2% y Tiempo limitado con un 86.4%. Los síntomas del estrés académico más recurrentes en los estudiantes, en la subdimensión de síntomas físicos fue fatiga crónica con un 65.5%, en la subdimensión de síntomas psicológicos fue sentimientos de depresión con un 70%, y en la subdimensión de síntomas comportamentales fue desgano para realizar las labores escolares con un 62.7%. Las estrategias de afrontamiento más empleadas por los estudiantes, son: concentrarse en resolver la situación con un 86.4% y Habilidad asertiva con un 77.3%. Y el nivel de estrés académico según el sexo: en las mujeres fue el nivel severo con un 56.9%, y en los varones el nivel moderado con un 63.2%, de la familia que a través de muchos años ha ido cambiando perdiendo identidad y autonomía que en la formación de la autoestima, esta influye en el adecuado desarrollo de personal y social de sus hijas o hijos indiscutibles. La familia constituye el primer y más importante marco de desarrollo y adaptación infantil.

Carrillo, L. A (1914). En su investigación realizada sobre el nivel de autoeficacia académica de los estudiantes adultos con estudios en la modalidad a distancia del IGER con sede en la ciudad San Cristóbal, zona 8 de Mixco, llegó a la conclusión de los hallazgos significativos se encuentra que el nivel de autoeficacia académica es alto. Así mismo, acorde con el grupo etario, el nivel de autoeficacia académica fue diverso, siendo notable hacia el final de cada decena. Por otro lado, es evidente que la población que no ha reprobado algún grado, presenta un nivel alto, y en la modalidad de estudios a distancia, los estudiantes presentan menor nivel de autoeficacia. Indistintamente la Lengua materna y la escolaridad, el nivel de autoeficacia es alto.

Siguiendo estos trabajos de investigación nuestros resultados similares también los indicadores son los mismos, por tanto, ya que los

indicadores son los mismos y los resultados son similares, resaltando que existen pocos estudios nacionales similares y que nuestro aporte sea de mucha importancia.

En este marco la presente investigación titulada “Estrés y autoeficacia académica en estudiantes de secundaria de la Institución Educativa Pública N° 1263 de Puruchuco- Ate Vitarte. Es un trabajo de investigación de diseño no experimental, enfocado en el área de psicología educativa, teniendo como sujetos de estudio a las y los estudiantes ya mencionados. Esta investigación llevada cabo donde se determinó de acuerdo con los problemas que se observaron y recabó información por parte de los investigadores, problema que afecta a las y los estudiantes de secundaria en la mencionada institución educativa, este sería el obstáculo para que ellas o ellos no puedan desenvolverse o relacionarse.

La tesis se desarrolló en capítulos en los que se describió el grado de relación entre las variables en estudio, El capítulo I, da una introducción a la investigación donde se resume el tema central y objetivo principal, en el capítulo II, se consideró la descripción del planteamiento del problema, preguntas de investigación, tanto general y específicos; objetivo general, objetivos específicos y la justificación e importancia. En el capítulo III, presenta los conceptos teóricos sobre los que se fundamenta la investigación, entre ellos se encuentran antecedentes y el marco conceptual. El capítulo IV, está referido al método de la investigación, dentro de ello, el tipo y diseño, las variables de estudio, operacionalización de variables, población y muestra, técnicas e instrumentos, así como las técnicas de análisis e interpretación de datos. El capítulo V, muestra los resultados obtenidos a partir del análisis de los datos. El capítulo VI, se refiere a la discusión de la investigación. Finalmente, las conclusiones, recomendaciones, referencias bibliográficas y anexos.

II. PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

2.1. Descripción del problema

En la actualidad, nuestra sociedad vive constantemente acelerada, apresurada y a menudo estresado. Siendo esto una carga emocional y físico en la persona debido a las diversas necesidades de su entorno de su contexto, así como la gran cantidad de actividades que le generan preocupación, desánimo, decepción, entre otras emociones, por cierto, también influye el estilo de vida que lleva, la alimentación inadecuada la ausencia de la actividad física y la actitud positiva para afrontar la vida equilibrada.

Este problema se ha generalizado en la sociedad haciendo honor a lo que señalan los especialistas de la salud emocional como mal del siglo XXI, reduce la productividad y, como consecuencia, la capacidad económica y de desarrollo de cualquier país.

La UNICEF (2019). En su informe manifiesta que las tasas de autolesiones, suicidio y ansiedad entre niños y jóvenes de todo el mundo son alarmantemente altas; por ello UNICEF y la Organización Mundial de la Salud (OMS) concluyen que: “demasiados niños y jóvenes, tanto pobres como ricos, en todos los rincones del mundo, están experimentando enfermedades mentales”, explica Henrietta Fore, directora ejecutiva de UNICEF. “Esta crisis inminente no entiende de fronteras ni de límites. La mitad de los trastornos mentales empieza antes de los 14 años, así que necesitamos estrategias urgentes e innovadoras para prevenirlos, detectarlos y en caso necesario tratarlos, a una edad temprana”.

Según los últimos datos: más del 20% de los adolescentes de

todo el mundo sufren trastornos mentales. El suicidio es la segunda causa de muerte entre los jóvenes de 15 a 19 años. Alrededor del 15% de los adolescentes de países con ingresos medios y bajos se ha planteado el suicidio.

Por su parte el Ministerio de Salud, (MINSA) indicó que los estudios de salud mental realizados en el país, dan cuenta que los factores, como conflictos familiares y sentimentales, así como problemas en el estudio, el subempleo y la corrupción son los causantes de la aparición del estrés y la tensión en los adolescentes peruanos, concluye el estudio sobre la salud mental que los factores citados son los principales estresores en el 15 y 20% de los adolescentes peruanos, quienes presentan un alto grado de tensión y estrés, siendo mayor y permanente entre los jóvenes que viven en la capital, en comparación a los de provincia.

En la mayoría de casos los adolescentes tienen como “escape o salida equivocada” el pandillaje, las drogas y el alcohol, y en algunos casos hasta la migración al extranjero. Estos comportamientos representan una “solución equivocada” al problema, pero suelen ser “efectivas”, porque encuentran personas con quien dialogar. Los adolescentes que se refugian en este tipo de comportamientos, en su mayoría, provienen de hogares desintegrados, es decir, donde no existe la visión paterna puesto que la madre puede ser soltera o separada.

Este contexto de estrés académico en los adolescentes tiene repercusiones en los logros de competencias de los estudiantes de nuestras instituciones educativas públicas y privadas siendo manifestaciones psicosociales que a diario se vivencia, principalmente en el rendimiento y/o demostración de puesta en práctica de sus habilidades sociales, ya que reduce el normal ritmo de aprendizaje y pérdida de concentración en cada una sus acciones tanto práctico

como teórico en la consolidación de sus aprendizajes dificultando culminar exitosamente con los estándares requeridos.

Estos problemas que diariamente se presentan en las aulas de parte de los estudiantes, son preocupaciones permanentes que tienen el director, los docentes y psicólogos o administrador, y en alguna medida los padres de familia de una institución educativa, es el alcance de las metas propuestas al inicio de cada año escolar, por lo que constantemente se buscan estrategias que sean viables para lograr los objetivos formulados. Quienes dirigen una institución tratan de lograr que los procesos educativos tengan resultados significativos, que permitan tener estudiantes capaces de desenvolverse en cualquier ámbito que le corresponda actuar, sin embargo, en este caso, es necesaria la actualización y capacitación del cuerpo docente para hacer frente a estas adversidades que presentan las y los estudiantes producto de los factores que generan estos problemas estresores, que se presentan en la casa donde habitan los niños o adolescentes.

Este problema en exposición fue de mucha preocupación principalmente en las y los niños adolescentes pero también en los padres de familia debido a que se requiere empoderar cualitativamente a los estudiantes y padres en la organización adecuada dentro y fuera de las instituciones educativas con respecto a lograr reducir el nivel del estrés, y que ello, pueda ser una acción que se manifieste en el rendimiento de sus logros adecuados de competencias, en los ámbitos donde se desenvuelva, valorándose como persona que necesita de superación para hacer frente a las adversidades propias de los adolescentes en búsqueda de integrarse en la sociedad en iguales condiciones, y al mismo tiempo sean respetados en beneficio de una sociedad democrática y justa. Los estudiantes Adolescentes de secundaria de educación básica regular, requieren reconocer que la disciplina, en cuanto a la realización de sus deberes, es fundamental para alcanzar una vida con propósito. Finalmente, por todo lo anteriormente expresado, me formulo la siguiente interrogante: ¿existe

relación entre estrés y autoeficacia académica en estudiantes de secundaria de la Institución Educativa Pública N° 1263 Puruchuco- Ate Vitarte, 2022?

2.2. Pregunta de investigación general

¿Cuál es la relación entre el estrés y autoeficacia académica en estudiantes de secundaria de la Institución Educativa Pública N° 1263 Puruchuco- Ate Vitarte, 2022?

2.3. Preguntas de investigación específica

¿Existe relación entre estrés en dimensión estresores y autoeficacia académica en los estudiantes de secundaria de la Institución Educativa Pública N° 1263 Puruchuco- Ate Vitarte, 2022?

¿Existe relación entre la dimensión síntomas y autoeficacia académica en los estudiantes de secundaria de la Institución Educativa Pública N° 1263 Puruchuco- Ate Vitarte, 2022?

¿Existe relación entre la dimensión estrategias de afrontamiento y autoeficacia en los estudiantes de secundaria de la Institución Educativa Pública N° 1263 Puruchuco- Ate Vitarte, 2022?

2.4 Justificación e Importancia

2.4.1. Justificación

Por la importancia de la investigación desarrollada fue necesario presentar las siguientes justificaciones:

A nivel teórico, el estudio se justifica porque se revisaron los enfoques teóricos de las variables de estudio estrés y autoeficacia que han servido para fundamentar y demostrar el

problema de la presente investigación en estudio, así mismo, nos ayudó a explicar los factores que determinan la presentación de estrés y que afectan la autoeficacia por lo tanto, este aporte contribuirá para fines de funcionamiento y comportamiento que los estudiantes de la institución educativa en mención, ampliando la información respecto al estrés académico y la autoeficacia de los estudiantes para el mejoramiento de los aprendizajes y encontrar las causas.

Así mismo, a nivel práctico los resultados de esta investigación han servido para recomendar la aplicación de programas de intervención en competencias de estrés académico y que facilitarán la autoeficacia que proporcionen a los estudiantes a conseguir mayores rendimientos académicos, los mismos que ayudarán a los estudiantes con las recomendaciones que se van a proponer a diseñar programas de relajación y talleres destinados a ayudar a los estudiantes a controlar sus niveles de estrés.

A nivel metodológico: la presente investigación fue relevante por la aplicación de técnicas y la validación de los instrumentos de medición de las variables estrés y autoeficacia académica, por criterio de dos expertos psicólogos Dr. Yreneo Eugenio Cruz Telada y la Dra. Rosa Esther Chirinos Susano y además durante el proceso estadístico se ha conseguido obtener la confiabilidad de los dos instrumentos con el alfa de Cronbach que serán de utilidad en las investigaciones futuras.

A nivel social: se justifica porque los resultados obtenidos son importantes para que los educadores y padres de familia tengan mayores conocimientos sobre la temática y de esa manera aplicar los conocimientos para ayudar a superar los problemas de aprendizaje en los estudiantes que estén pasando

por estrés. y de esa manera aplicar los conocimientos para comprender ayudar a superar los problemas de estrés en la institución educativa, siendo de beneficio para los estudiantes, docentes, padres de familia y sociedad en general.

2.5. Objetivos general

Demostrar la relación entre el estrés y autoeficacia académica en estudiantes de secundaria de la Institución Educativa Pública N° 1263 Puruchuco- Ate Vitarte, 2022.

2.6. Objetivos específicos

Determinar la relación entre estrés en la dimensión de estresores y autoeficacia académica en los estudiantes de secundaria de la Institución Educativa Pública N° 1263, Puruchuco- Ate Vitarte, 2022.

Determinar la relación entre la dimensión de síntomas y autoeficacia académica en los estudiantes de secundaria de la Institución Educativa Pública N° 1263 Puruchuco- Ate Vitarte, 2022.

Determinar la relación entre la dimensión de estrategias de afrontamiento y autoeficacia en los estudiantes de secundaria de la institución Educativa Pública N° 1263, Puruchuco- Ate Vitarte, 2022.

2.7. Alcance y limitaciones

2.5.1 Alcances

- **Delimitación social:** la población de estudio abarca a todos los estudiantes de secundaria
- **Delimitación espacial o geográfica:** el estudio fue llevado a

cabo en la Institución Educativa Pública N° 1263, Puruchuco- Ate Vitarte.

- **Delimitación temporal:** la investigación se desarrolló en el transcurso del 2022.

2.7.2. Limitaciones

La limitación abarca todas aquellas restricciones a que se enfrenta el investigador durante el proceso de investigación, en especial en la actual situación sanitaria que aún se vive a causa de las medidas de seguridad y el acceso a los estudiantes de secundaria, ya que la aplicación de los instrumentos fue realizada de manera virtual.

La poca accesibilidad y comunicación con los estudiantes, ya que algunos no cuentan con internet ilimitada

III. MARCO TEÓRICO

Para hacer posible el estudio, se ha revisado el estado de cuestión sobre estudios anteriores que de alguna manera guardan relación con el presente, así tenemos a:

3.1. Antecedentes

3.1.1 Internacionales

Valenzuela, N. G. (2021). realizó la presente investigación titulado “Estado del arte sobre la relación del estrés académico y el rendimiento en estudiantes universitarios, con la mediación de dos variables” donde se atribuye sentido a la revisión de los antecedentes para identificar las tendencias en la generación del conocimiento desde una postura epistémica y metodológica que permita direccionar la investigación en proceso. En este caso, se llevó a cabo una revisión de fuentes primarias (artículos y tesis doctorales) desde una postura positivista de indagación y medición de la producción científica. De los 46 estudios revisados, 37 son internacionales y nueve nacionales, publicados de 1999 a 2019, que versan sobre estrés en contextos académicos, rendimiento, metas académicas y estrategias de aprendizaje. En función del tipo y diseño, se revisaron estudios teórico-conceptuales, correlacionales-causales con diseño pre y cuasi experimental, descriptivos-correlacionales-causales con diseño no experimental y transversal; y otros que confirman la estructura y fiabilidad de instrumentos de medición. Esta revisión implicó una lectura crítica como ejercicio hermenéutico para aproximarnos a la comprensión de los textos en el contexto de investigación, la mayoría en España y algunos en Latinoamérica, lo cual permitió identificar cinco vestigios que orientan la postura teórico-metodológica de la tesis doctoral en proceso. El objeto de estudio fue la relación vinculante entre el estrés y el rendimiento

académico en la universidad, mediado por dos variables, las metas académicas y las estrategias de aprendizaje con la intención de poner a prueba esta relación en un contexto situado en México.

Ramón, S. Z. (2020). La presente investigación tuvo como objetivo determinar la relación entre la autoeficacia académica y el estrés académico de una unidad educativa pública de Guayaquil 2020. La metodología que se utilizó fue de tipo cuantitativo, diseño no experimental con temporización transversal y alcance correlacional; a una muestra de 258 estudiantes con edades desde 14 a 20 años, se aplicó el muestreo probabilístico estratificado empleando criterios de exclusión quedando 245 educandos. La técnica de recolección de los datos fue la evaluación psicométrica; se empleó la escala de autoeficacia académica con dimensiones: comunicación, atención y excelencia; como también el Inventario SISCO de estrés académico con dimensiones: estresores, síntomas y estrategias de afrontamiento, elaboradas en escala de Likert. Los resultados de la investigación que existe una relación directa estadísticamente significativa entre autoeficacia académica y el estrés académico con un tamaño del efecto pequeño (Rho de .182; $p < .01$; $1-\beta=.81$). A nivel descriptivo, se identificó que existe predominio en los estudiantes de una unidad educativa pública de Guayaquil en la autoeficacia académica con 51% para el nivel medio y 47% para el nivel alto, mientras que para el estrés académico se evidenció un nivel medio de 44% para el nivel medio y 41% para el nivel bajo. A nivel comparativo se apreció que mientras que la autoeficacia académica va de nivel alto a medio, el estrés académico va de medio a bajo, evidenciando empíricamente la disminución de la autoeficacia cuando aumenta el estrés.

Espíndola, E. A. (2019). Realizó un estudio cuyo objetivo fue analizar la relación existente entre la Autoeficacia Académica y las estrategias cognitivas de regulación emocional en estudiantes universitarios que cursan primero y segundo año de carreras humanísticas. Este estudio puede clasificarse como descriptivo-correlacional, transversal y de campo. La metodología utilizada consistió en la selección de una muestra intencional no probabilística conformada por 165 estudiantes universitarios de la ciudad de Paraná, pertenecientes al departamento de humanidades, con edades comprendidas entre 18 y 28 años. El 89.7% (n= 148) era de sexo femenino, y 10.3% (n= 17) de sexo masculino. Asimismo, el 49.1% de los estudiantes pertenecieron a la carrera de Psicología (n= 81), y el 50.9% (n= 84) de la carrera de Psicopedagogía. Las técnicas implementadas fueron: por un lado, para la evaluación de la Autoeficacia Académica (AA), la escala de autoeficacia percibida específica de situaciones académicas (EAA). La versión utilizada fue una adaptación realizada en Perú por Domínguez, Villegas, Yauri, Mattos y Ramírez en el año 2012, la cual evalúa situaciones académicas y está dirigida a adolescentes y universitarios. Mientras que, por otro lado, para evaluar las estrategias cognitivas de regulación emocional (ECREs), el cognitive emotion regulation questionnaire (CERQ). La versión utilizada fue una adaptación argentina de Medrano en el año 2013, la cual evalúa las ECREs que usan las personas luego de una experiencia displacentera o estresante. En primer lugar, se llevó a cabo un análisis descriptivo de la muestra, a fin de caracterizarla. Para establecer el nivel de asociación entre las variables, se efectuó un análisis de correlación de Pearson. Los resultados indicaron que: el 54.55% (n= 90) de la población obtuvo AA media, el 23.6% (n= 39) se halló dentro de la categoría AA baja, y el 21.8% (n= 36) alcanzó AA alta. En cuanto a las ECREs, las más utilizadas por la mayoría de los encuestados fueron estrategias de tipo funcionales, siendo estas:

refocalización en los planes, con una media de 16.63 (DT= 2.35) y reinterpretación positiva, con una media de 15.52 (DT= 3.55); y las menos utilizadas: culpar a otros, con una media de 8.35 (DT= 3.09) y catastrofización, con una media de 9.61 (DT= 3.55). La AA tuvo una correlación positiva significativa y leve con las ECREs funcionales: poner en perspectiva ($r = .189$; $p = .015$), reinterpretación positiva ($r = .286$; $p = .000$) y refocalización en los planes ($r = .2540$; $p = .001$); y una correlación negativa significativa y leve con la ECRE disfuncional: catastrofización ($- r = .238$; $p = .002$). En función de lo expuesto anteriormente, se pudo llegar a la conclusión que algunas ECREs funcionales se correlacionan significativamente de manera positiva con la autoeficacia académica alta, mientras que, se encontró una asociación significativa negativa entre las ECREs de tipo disfuncionales y la AA alta. Por último, se considera fundamental mencionar las principales limitaciones que presentó este trabajo; las cuales deben ser consideradas para futuros estudios: en primer lugar que el instrumento utilizado para medir la autoeficacia académica (EAA) es una adaptación para la población peruana, por lo tanto no se encuentra validado en Argentina; los resultados no se pueden generalizar porque la muestra fue intencional no probabilística; el hecho de ser una investigación descriptivo-correlacional, no permite establecer relaciones causales entre las variables estudiadas; y, al ser una investigación transversal, las conclusiones se limitan a un momento del itinerario académico. Así también, el hecho de ser escasos los estudios de ambas variables juntas dificultó que la comparación de resultados sea más enriquecedora.

Mayorga, A. L. (2018). Elaboró una investigación que tuvo como objetivo determinar la correlación entre la percepción de la autoeficacia y el estrés académico en estudiantes de las carreras de Psicología de la ciudad de Ambato. Se trabajó sobre una

muestra de 237 estudiantes universitarios/as de la PUCE-A y la UTI, de primeros a últimos semestres. El tipo de estudio empleado fue cuantitativo, con un alcance descriptivo, correlacional. Para llevar a cabo el estudio, se utilizó una ficha sociodemográfica, la escala de la autoeficacia general (EAG) y el Inventario del estrés académico (SISCO). Los resultados expusieron que existe un nivel bajo de estrés académico y una alta presencia de autoeficacia percibida. Además, se halló la existencia de una correlación baja negativa, entre la Percepción de la autoeficacia y dos de las dimensiones que evalúa el SISCO (reacciones psicológicas $r = -0,29$; $p < 0,01$ y reacciones comportamentales $r = 0,33$; $p < 0,01$). Es así que, a mayor percepción de la autoeficacia hay menores reacciones psicológicas y comportamentales dentro del criterio del estrés académico.

Macías, A. & Hernández, L. (2017) realizaron una investigación cuyo objetivo fueron : a) Establecer el perfil descriptivo de la variable autoeficacia académica en los alumnos de posgrado de la Universidad Pedagógica de Durango, b) Identificar el nivel de estrés que presentan los alumnos de posgrado de la Universidad Pedagógica de Durango, c) determinar la relación que existe entre la autoeficacia académica percibida y el estrés académico en los alumnos de posgrado de la universidad, y d) Determinar la relación que existe entre la autoeficacia académica percibida y las variables género, contar con beca comisión para realizar los estudios, el semestre cursado, y plan de estudios, y edad. Para el logro de estos objetivos se desarrolló un estudio correlacional, transversal y no experimental a través de la aplicación de un cuestionario (alfa de Cronbach .91) a 68 alumnos de posgrado de la Universidad Pedagógica de Durango. Sus principales resultados son que los sujetos estudiados presentan un nivel de autoeficacia percibida alto (73%) y que solamente la dimensión “retroalimentación” del inventario de expectativas de autoeficacia

académica presenta una correlación negativa con el estrés académico, lo que significa que a medida que disminuye la seguridad o confianza para participar en las actividades de interacción y retroalimentación para el aprendizaje, aumenta el estrés en los estudiantes.

3.1.2 Nacionales

Barahona, F. & Cossío, S. d. P. (2021). Realizaron el presente estudio de investigación que tuvo como objetivo: determinar la relación entre el estrés y el rendimiento académico de los alumnos de la Institución Educativa Particular Francisco De Paula Gonzáles Vigil – Ica 2021. Materiales y métodos: la metodología es de enfoque cuantitativo, pertenece a un tipo básico, de nivel correlacional y diseño no experimental. La cantidad de trabajadores que se estableció para la investigación fue de 123 participantes. Las herramientas aplicadas para la exploración fueron: el inventario de SISCO a fin de describir el nivel de estrés académico de los alumnos de la Institución Educativa Particular Francisco De Paula Gonzáles Vigil. Resultados: Se describe que el 69.1% (85) de los estudiantes pertenecen al sexo femenino, y el resto son de sexo masculino; el grado que predominó fue 3ero con un 30,9% (38), seguido de un 30,1% (37) fue 2do grado, el 29.3% (36) fue 1er grado y el 9,8% (12) fue el 4to grado. Sobre la variable estrés, se aprecia que el 49,6% (61) tienen un nivel moderado y el 43,1% (62) un nivel leve, sobre el rendimiento tenemos que el 50,4% (62) están en logro esperado y el 41,5% (51) en proceso. Conclusión: se concluye que existe una relación estadísticamente significativa, positiva alta entre las variables de estrés y el rendimiento académico ($r = ,810$; $p = ,000$). Palabras claves: estrés, rendimiento académico, estresores, afrontamiento.

Ramón, S. (2020). La presente investigación tuvo como objetivo determinar la relación entre la autoeficacia académica y el estrés académico de una unidad educativa pública de

Guayaquil 2020. La metodología que se utilizó fue de tipo cuantitativo, diseño no experimental con temporización transversal y alcance correlacional; a una muestra de 258 estudiantes con edades desde 14 a 20 años, se aplicó el muestreo probabilístico estratificado empleando criterios de exclusión quedando 245 educandos. La técnica de recolección de los datos fue la evaluación psicométrica; se empleó la escala de autoeficacia académica con dimensiones: comunicación, atención y excelencia; como también el Inventario SISCO de estrés académico con dimensiones: estresores, síntomas y estrategias de afrontamiento, elaboradas en escala de Likert. Los resultados de la investigación que existe una relación directa estadísticamente significativa entre autoeficacia académica y el estrés académico con un tamaño del efecto pequeño (Rho de .182; $p < .01$; $1-\beta=.81$). A nivel descriptivo, se identificó que existe predominio en los estudiantes de una unidad educativa pública de Guayaquil en la autoeficacia académica con 51% para el nivel medio y 47% para el nivel alto, mientras que para el estrés académico se evidenció un nivel medio de 44% para el nivel medio y 41% para el nivel bajo. A nivel comparativo se apreció que mientras que la autoeficacia académica va de nivel alto a medio el estrés académico va de medio a bajo, evidenciando empíricamente la disminución de la autoeficacia cuando aumenta el estrés.

Cruz, M. (2020). El presente estudio tuvo como objetivo determinar la relación entre el estrés académico y la autoeficacia académica, en una muestra de estudiantes de tercero, cuarto y quinto año de secundaria de una institución educativa de Lima Metropolitana. La muestra estuvo conformada por 205 estudiantes, de ellos 93 (45,4%) son mujeres y 112 (54,6%) son varones; cuyas edades fluctúan entre los 14 a 17 años. Los instrumentos aplicados para la presente investigación fueron el

Inventario SISCO del estrés académico y el inventario acaes de la autoeficacia académica. Los resultados indican que existe relación entre el estrés académico y autoeficacia académica. Asimismo, en las hipótesis específicas existe relación significativa entre la dimensión estímulos estresores y las dimensiones generalización, nivel de dificultad y fortaleza de autoeficacia académica; también, se encontró que existe relación negativa baja pero significativa entre la dimensión síntomas al estímulo estresor y las dimensiones generalización, nivel de dificultad y fortaleza de autoeficacia académica; y por último, existe relación entre la dimensión estrategias de afrontamiento y las dimensiones generalización, nivel de dificultades y fortaleza de autoeficacia académica.

Vargas R. (2018) en su trabajo de investigación Relación entre estrés académico y rendimiento académico de los alumnos de 5° grado-secundaria de la Institución educativa Santísima Niña María de Tacna, su objetivo fue determinar la relación entre el nivel de estrés académico y el rendimiento. La metodología estuvo basada de manera básica y correlacional; con diseño no experimental transversal. En esta investigación participaron 88 estudiantes, se aplicó una encuesta y como instrumento se tuvo el Inventario de SISCO, dentro de la evaluación del rendimiento académico tuvo un procedimiento retrospectivo a través de la técnica de análisis documental, además se tuvo acceso a las actas académicas. Resultados: se demostró que existe una relación relevante entre las dos variables antes mencionadas, con un alto índice de negatividad moderado ($Rho = - 0.509$).

Alejos, R. E. (2017). La presente investigación tiene un diseño no experimental – transeccional o transversal apoyándose en un enfoque cuantitativo a nivel descriptivo. Su objetivo general fue determinar el nivel de estrés académico predominante en los

estudiantes de secundaria en una institución educativa privada de San Juan de Lurigancho. El instrumento utilizado fue el Inventario SISCO de estrés académico de Barraza adaptado a la población peruana (Puecas 2010). La información fue procesada mediante el programa SPSS 22. La muestra estuvo integrada por 68 hombres (49%) y 72 mujeres (51%), tenían entre 12 y 17 años de edad, de primer a quinto año de educación secundaria. En los resultados se obtuvo que el 81.4% de los estudiantes tuvieron un nivel moderado de estrés académico, donde los principales estresores son la sobrecarga de tareas y evaluaciones de los profesores, los síntomas más resaltantes son la somnolencia, los problemas de concentración y el desgano para hacer las labores escolares. Además, las estrategias más utilizadas de afrontamiento son la concentración en resolver la situación, y obtener lo positivo de ella. Con base en los resultados se elaboró el programa de intervención.

3.2. Bases teóricas

3.2.1 Estrés académico

Para el estudio que se ha realizado se ha considerado necesario incluir las siguientes definiciones y teorías que detallamos a continuación.

El estrés es una respuesta del organismo para afrontar situaciones en la vida, ya que trae respuestas negativas para la salud. Los seres humanos somos seres racionales que controlamos nuestras tensiones para poder tener una respuesta positiva ante cualquier amenaza del entorno y según comenta Peiró, (1992) El estrés es un fenómeno adaptativo de los seres humanos que contribuye, en buena medida, a su supervivencia, a un adecuado rendimiento en sus actividades y a un desempeño eficaz en muchas esferas de la vida. En todos los ámbitos de la

vida, se generan tensiones y cuando alguien pretende eliminarlas por completo, es muy probable que lo único que consiga es estresarse aún más, por lo que como seres humanos racionales lo inteligente y positivo es saber controlar las tensiones para canalizarlas luego de manera positiva.

El concepto de estrés se remonta a la década de 1930, cuando un joven austriaco de 20 años de edad, estudiante de segundo año de la carrera de medicina en la Universidad de Praga, Hans Selye (1907–1982), hijo del cirujano austriaco Hugo Selye, observó que todos los enfermos a quienes estudiaba, indistintamente de la enfermedad propia, presentaban síntomas comunes y generales: cansancio, pérdida del apetito, baja de peso, astenia, etc. Esto llamó mucho la atención a Selye, quien le denominó el "síndrome de estar enfermo".

Sin embargo, al continuar con sus investigaciones, integró a sus ideas, que no solamente los agentes físicos nocivos actuando directamente sobre el organismo animal son productores de estrés, sino que, además, en el caso del hombre, las demandas de carácter social y las amenazas del entorno del individuo que requieren de capacidad de adaptación, provocan el trastorno del estrés.

Teorías del estrés.

La teoría fue realizada en base a los estudios de la teoría general de sistemas de Bertalanfy, (1991) y en el modelo transnacionalista del estrés de Lazarus, (1979), y Lazarus y Folkman, (1986) la teoría propuesta por Barraza en México es la primera en Latinoamérica en ser elaborada para el estrés académico.

Barraza, (2006) mencionó que la teoría sistémica cognoscitivista del constructo estrés tiene como base la teoría de los sistemas y el modelo de transacción y estos se postularon para

explicar el estrés académico. Esta teoría abarca dos postulados. Postulado sistémico: sostuvo que el individuo se vincula con su medio en un constante círculo bidireccional de entrada y salida a fin de lograr el equilibrio deseado. Postulado cognoscitivo: sostuvo que la interacción entre el individuo y su entorno se ve mediado por medio de cómo se aprecia lo que el contexto solicita y los medios que se deben emplear para hacer frente a lo demandado. El postulado sistémico se simboliza en esta dirección, comenzando por el ámbito en el que se encuentra inmerso el individuo y el conjunto de situaciones e imposiciones que ante esta se suscitan.

El modelo sistémico se representa de la siguiente manera, comienza por el entorno que se le presenta al individuo y el conjunto de demandas y exigencias, ante estas se da un proceso de valoración, en el cual la persona si estima que estas afectan sus recursos se pasan a llamar estresores; estos estresores se dan en el mismo individuo y provocan un desequilibrio no adecuado, este desequilibrio da como resultado un segundo proceso de valoración en el que interviene la capacidad de afronte ante diversas situaciones estrés, manejando esta de la mejor manera posible, para que luego el individuo sea capaz de responder frente a las estrategias de afrontamiento a las demandas que se puedan presentar en el ambiente, esta puede darse tanto de manera adecuada apropiada logrando recuperar un equilibrio adecuado, así como también de manera inadecuada en donde el sistema tendrá que realizar un tercer proceso de valoración logrando que se llegue a un ajuste adecuado de las estrategias.

Son muchos los autores que han definido el estrés, a continuación, se describen algunos conceptos relevantes. Entre los principales estudiosos que han delimitado el constructo estrés, mencionaremos algunos de los más importantes. Mendiola,

(2010) refiere que el término original proviene del francés antiguo 'destresse' que es ser colgado bajo estrechez u dominación, Pereyra, (2010) manifiesta que el término estrés, de origen anglosajón, significa nerviosismo y opresión, Selye, (1935) lo definió como la respuesta adaptativa del organismo ante los diversos estresores. Denominándolo síndrome general de adaptación, concluyendo que no es el estrés lo que nos mata, es nuestra reacción al mismo, Halgin y Whitbourne, (2009) refirió que el estrés viene a ser una resistencia emotiva irritante que posee un sujeto al advertir un suceso intimidante para él.

Halgin y Whitbourne, (2009) manifiestan que el estrés es una reacción emocional desagradable que tiene un individuo al percibir un evento amenazante.

Martin, (2007) sostuvo que el estrés es considerado en la actualidad, un término muy importante para la sociedad y durante años ha requerido de distintas modificaciones conceptuales. En el siglo XIX se definía al estrés según los estímulos o situaciones estresantes, mientras que en el siglo xx se definió al estrés más de forma fisiológica y conductual.

Nieto y Jesús, (2006) lo definieron como una destreza de carácter emotivo, con una angustia frecuente, generalmente con un contenido deseoso, el cual es incitado por un agente externo y ocasionado por un impulso desmesurado que se da desde el exterior y además es muy exigente.

Fases del estrés

Nuestro organismo ante una amenaza de peligro inminente y real responde de forma particular activando determinados mecanismos de defensa, lo que contribuye a evitar esta situación de peligro y hacerle frente. Esta respuesta se divide en tres fases:

alarma, acción y relajación.

Alarma: en esta fase el cuerpo se va preparando para afrontar a las amenazas, lo que genera un incremento de los niveles de energía del organismo. La respiración se altera, el ritmo cardíaco se acelera, hay sudoración excesiva y en algunos casos parálisis. Los niveles de adrenalina aumentan ante este peligro para permitir una respuesta oportuna y rápida.

Acción: en esta fase el cuerpo realiza diversos procesos para actuar, combatir y eliminar la amenaza. Para ello hace uso de la energía obtenida de la fase de alarma. Este estado de adaptación es muy importante ya que va a permitir que la persona no decaiga y entre en un estado de agotamiento en donde pierde su capacidad de respuesta.

Relajamiento: en esta fase los niveles de energía decrecen y retorna la homeostasis al organismo. La persona tiene un estado de equilibrio físico y emocional luego de haber experimentado el susto ante la amenaza.

Estrés académico.

Barraza, (2006) define al estrés académico como un proceso sistémico, que se da de forma adaptativa y psicológica cuando el alumno se encuentra sometido a diversas tareas y responsabilidades que son considerados estresores.

Los conceptos más habituales, como lo menciona; Barraza, (2006) lo conceptualizó como la fase estructurada que se presenta de manera psíquica y adaptable dándose en el momento que el alumno está comprometido a variadas labores, roles y obligaciones que tienden a ser estresantes.

Peiro, (2005) refirió que el estrés educativo es la manera como el estudiante se amolda al medio en concordancia con sus destrezas, tal proceso de adaptación produce conmoción en su

desenvolvimiento estudiantil.

García y Muñoz, (2004), sostiene que el estrés educativo está sujeto a desarrollo de índole cognitivo y emotivo que ocasiona en el alumno un impacto por medio de los agentes de estrés académicos que le suscitan.

Orlandini, (1999) citado en Barraza, (2006) refirió que las personas desde que inician su preescolar hasta los estudios superiores de posgrado, atraviesan por una etapa de aprendizaje lo que origina una elevada tensión, a esta reacción ante esta experiencia académica se le conceptualiza como estrés académico, el cual puede darse de modo individual como a nivel de aula.

Muñoz, (2003) refiere que el estrés académico se basa en las demandas, conflictos, actividades y sucesos de la vida académica que provocan estrés en los alumnos y que afectan negativamente la salud, el bienestar y el propio rendimiento académico de estos. Asimismo, el autor también nos habla de cuatro diferentes aspectos para explicar el estrés: Los estresores académicos, el estrés académico experimentado por el estudiante, efectos y consecuencias del estrés académico, Variables moderadoras.

Causas del estrés académico.

Román, Ortiz y Hernández, (2008) identificaron un gran número de causas como son la sobrecarga académica, la realización de exámenes, el exceso de información, intervenciones orales, muy poco tiempo para realizar las tareas y dificultad para entender lo que se explica en clases, notas finales entre otros.

Arribas, (2013) refirió que los motivos por el cual los alumnos

padecen estrés educativo vienen a ser la acumulación de obligaciones que deben cumplir, ya que las labores encomendadas conllevan a tiempos excesivos, la percepción de los estudiantes sobre sus docentes y la manera cómo ellos los motivan para sobrellevar la asignatura y la metodología de enseñanza que emplean.

García y Muñoz, (2004) reconocieron los motivos por el cual se presenta el estrés educativo y esos se darían por variadas circunstancias o impulsos suscitados en el contexto educativo y que ocasionan un acontecimiento o una demanda, desmesurado peso estudiantil según como se la capacidad de afrontamiento del estudiante.

Fernández, Maligno y Molina, (2002), sostuvo que una de las razones del estrés educativo viene a ser la escasa interacción que hay y la poca comunicación entre los integrantes del medio educativo ya que de eso depende como es que se agrupan para realizar labores en conjunto.

Finalmente, Nakeeb, Alcazar, Fernández, Maligno y Molina, (2002) refieren que una de las causas del estrés académico es la poca relación que existe y la falta de comunicación entre los miembros de una facultad ya que de ahí depende la organización para realizar los trabajos y estudios.

Por lo tanto, las principales causas de estrés académico se generan en el ámbito educativo diariamente, tenemos a la acumulación de labores escolares, el rendir constantes pruebas, recibir información desmesurada, pasar por exámenes orales, escaso tiempo para cumplir con sus asignaciones e inconvenientes para comprender lo enseñado por el docente y las notas que se obtienen al final del curso.

Consecuencias del estrés académico.

Caldero, Pulido y Martínez, (2007) refirieron que el estrés educativo se da por las constantes imposiciones con alto grado de esfuerzo que se da en el contexto educativo, esto perjudica a los alumnos debido a los efectos que ocasionan. Mendiola, (2010) sostuvo que existen consecuencias psicológicas y fisiológicas: Psíquicas: angustia, melancolía, pesadumbre, irritación, problemas de memoria, desinterés por actividades motivantes en el pasado.

Físicas: aumento de la presión, dificultades a nivel respiratorio y trastornos del sueño.

Naranjo, (2009) mencionó que los efectos del estrés educativo en un tiempo prolongado serian: molestia, falta de habilidades sociales, tristeza, disminución de la autoestima entre otras. Estas consecuencias generan que el entorno académico no sea sencillo; sin embargo, si un alumno tiene la capacidad de hacer frente a los sucesos agobiantes, logrará estar estable en todo aspecto psicológico o físico.

Factores asociados

Monzón, (2007) sostiene que el nivel de estrés académico va en aumento dependiendo del ciclo en el que se encuentre el estudiante, es decir, a mayor avance, mayor nivel de estrés.

Estrés y género

García y Muñoz, (2004) sostienen que la variable sexo no es tan significativa en el estrés académico, sin embargo, algunos estudios nos refieren que hay mayor prevalencia de estrés académico en las mujeres que en los hombres estos se debe a la mayor cantidad de malestar psicológico y ansiedad que pueden percibir las mujeres.

Por su parte, Lastenia (2006) afirma que los estudios sobre género y estrés son básicamente contradictorios y poco

concluyentes.

Estrés y variables educativas

Caldero, et al., (2007) afirmaron que los alumnos con bajo nivel de estrés obtienen un nivel de rendimiento académico medio.

Núñez, (2008) afirma que para que haya un buen rendimiento académico tiene que haber un bajo nivel de estrés, asimismo, refiere que la edad no influye en el nivel de estrés académico.

Finalmente; Hernández, (2005) relaciona el estrés académico con el tiempo dedicado a los estudios y el alto nivel de exigencia.

Respuesta fisiológica del estrés

La respuesta fisiológica es la reacción que se produce en el organismo ante los estímulos estresores. Ante una situación de estrés, el organismo tiene una serie de reacciones fisiológicas que suponen la activación del eje hipofisopararrenal y del sistema nervioso vegetativo. El eje hipofisopararrenal (HSP) está compuesto por el hipotálamo, que es una estructura nerviosa situada en la base del cerebro que actúa de enlace entre el sistema endocrino y el sistema nervioso, la hipófisis, una glándula situada asimismo en la base del cerebro, y las glándulas suprarrenales, que se encuentran sobre el polo superior de cada uno de los riñones y que están compuestas por la corteza y la médula. El sistema nervioso vegetativo (SNV) es el conjunto de estructuras nerviosas que se encarga de regular el funcionamiento de los órganos internos y controla algunas de sus funciones de manera involuntaria e inconsciente. Ambos sistemas producen la liberación de hormonas, sustancias elaboradas en las glándulas que, transportadas a través de la sangre, excitan, inhiben o regulan la actividad de los órganos.

Dimensiones del estrés académico

El estrés es un fenómeno adaptativo de los seres humanos que contribuye, a su supervivencia, a un adecuado rendimiento en sus actividades y a un desempeño eficaz en muchas esferas de la vida. Peiró, (1992).

1.- Estresores

Barraza, (2006) demandas a las que está sometido el individuo, y que pueden convertirse en estresores; los cuales pueden ser físicos, sociales y psicológicos. Se presentan como una amenaza a la integridad vital de la persona.

Compañeros de estudio

Zavaleta, (2012) es importante explicar que un grupo no es sólo un agrupamiento de personas, sino que tienen una tarea, algo por resolver entre ellos. Debido a esto, se puede decir que realizando las actividades en forma grupal los alumnos pueden llegar a lograr lo mencionado ya que tienen un doble ejercicio: además de realizar la tarea pautada, tienen la posibilidad de conocerse porque se establece una interacción profunda entre ellos centrada en la comunicación que es la herramienta más importante y gracias a ella se potenciará la cohesión.

Sobrecarga de trabajo

Barraza y Silerio, (2007) es un tipo de estresor breve o prolongado, reiterado, múltiple, micro estresor intelectual, real y sinergia negativa.

Evaluaciones del profesor.

Careaga, (2001) el ambiente escolar, no sólo se refiere al clima psicosocial del aula, sino que en la medida que impregna las tareas escolares, se produce una proyección en los contenidos del aprendizaje que recibe el alumno. La evaluación es el diagnóstico de lo aprendido, y por lo tanto, un motivo para

estudiar.

Participación en clase

Román, (1996) la participación de los alumnos es tan importante y decisiva en el ámbito de la clase. Pero tanto si la participación es un rasgo exclusivo o simplemente característico, de los métodos de enseñanza alternativos, lo que sí es evidente es que se le considera un criterio de bondad pedagógica del método en cuestión, atribuyéndosele en ese caso numerosas y profundas consecuencias en los procesos de aprendizaje (y por ende en los resultados), por ejemplo, permite a los alumnos conocer el verdadero sentido de las tareas o actividades en las que se encuentran inmersos, viven dicho proceso como algo realmente suyo lo que supone una potente fuente de motivación, crea en los alumnos actitudes positivas y de cooperación, y a largo plazo contribuye a formar ciudadanos responsables.

2.- Síntomas: reacciones físicas

Barraza, (2005) se refieren a las reacciones propias del cuerpo, tales como: dolor de cabeza, cansancio difuso o fatiga crónica, bruxismo (rechinar los dientes durante el sueño), elevada presión arterial, disfunciones gástricas, impotencia, dolor de espalda, dificultad para dormir o sueño irregular, frecuentes catarrros y gripes, disminución del deseo sexual, excesiva sudoración, aumento o pérdida de peso, temblores o tic nerviosos.

Insomnio

AsisMed, (2017) es una alteración en el patrón del sueño que puede involucrar problemas para conciliar el sueño y sueño excesivo o comportamientos anormales relacionados con el mismo.

Pesadillas

Porto y Gardey, (2013), es un sueño que provoca angustia o temor

en la persona. Puede tratarse de algo ocasional o, si se repite en el tiempo y tiene una fuerte intensidad, de una parasomnia (un trastorno que afecta al individuo mientras se encuentra dormido y que incide durante el resto del día.

Cansancio permanente

El cansancio, que se define como «la incapacidad de mantener una fuerza inicial durante un esfuerzo continuo», es una situación fisiológica normal, siempre y cuando sea consecuencia de un esfuerzo intenso o prolongado. En este caso, tras un descanso reparador, todo vuelve a la normalidad.

Luengo López, (2004) sin embargo, cuando el cansancio aparece tras un leve esfuerzo o incluso antes de cualquier esfuerzo, sería más adecuado hablar de astenia. En este caso se trata de un cansancio duradero que se traduce en una sensación de debilidad y falta de vitalidad generalizada, tanto física como intelectual, que reduce la capacidad para trabajar e incluso para realizar las tareas más sencillas.

Reacciones psicológicas

Barraza, (2005) tienen que ver con las funciones cognoscitivas o emocionales de la persona, las cuales podrían ser: ansiedad, susceptibilidad, tristeza, sensación de no ser tenido en consideración, irritabilidad excesiva, indecisión, escasa confianza en uno mismo, inquietud, sensación de inutilidad, falta de entusiasmo, sensación de no tener el control sobre la situación, pesimismo hacia la vida, imagen negativa de uno mismo, sensación de melancolía durante la mayor parte del día, preocupación excesiva, dificultad de concentración, infelicidad, inseguridad y tono de humor depresivo.

Inquietud

Porto y Merino, (2012) es un estado de nerviosismo que se produce ante una determinada situación. La persona que está

inquieta no tiene paz interior ni puede relajarse, ya que hay algo que le genera preocupación, también puede analizarse como un síntoma de la ansiedad. Al estar inquieta, la persona no puede concentrarse en lo que está haciendo debido a que su atención y sus pensamientos están focalizados en otra cuestión. Esto hace que la inquietud pueda causar problemas cotidianos.

Decaimiento

Pacheco, (2010) esto genera un desgano inexplicable, una falta de interés en los quehaceres que tiempo atrás emocionaban al alumno.

Reacciones comportamentales

Barraza, (2005) están relacionadas con las conductas de las personas, algunas de ellas son: fumar excesivamente, olvidos frecuentes, aislamiento, conflictos frecuentes, escaso empeño en ejecutar las propias obligaciones, tendencia a polemizar, desgano, absentismo laboral, dificultad para aceptar responsabilidades, aumento o reducción del consumo de alimentos, dificultad para mantener las obligaciones contraídas, escaso interés en la propia persona, e indiferencia hacia los demás.

Trastornos alimentarios

(DSM-IV) los trastornos de la ingestión y de la conducta alimentaria se caracterizan por alteraciones persistentes de la alimentación y la ingestión alimentaria propiamente dichas.

Aislamiento social

Infocop, (2010) los adolescentes ignorados son aquellos alumnos aislados que no reciben atención de sus compañeros y que, por ello, presentan problemas de autoestima y soledad. Sin embargo, son los adolescentes rechazados los que muestran un peor ajuste

en todos los sentidos: suelen informar de problemas de autoestima, ansiedad y sintomatología depresiva, así como un bajo rendimiento académico y, en ocasiones, relaciones conflictivas con compañeros y profesores.

3.- Estrategias de afrontamiento

Lazarus y Folkman (1986) citado en Barraza, (2006) definen el afrontamiento como aquellos esfuerzos cognitivos y conductuales constantemente cambiantes que se desarrollan para manejar las demandas específicas externas y/o internas que son evaluadas como excedentes o desbordantes de los recursos del individuo”.

Habilidad asertiva

Díaz, (2016) el asertividad es solo una parte de las habilidades sociales, aquella que reúne las conductas y pensamientos que nos permiten defender los derechos de cada uno sin agredir ni ser agredido.

Alta autoestima

Valencia, (2007) refiere que, la autoestima se refiere a la necesidad de respeto y confianza en sí mismo. La necesidad de la autoestima es básica, todos tenemos el deseo de ser aceptados y valorados por los demás. Satisfacer esta necesidad de autoestima hace que las personas se vuelvan más seguras de sí mismas. El no poder tener reconocimiento por los propios logros, puede llevar a sentirse inferior o un fracasado.

3.3.2. Autoeficacia académica.

Blanco, en el 2010, define que la autoeficacia es el conjunto de juicios que cada individuo tiene acerca de sus capacidades, ya sean para organizar o realizar acciones en las diferentes situaciones de la vida diaria.

Por su parte, Rodríguez (2018) define la autoeficacia como la

valoración positiva que fortalece la motivación, seguridad y confianza plena en las habilidades que cada uno tiene y están sujetas a la capacidad del ser humano para poder desenvolverse en cualquier situación a la que se ve expuesta, sin importar la dificultad que esta represente. Esta conceptualización es indispensable para cada estudiante porque le permite alcanzar los logros propuestos, con base en su desempeño, esfuerzo y perseverancia, lo cual le ayudará a sentirse bien consigo mismo (Rodríguez, 2018)

Por otro lado, Alegre (2014) indica que la autoeficacia académica son las habilidades de una persona que hacen referencia a los medios personales que le permiten manejar diversas situaciones del ambiente académico.

Las instituciones educativas no escatiman esfuerzos para determinar los factores que pueden favorecer o limitar una carrera universitaria, donde es imprescindible alcanzar buenos resultados para culminar las materias correspondientes al programa de estudio. A su vez, para los recién ingresados es una etapa crítica, ya que las exigencias para la administración independiente de su tiempo, el desarrollo del pensamiento crítico y la ampliación de sus capacidades, son parte de los requisitos que la sociedad demanda de los futuros profesionales.

Teorías sobre la autoeficacia académica.

Teoría social cognitiva Bandura (1995)

Afirma que, para comprender el comportamiento humano, las creencias que cada uno tiene de sí mismo son aspectos esenciales, ya que las personas en parte son producto del entorno donde se han desenvuelto, aunque eso no las define completamente, porque son vistos también como entes proactivos, autorganizados, autorreflexivos y autorregulados (citado en Contreras, Vega, Chávez, & Delgado, 2012). La teoría

social cognitiva destaca que es el ser humano quien a través de sus capacidades puede transformar el entorno que lo rodea, fijado en las metas y objetivos que se haya propuesto. Estas capacidades son desarrolladas por las experiencias que han producido en el individuo autopercepciones o medios para resolver los problemas que pueden amenazar su equilibrio (Asbún & Ferreira, 1999). El comportamiento de las personas es gran parte por el resultado de lo que creen que son capaces de lograr (Contreras, Vega, Chávez, & Delgado, 2012). Por su parte Salanova, Cifre, Grau, Llorens, & Martinez (2005) mencionan que la teoría social cognitiva señala que las creencias de eficacia proporcionan a la persona un mecanismo automotivador con lo que ello comporta de movilización del esfuerzo, orientación hacia metas y persistencia en el tiempo, esta teoría plantea tres mecanismos sociocognitivos relevantes en la elección de una trayectoria: la autoeficacia, la expectativa de los resultados y los objetivos (Osorio & Pereira, 2011).

Teoría del aprendizaje social

Considera que el individuo tiene una conducta adquirida a través de la experiencia social; sus representantes son: Rotter y Bandura. Por consiguiente, Rotter (1973) indicó que la autoeficacia tiene un efecto incitador en los seres humanos para efectuar una conducta concreta; quienes anhelan obviar los efectos nefastos, y tolerar los beneficiosos; un efecto positivo de una acción, producirá más disposición de efectuar dicho comportamiento; la conducta se refuerza, con consecuencias positivas, conduciendo al individuo a volver a hacerla; la forma de proceder es afectada por elementos del contexto, y no solo por los psicológicos.

Dimensiones de la autoeficacia académica

Galleguillos (2019) determinó las dimensiones de la autoeficacia,

basándose en las expresadas por Bandura, y validó una escala de autoeficacia académica que presentaba las siguientes dimensiones: generalización, fortaleza y nivel de dificultad. Estas dimensiones se emplearán en este estudio.

Generalización: corresponden a la amplitud de actividades que el escolar considera realiza bien.

Nivel de dificultad: número de actividades que pueden realizar por encima del promedio de su salón de clase o del propio rendimiento del estudiante.

Fortaleza: corresponde al nivel de convicción que tiene el escolar respecto de sus capacidades para poder desempeñarse en un determinado tema.

3.3. Marco conceptual

Afrontamiento. Se refiere a los intentos por salvaguardarse, para reducir o asimilar una demanda existente (estresor) tanto como esfuerzo intra psíquico (cognición) como también por acción (observable), considerándose que el individuo suele disponer de un repertorio bastante amplio, en el que se puede encontrar estrategias más estables o constantes que otras. Soriano, (2002).

Alarma. Nieto y Jesús (2006). Define como esta etapa del estrés como aquella fase donde el cuerpo se va preparando para afrontar a las amenazas, lo que genera un incremento de los niveles de energía del organismo. La respiración se altera, el ritmo cardiaco se acelera, hay sudoración excesiva y en algunos casos parálisis. Los niveles de adrenalina aumentan ante este peligro para permitir una respuesta oportuna y rápida.

Acción. En esta fase el cuerpo realiza diversos procesos para actuar,

combatir y eliminar la amenaza. Para ello hace uso de la energía obtenida de la fase de alarma. Este estado de adaptación es muy importante ya que va a permitir que la persona no decaiga y entre en un estado de agotamiento en donde pierde su capacidad de respuesta. (Nieto y Jesús, 2006).

Estímulos estresores. Los estímulos estresores son las situaciones que amenazan con que se presente el estrés en una persona, estos estímulos pueden ser diferentes en cada persona, pues no todos valoran la misma situación como estresante. (Huamán M. 2019).

Estrés. Situación que demanda externa o internamente una mayor capacidad de resolución en las personas, provocando una alarma que actúa sobre los órganos del cuerpo produciendo algún tipo de malestar tanto físico como psicológico. (López, 2008).

Estrés académico. El estrés académico es aquella situación de desequilibrio en el organismo ya sea físico o psicológico que se produce en cualquier nivel educativo especialmente en ámbito universitario. (López, D. 2008).

Estresores. Son demandas a las que está sometido el individuo, y que pueden convertirse en estresores; los cuales pueden ser físicos, sociales y psicológicos. Se presentan como una amenaza a la integridad vital de la persona. Barraza, (2006)

Fatiga: Moore, (2009) es una discapacidad de la función física y mental manifiesta a través de un grupo de síntomas debilitantes, que usualmente incluyen somnolencia, reducción de la capacidad de rendimiento físico y mental, ánimo deprimido y pérdida de la

motivación.

Insomnio. Es una alteración en el patrón del sueño que puede involucrar problemas para conciliar el sueño y sueño excesivo o comportamientos anormales relacionados con el mismo. (Asis Med, 2017)

Relajamiento. En esta fase los niveles de energía decrecen y retorna la homeostasis al organismo. La persona tiene un estado de equilibrio físico y emocional luego de haber experimentado el susto ante la amenaza. Nieto y Jesús (2006).

IV. METODOLOGÍA

4.1 Tipo y nivel de la Investigación.

4.1.1 Tipo de investigación

La investigación que se ha realizado fue de tipo cuantitativo porque estuvo orientada a la búsqueda de nuevos conocimientos y persigue la resolución de problemas amplios y de validez

general, se realizó dentro del enfoque de la Investigación cuantitativa recogiendo la información de la población en estudio, constituida por todos los estudiantes de secundaria de la Institución Educativa Pública N° 1263 Puruchuco - Ate Vitarte. que agruparon los resultados para hacer un análisis cuantitativo de las variables de estudio estrés académico y autoeficacia académica a fin de describir e interpretar, los datos recogidos a nivel descriptivo/correlacional y luego agruparlos estadísticamente para que nos dieran la información numérica sobre la presencia del estrés y su relación entre las variables en estudio.

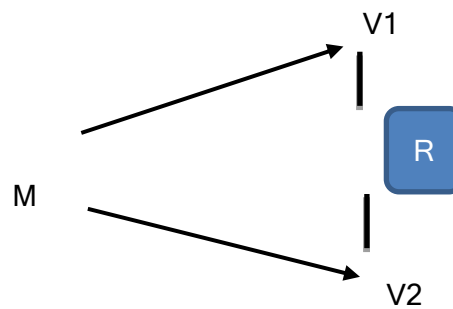
4.1.2 Nivel de investigación

El presente estudio corresponde al nivel de investigación descriptivo - correlacional porque nos permitió analizar y estudiar la relación que existe entre la variable independiente y dependiente para probar la influencia o ausencia que existe entre las mismas. Carrasco, (2017).

4.2 Diseño de investigación

En esta investigación se ha utilizado el diseño no experimental de corte transversal según Hernández et al. (2014) la investigación se ha realizado sin la manipulación deliberada de las variables y en los que solo se observaron los fenómenos en su ambiente natural y luego fueron analizados e interpretados.

Al esquematizar este tipo de investigación obtuvimos el siguiente diagrama.



En el esquema:

M= Muestra de Investigación

V1 = Estres académico

V2 = Autoeficiencia académica.

r = Posible relación entre las variables

Se asume en este diseño una probabilidad del 90% de relación entre las variables.

4.3 Población – muestra

4.3.1. Población

La población para el presente trabajo de investigación estuvo conformada por todos los estudiantes de secundaria de la Institución Educativa Pública N° 1263 Puruchuco- Ate Vitarte, estudiantes según la nómina de matrículas 2022, que fueron un total de 155 estudiantes, considerando que la población es un conjunto de todos los elementos que pertenecen al ámbito espacial donde se desarrolla el trabajo de investigación. (Carrasco, 2017).

4.3.2 Muestra

En el presente estudio la muestra estuvo constituida por todos los estudiantes de secundaria de la institución educativa pública N° 1263 Puruchuco- Ate Vitarte que son la cantidad de 155 estudiantes. Tamayo y Tamayo, (1997), afirma que la muestra es el grupo de individuos que se toma de la población para estudiar un fenómeno estadístico.

4.3.3 Muestreo

El muestreo en la presente investigación realizada fue censal, es decir se consideró la totalidad de la población de. (Cuesta, 2009)
El muestreo no probabilístico es una técnica de muestreo donde las muestras se recogen en un proceso que no brinda a todos los individuos de la población iguales oportunidades de ser seleccionados (muestra por conveniencia).

4.4 Hipótesis de la investigación

4.4.1. Hipótesis general.

Existe relación entre el estrés y autoeficacia académica en estudiantes de secundaria de la Institución Educativa Pública N° 1263 Puruchuco- Ate Vitarte, 2022.

4.4.2. Hipótesis específicas.

Existe relación entre estrés en dimensión estresores y autoeficacia académica en los estudiantes de secundaria de la Institución Educativa Pública N° 1263 Puruchuco- Ate Vitarte, 2022.

Existe relación entre la dimensión síntomas y autoeficacia académica en los estudiantes de secundaria de la institución

Educativa Pública N° 1263 Puruchuco- Ate Vitarte, 2022.

Existe relación entre la dimensión estrategias de afrontamiento y autoeficacia en los estudiantes de secundaria de la institución Educativa Pública N° 1263 Puruchuco- Ate Vitarte, 2022.

4.5 Identificación de las variables

Las variables de estudio de la presente investigación fueron:

Estrés académico. Es una amenaza real o supuesta a la integridad fisiológica o psicológica de un individuo que resulta en una respuesta fisiológica y/o conductual. Sus dimensiones son los: estresores, síntomas (físicos, psíquicos y comportamentales) y estrategias de afrontamiento. Mc Ewen, (2012).

Las dimensiones del estrés académico que se han considerado en la presente investigación fueron: los estresores, los síntomas, físicos, psicológicos y comportamentales, fueron necesario en el proceso de la investigación realizada para determinar el nivel del estrés académico en los estudiantes referidos.

Autoeficacia académica. Es la percepción que tiene el educando sobre su capacidad, habilidad y persistencia para ejecutar con éxito las actividades propuestas; determinando las dimensiones de la autoeficacia: generalización, nivel de dificultad y fortaleza. Galleguillos (2019)

Las dimensiones que se han considerado para el presente estudio de la referida variable fueron la generalidad, magnitud y la fuerza, que sirvieron para encontrar el nivel de la autoeficacia académica.

4.6.2 Operacionalización de la variable autoeficacia académica

VARIABLE	DEFINICIÓN CONCEPTUAL	DEFINICIÓN OPERACIONAL	DIMENSIONES	INDICADORES	ITEMS	RANGO
Autoeficacia académica	Son las creencias que tienen los escolares sobre sus capacidades para el objetivo de sus resultados académicos (Galleguillos & Olmedo, 2017).	La definición operacional estuvo definido a través de la aplicación de la escala de autoeficacia académica ACAES.	Generalidad	Desarrolla con éxito el sentimiento de autoeficacia ante cualquier tarea. Proporciona buenas ideas ante tareas difíciles y se propone un mayor esfuerzo para lograr metas.	1,2,3,4 5 y 6	Bajo [18-40]
			Magnitud	Planifica y organiza el tiempo ante cualquier tipo de tarea. Éxito en pruebas difíciles. Ejecuta con perseverancia técnicas de estudio ante retos difíciles.	7,8,9 10, 11 y 12	Medio [41-76]
			Fuerza	Comprende y desarrolla ideas o temas solo o en equipo. Prioriza el estudio antes de otras actividades ajenas al tema.	13, 14, 15, 16, 17 y 18	Alto [77-90]

4.7 Recolección de datos.

4.7.1. Técnica de recolección de datos

La técnica de recolección de datos se aplicó fueron los siguientes:

- La observación
- La encuesta
- Las técnicas psicométricas

La encuesta, que según Carrasco (2008) se define como “una técnica de investigación social para la indagación, exploración y recolección de datos, mediante preguntas formuladas directa o indirectamente a los sujetos que constituyen la unidad de análisis” (p.314).

La observación según Hernández, Fernández y Baptista (2014) “es el registro sistemático, válido y confiable de comportamientos y situaciones observables, a través de un conjunto de categorías y subcategorías” (p.127).

Finalmente, se hace uso de la técnica psicométrica, a través de la aplicación de cuestionarios psicológicos que evalúan a las dos variables de estudio.

4.7.2. Instrumentos

Se ha aplicado el instrumento inventario de SISCO de rendimiento académico de Arturo Barraza Macías, a continuación, presentamos la descripción completa del instrumento:

Instrumento 1

Inventario de Sisco para medir el estrés académico.

Nombre : Inventario de SISCO del estrés académico

Autor : Arturo Barraza Macías.

Administración: Individual y colectiva

Duración : Sin tiempo límite, entre 10 a 15 minutos aproximadamente.

Objetivo : Se trata de una escala independiente que evalúa las reacciones físicas, psicológicas y comportamentales

Tipo de respuesta: Los ítems son respondidos a través de escalamiento tipo Likert de 5 valores en las categorías (nunca, rara vez, algunas veces, casi siempre y siempre)

Descripción: Mide tres grandes dimensiones: estresores, síntomas: (físicas, psicológicas y comportamentales) y estrategias de afrontamiento.

Estructura: Consta de 29 ítems distribuidos de la siguiente manera:

Ocho ítems, que permitirán identificar la frecuencia en que las demandas del entorno son consideradas como estímulos estresores.

- Quince ítems, que permitirán identificar la frecuencia de los síntomas presentados en los escolares.

- Seis ítems, permite identificar cual es la frecuencia del uso de las estrategias de afrontamiento por parte de los escolares.

Validez. Barraza (2007), basándose en la estructura interna y teniendo en cuenta tres procedimientos: análisis factorial, análisis de la consistencia interna y el análisis de grupos contrastados. Los resultados obtenidos confirmaron la constitución tridimensional del inventario con relación al modelo conceptual elaborado para el estudio de la misma variable desde una

perspectiva sistémico – cognoscitivista.

Confiabilidad: Barraza (2007), siguiendo la metodología por mitades obtuvo una confiabilidad total del instrumento de ,870 y siguiendo el alfa de Cronbach se obtuvo una confiabilidad de ,900; estos niveles son valorados como buenos y/o favorables para su utilización. También en el presente estudio se realizó el análisis de confiabilidad mediante el método de alfa de Cronbach, encontrando un resultado de ,859 (tabla 1) que es bueno (Hunsley & Marsh, 2008).

Instrumento N° 2

Ficha técnica de la escala de autoeficacia académica

Denominación: Escala de Autoeficacia Académica (ACAES)

Autor: Patricio Galleguillos Herrera

Año: 2019

Propósito: Calcular el grado de autoeficacia: inadecuado, regular y bueno.

Tipo de reactivos: Propositiones con escala de Likert

Ítems: Constituido por 18 preguntas, tres dimensiones (Generalización, Nivel de dificultad y fortaleza), 6 ítems por dimensión. Cada ítem estimado entre 1 a 5, desde nunca puedo hasta siempre puedo.

Administración: Personal o grupal Duración: 10 minutos.

Rango de Aplicación: Estudiantes de secundaria.

Aspectos Formales: Muestra referente al 100% de población.

Significación: Permite tasar el nivel de autoeficacia.

El ACAES es un inventario que tiene como fundamento la

Teoría Social Cognitiva, y tiene como objetivo evaluar la autoeficacia para el estudio e incluye ítems que mencionan estrategias autorregulatorias de aprendizaje. Consta de 18 ítems y su proceso de evaluación es valorado de 1 a 5 (nunca puedo – casi nunca puedo – no sé qué responder – casi siempre puedo – siempre puedo). Así mismo, las afirmaciones se agrupan en tres factores: confianza en el desempeño de la tarea, esfuerzo en la realización de la tarea y comprensión de la tarea (Galleguillos & Olmedo, 2017).

La validez de constructo y el análisis de confiabilidad. Validez de contenido. Galleguillos (2017) elaboró la validez de contenido por criterio de jueces encontrando suficientes capacidades conceptuales y teóricas que respaldan cada uno de los 18 ítems del cuestionario. Al ser una prueba elaborada en español latinoamericano ya no se tuvo la necesidad de realizar el análisis de contenido en nuestro medio. Validez de constructo. Galleguillos (2017) elaboró la validez de constructo mediante el análisis factorial exploratorio (AFE) encontrando un KMO (Kieser – Meyer – Olkin) ,936 el cual buscó verificar si el tamaño de la muestra seleccionada fue adecuada y suficiente para realizar los análisis estadísticos; la prueba de esfericidad de Bartlett alcanzó un valor de (4040,959) y el nivel crítico (sig. ,000) que está por debajo de ,005. Así mismo, los ítems se agrupan en tres factores que en conjunto explican el 49.457% de la varianza. Los 3 factores son: factor 1: confianza en el desempeño de la tarea (ítem N° 1, 2, 4, 5, 6, 7, 9, 14, 15 y 16); factor 2: esfuerzo en la realización de la tarea (ítem N° 8, 10, 11, 12 y 18); factor 3: comprensión de la tarea (ítem N° 3, 13 y 17).

V. RESULTADOS

5.1. Presentación de resultados

Tabla 1.

Descripción por grado de los estudiantes de secundaria de la Institución Educativa Pública N°1263 Puruchuco-Ate Vitarte

	Frecuencia	Porcentaje
Primero	25	16.1%
Segundo	30	19.4%
Tercero	40	25.8%
Cuarto	24	15.5%
Quinto	36	23.2%
Total	155	100%

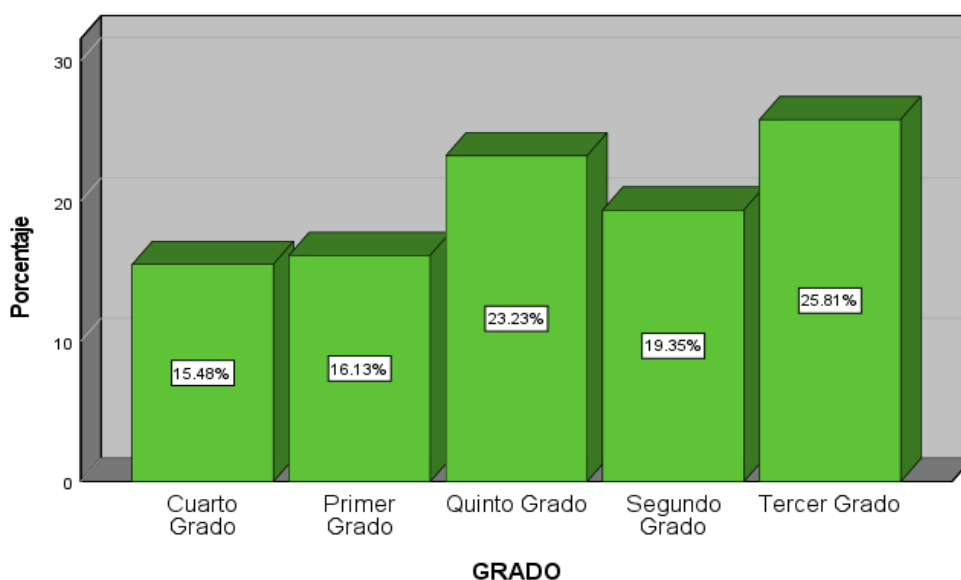


Figura 1. Estudiantes de secundaria de la Institución Educativa Pública N° 1263 Puruchuco-Ate Vitarte, según grado de estudios

En la tabla 1 y figura 1, se evidenció que la mayoría de estudiantes de secundaria de la Institución Educativa Pública N° 1263 Puruchuco-Ate Vitarte, estaban en tercero de secundaria (25.8%), y en menor cantidad se encontraban en el cuarto de secundaria (15.5%).

Tabla 2.

Descripción por edad de los estudiantes de secundaria de la Institución Educativa Pública N°1263 Puruchuco-Ate Vitarte

	Frecuencia	Porcentaje
13 años	33	21.3%
14 años	31	20.0%
15 años	36	23.2%
16 años	49	31.6%
17 años	6	3.9%
Total	155	100%

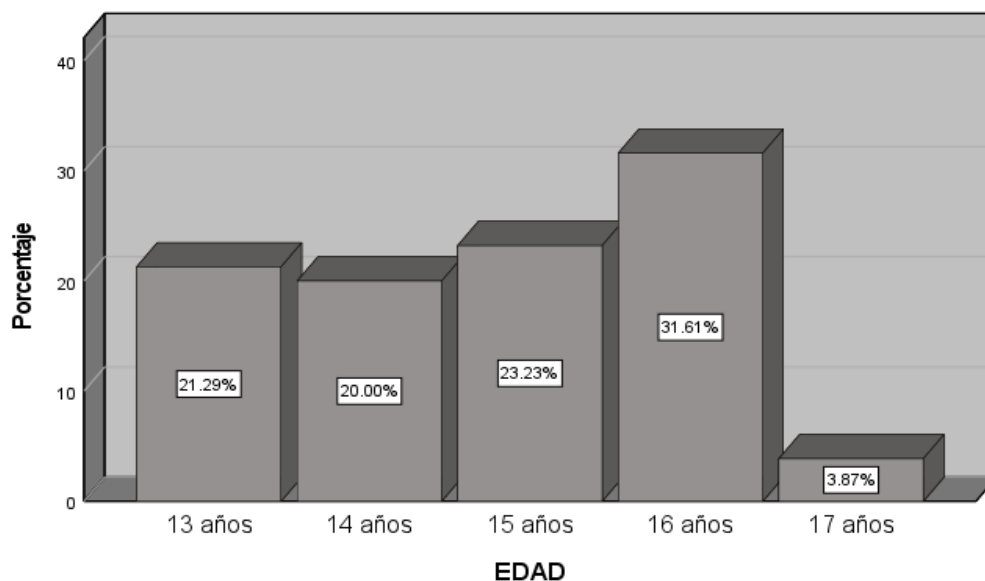


Figura 2. Edades de los estudiantes de secundaria de la Institución Educativa Pública N° 1263 Puruchuco-Ate Vitarte

Como se describe en la tabla 2 y figura 2, la mayoría de los estudiantes de secundaria de la Institución Educativa Pública N° 1263 Puruchuco-Ate Vitarte, que conformaron esta investigación, tenían 16 años (31.6%), y la minoría estuvo representada por quienes tenían 17 años (3.9%).

Tabla 3.

Descripción por sexo de los estudiantes de secundaria de la Institución Educativa Pública N°1263 Puruchuco-Ate Vitarte

	Frecuencia	Porcentaje
Masculino	70	45.2%
Femenino	85	54.8%
Total	155	100%

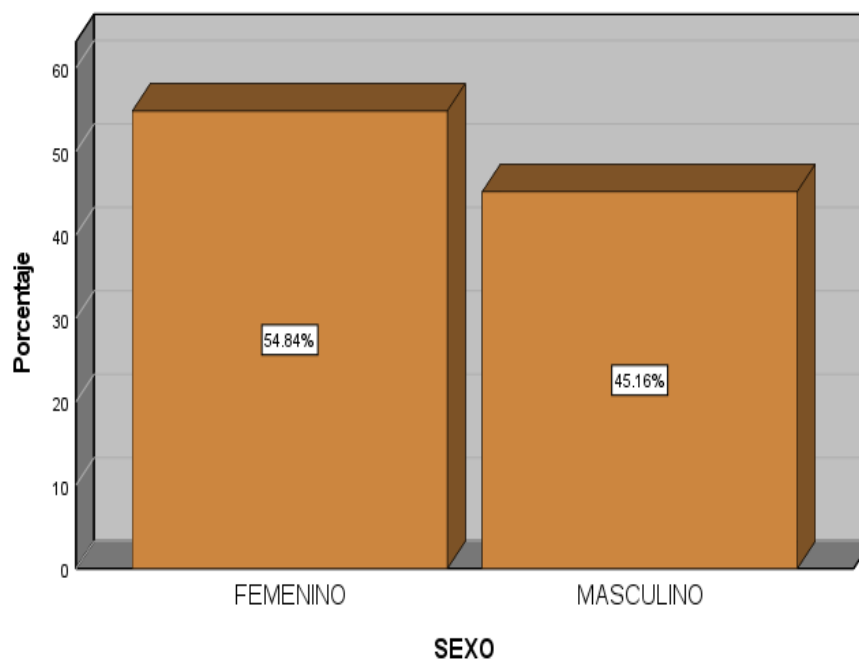


Figura 3. Estudiantes de secundaria de la Institución Educativa Pública N° 1263 Puruchuco-Ate Vitarte, según sexo

Como se observa en la tabla 3 y figura 3, la mayor parte de los estudiantes de secundaria de la Institución Educativa Pública N° 1263 Puruchuco-Ate Vitarte, que formaron parte esta investigación, fueron del sexo femenino (54.8%), y la minoría estuvo compuesta por estudiante del sexo masculino (45.2%).

Descripción de las variables

Tabla 4.

Nivel de estrés en los estudiantes de secundaria de la Institución Educativa Pública N°1263 Puruchuco-Ate Vitarte

	Frecuencia	Porcentaje
Leve	24	15.5%
Moderado	131	84.5%
Severo	0	0.0%
Total	155	100%

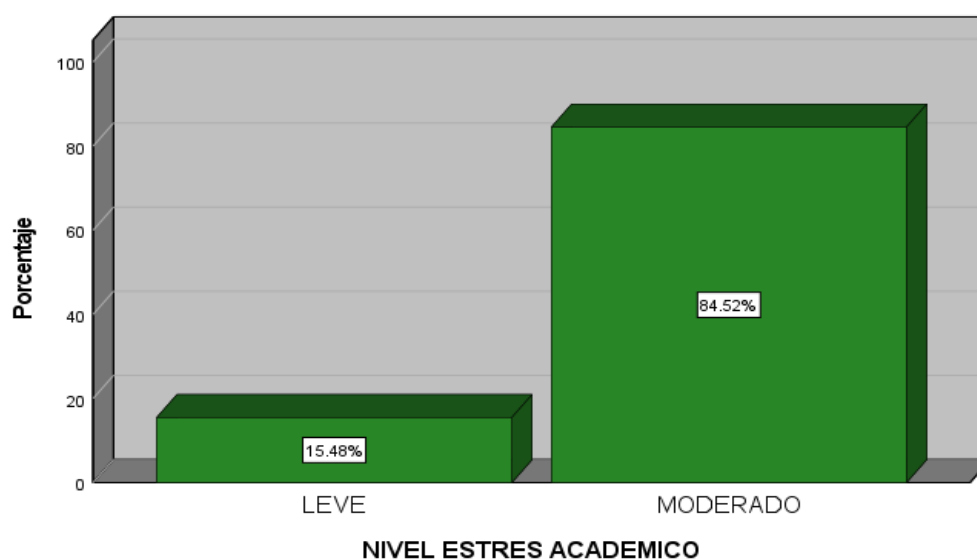


Figura 4. Nivel de estrés en estudiantes de secundaria de la Institución Educativa Pública N°1263 Puruchuco-Ate Vitarte

En la tabla 4 y figura 4, se presenta el nivel de estrés de los estudiantes de secundaria de la Institución Educativa Pública N°1263 Puruchuco-Ate Vitarte. La mayoría estuvo ubicada en un nivel moderado (84.5%); mientras que, la menor proporción de participantes pertenecieron a un nivel leve (15.5%).

Tabla 5.

Nivel de estresores en los estudiantes de secundaria de la Institución Educativa Pública N° 1263 Puruchuco-Ate Vitarte

	Frecuencia	Porcentaje
Leve	23	14.8%
Moderado	109	70.3%
Severo	23	14.8%
Total	155	100%

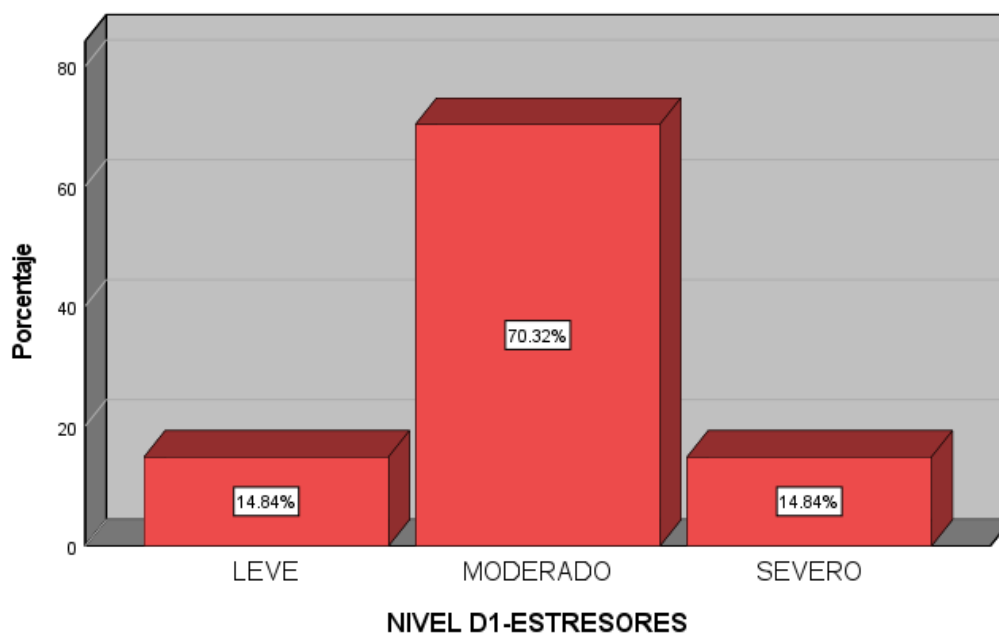


Figura 5. Nivel de estresores en los estudiantes de secundaria de la Institución Educativa Pública N°1263 Puruchuco-Ate Vitarte

En la tabla 5 y figura 5, se muestra el nivel de estresores en los estudiantes de secundaria de la Institución Educativa Pública N°1263 Puruchuco-Ate Vitarte. De esta manera, se evidenció que la mayoría se encontraba en un nivel moderado (70.3%); mientras que, la minoría se ubicó entre los niveles leve y severo (14.8%).

Tabla 6.

Nivel de síntomas: físico, psicológico y comportamental en estudiantes de secundaria de la Institución Educativa Pública N°1263 Puruchuco-Ate Vitarte.

	Frecuencia	Porcentaje
Leve	126	81.3%
Moderado	29	18.7%
Severo	0	0.0%
Total	155	100%

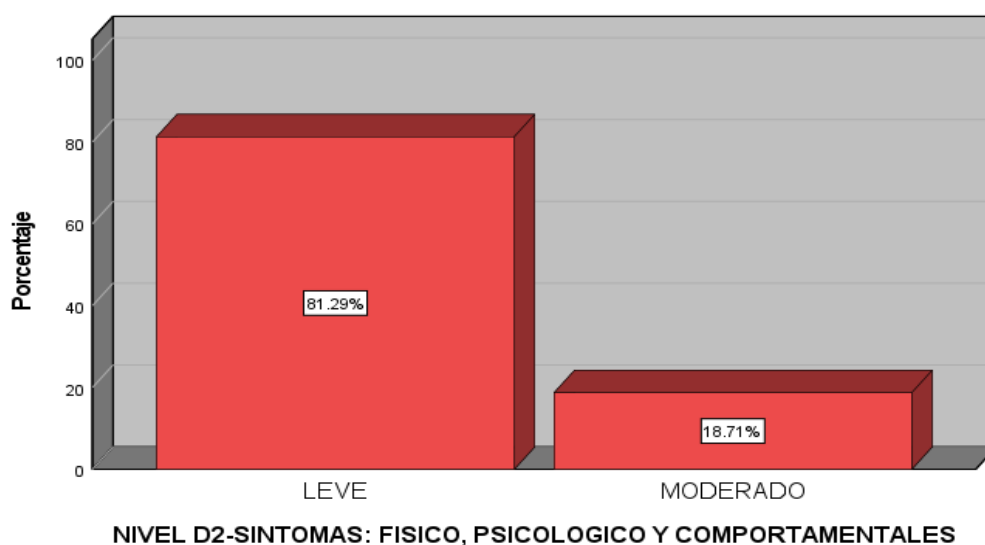


Figura 6. Nivel de síntomas: físico, psicológico y comportamental en estudiantes de secundaria de la Institución Educativa Pública N°1263 Puruchuco-Ate Vitarte

En la tabla 6 y figura 6, se muestra el nivel de síntomas: físico, psicológico y comportamental en los estudiantes de secundaria de la Institución Educativa Pública N° 1263 Puruchuco-Ate Vitarte. La mayoría se ubicaba en un nivel leve (81.3%); mientras que, la minoría estaba en un nivel moderado (18.7%).

Tabla 7

Nivel de estrategias de afrontamiento en los estudiantes de secundaria de la Institución Educativa Pública N° 1263 Puruchuco-Ate Vitarte

	Frecuencia	Porcentaje
Leve	54	34.8%
Moderado	78	50.3%
Severo	23	14.8%
Total	155	100%

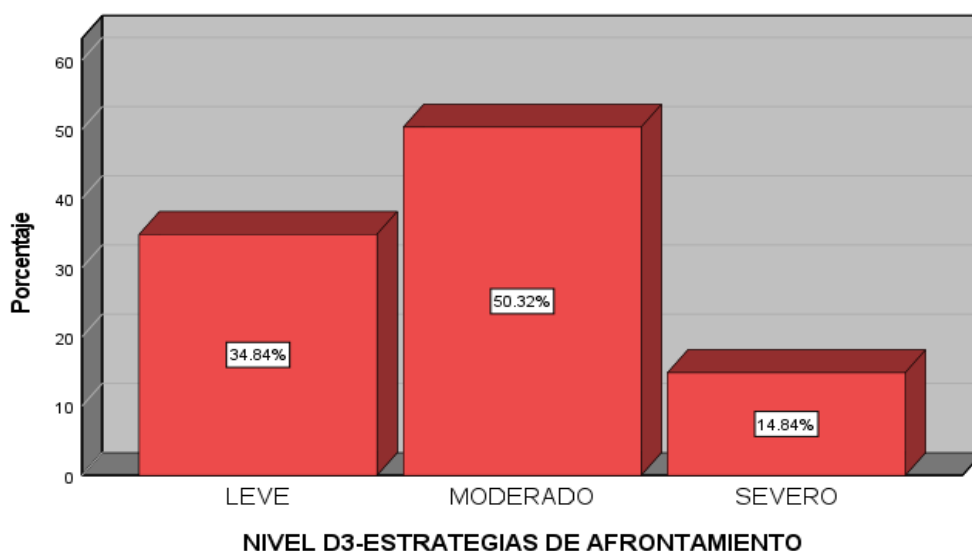


Figura 7. Niveles de estrategias de afrontamiento en estudiantes de secundaria de la Institución Educativa Pública N°1263 Puruchuco-Ate Vitarte.

En la tabla 7 y figura 7, se muestra el nivel de estrategias de afrontamiento en los estudiantes de secundaria de la Institución Educativa Pública N° 1263 Puruchuco-Ate Vitarte. De esta manera, se evidenció que la mayor parte se ubicó en un nivel moderado (50.3%); mientras que, la minoría se ubicaba en un nivel severo (14.8%).

Tabla 8

Nivel de autoeficacia académica en estudiantes de secundaria de la Institución Educativa Pública N°1263 Puruchuco-Ate Vitarte.

	Frecuencia	Porcentaje
Alto	89	57.4%
Medio	66	42.6%
Bajo	0	0.0%
Total	155	100%

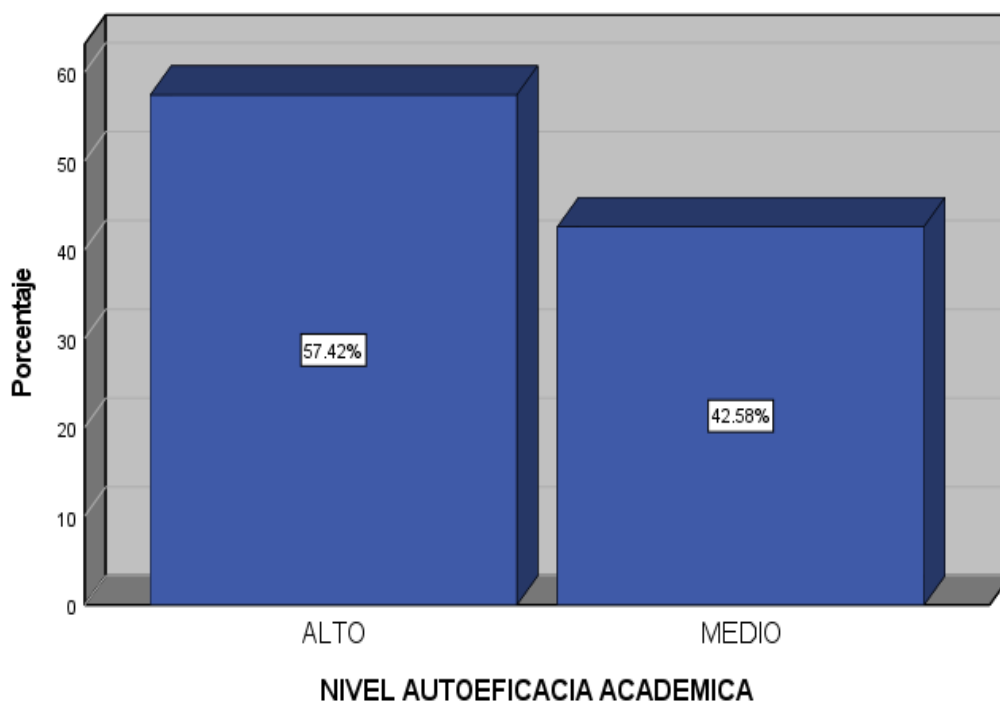


Figura 8. Nivel de autoeficacia académica en los estudiantes de secundaria de la Institución Educativa Pública N°1263 Puruchuco-Ate Vitarte.

En la tabla 8 y figura 8, se muestra el nivel de autoeficacia académica de los estudiantes de secundaria de la Institución Educativa Pública N°1263 Puruchuco-Ate Vitarte mientras que la mayoría se encontraba en un nivel alto (57.4%), la menor parte pertenecía a un nivel medio (42.6%).

5.2. Interpretación de los resultados

Prueba de normalidad

Tabla 9.

Prueba de normalidad de estrés académico.

	Kolmogorov-Smirnov ^a		
	Estadístico	gl	Sig.
Estrès	.130	155	<.001

a. Corrección de significación de Lilliefors

En la tabla 10, se observa el análisis de normalidad de estrés llevado a cabo con la prueba de Kolmogorov-Smirnov, el cual fue estadísticamente significativo ($p = <.001 < 0.05$). Por ende, no se acepta el cumplimiento de la normalidad.

Tabla 10.

Prueba de normalidad de autoeficacia académica

	Kolmogorov-Smirnov ^a		
	Estadístico	gl	Sig.
Autoeficacia Académica	.141	155	<.001

a. Corrección de significación de Lilliefors

En la tabla 11, se observa el análisis de normalidad de autoeficacia académica realizado con la prueba de Kolmogorov-Smirnov, el cual fue estadísticamente significativo ($p = <.001 < 0.05$). Por lo tanto, no se acepta el cumplimiento de la normalidad.

Comprobación de la hipótesis general

H0: No existe relación entre la estrés y autoeficacia académica en estudiantes de secundaria de la Institución Educativa Pública N°1263 Puruchuco-Ate Vitarte, 2022.

H: Existe relación entre la estrés y autoeficacia académica en estudiantes de secundaria de la Institución Educativa Pública N° 1263 Puruchuco-Ate Vitarte, 2022.

Tabla 11.

Estrés y autoeficacia académica en estudiantes de secundaria de la Institución Educativa Pública N°1263 Puruchuco-Ate Vitarte.

			Estrés	Autoeficacia Académica
Rho de Spearman	Estrés	Coefficiente de correlación	1.000	-.045
		Sig. (bilateral)	.	.576
		N	155	155
	Autoeficacia Académica	Coefficiente de correlación	-.045	1.000
		Sig. (bilateral)	.576	.
		N	155	155

En la tabla 11, se observa que no existe una relación estadísticamente significativa entre el estrés y autoeficacia académica ($p= 0.576 > 0.05$). Asimismo, el coeficiente Rho de Spearman (-.045) señaló que la relación entre las variables fue negativa y muy baja. De acuerdo con ello, se procedió a rechazar la hipótesis nula; es decir, existe relación negativa muy baja entre el estrés y autoeficacia académica en estudiantes de secundaria de la Institución Educativa Pública N°1263 Puruchuco-Ate Vitarte, 2022.

Comprobación de la hipótesis específica 1

H0: No existe relación entre la dimensión estresores y autoeficacia académica en estudiantes de secundaria de la Institución Educativa Pública N°1263 Puruchuco-Ate Vitarte, 2022.

H1: Existe relación entre la dimensión estresores y autoeficacia académica en estudiantes de secundaria de la Institución Educativa Pública N°1263 Puruchuco-Ate Vitarte, 2022.

Tabla 12.

Estresores y autoeficacia académica en estudiantes de secundaria de la Institución Educativa Pública N°1263 Puruchuco-Ate Vitarte.

			Estresores	Autoeficacia Académica
Rho de Spearman	Estresores	Coefficiente de correlación	1.000	.104
		Sig. (bilateral)	.	.197
	N	155	155	
	Autoeficacia Académica	Coefficiente de correlación	.104	1.000
		Sig. (bilateral)	.197	.
	N	155	155	

En la tabla 12, se observa que no existe una relación estadísticamente significativa entre la dimensión estresores y autoeficacia académica ($p=0.197>0.05$). Además, el coeficiente Rho de Spearman (.104) muestra que la relación entre la dimensión estresores y autoeficacia académica es positiva y muy baja. De acuerdo con este resultado, no se procedió a rechazar la hipótesis nula; es decir, existe relación entre la dimensión estresores y autoeficacia académica en estudiantes de secundaria de la Institución Educativa Pública N° 1263 Puruchuco-Ate Vitarte, 2022.

Comprobación de la hipótesis específica 2

H0: No existe relación entre la dimensión síntomas: físico, psicológico y comportamental y autoeficacia académica en estudiantes de secundaria de la Institución Educativa Pública N°1263 Puruchuco-Ate Vitarte, 2022.

H: Existe relación entre la dimensión síntomas: físico, psicológico y comportamental y autoeficacia académica en estudiantes de secundaria de la Institución Educativa Pública N°1263 Puruchuco-Ate Vitarte, 2022.

Tabla 13.

Síntomas: físico, psicológico y comportamental y autoeficacia académica en estudiantes de secundaria de la Institución Educativa Pública N°1263 Puruchuco-Ate Vitarte

		Síntomas: físico, psicológico y comportamental		Autoeficacia Académica
Rho de Spearman	Síntomas: físico, psicológico y comportamental	Coefficiente de correlación Sig. (bilateral)	1.000	-.278
		N	155	155
	Autoeficacia Académica	Coefficiente de correlación Sig. (bilateral)	-.278	1.000
		N	<.001	155

En la tabla 13, se observa que existe una relación estadísticamente significativa entre dimensión síntomas: físico, psicológico y comportamental y Autoeficacia Académica ($p = <.001 < 0.05$). También, el coeficiente Rho de Spearman (-.278) indica que la relación entre la dimensión síntomas: físico, psicológico y comportamental y autoeficacia académica es negativa y baja. De acuerdo con este resultado, se procedió a rechazar la hipótesis nula; es decir, existe relación entre la dimensión síntomas: físico, psicológico y

comportamental y autoeficacia académica en estudiantes de secundaria de la Institución Educativa Pública N°1263 Puruchuco-Ate Vitarte, 2022.

Comprobación de la hipótesis específica 3

H0: No existe relación entre la dimensión estrategias de afrontamiento y autoeficacia académica en estudiantes de secundaria de la Institución Educativa Pública N°1263 Puruchuco-Ate Vitarte, 2022.

H: Existe relación entre la dimensión estrategias de afrontamiento y autoeficacia académica en estudiantes de secundaria de la Institución Educativa Pública N°1263 Puruchuco-Ate Vitarte, 2022.

Tabla 14.

Estrategias de afrontamiento y autoeficacia académica en estudiantes de secundaria de la Institución Educativa Pública N°1263 Puruchuco-Ate Vitarte

			Estrategias de Afrontamiento	Autoeficacia Académica
Rho de Spearman	Estrategias de Afrontamiento	Coefficiente de correlación	1.000	.174
		Sig. (bilateral)	.	.030
	Autoeficacia Académica	N	155	155
		Coefficiente de correlación	.174	1.000
		Sig. (bilateral)	.030	.
		N	155	155

En la tabla 14, se observa que existe una relación estadísticamente significativa entre dimensión estrategias de afrontamiento y autoeficacia académica ($p=0.030<0.05$). También, el coeficiente Rho de Spearman (.174) indica que la relación entre la dimensión estrategias de afrontamiento y autoeficacia académica es positiva y muy baja. De acuerdo con este resultado, se procedió a rechazar la hipótesis nula; es decir, existe relación entre la dimensión estrategias de afrontamiento y autoeficacia académica en estudiantes de secundaria de la Institución Educativa Pública N°1263 Puruchuco-Ate Vitarte, 2022

VI. ANÁLISIS DE LOS RESULTADOS

A continuación, se procede al análisis descriptivo de las variables de estrés y autoeficacia académica, así como a la discusión de los principales hallazgos con los antecedentes nacionales e internacionales, citados y sus respectivos análisis comparativos con las teorías que sostienen el tema de investigación y que, a continuación, se detalla:

6.1. Análisis descriptivo de los resultados

De acuerdo con los resultados descriptivos encontrados se puso en evidencia lo descrito en la tabla conforme se describe a continuación:

1. Con relación a la variable de estrés académico en la tabla 4 y figura 4, se presenta el nivel de estrés de los estudiantes de secundaria de la Institución Educativa Pública N°1263 Puruchuco-Ate Vitarte. La mayoría estuvo ubicada en un nivel moderado (84.5%); mientras que, la menor proporción de participantes pertenecieron a un nivel leve (15.5%).
2. En la tabla 5 y figura 5, se muestra el nivel de estresores en los estudiantes de secundaria de la Institución Educativa Pública N°1263 Puruchuco-Ate Vitarte. De esta manera, se evidenció que la mayoría se encontraba en un nivel moderado (70.3%); mientras que, la minoría se ubicó entre los niveles leve y severo (14.8%).
3. En la tabla 6 y figura 6, se muestra el nivel de síntomas físico, psicológico y comportamental en los estudiantes de secundaria de la Institución Educativa Pública N°1263 Puruchuco-Ate Vitarte. La mayoría se ubicaba en un nivel leve (81.3%); mientras que, la

minoría estaba en un nivel moderado (18.7%).

4. En la tabla 7 y figura 7, se muestra el nivel de estrategias de afrontamiento en los estudiantes de secundaria de la Institución Educativa Pública N°1263 Puruchuco-Ate Vitarte. De esta manera, se evidenció que la mayor parte se ubicó en un nivel moderado (50.3%); mientras que, la minoría se ubicaba en un nivel severo (14.8%).
5. En la tabla 8 y figura 8, se muestra el nivel de autoeficacia académica de los estudiantes de secundaria de la Institución Educativa Pública N°1263 Puruchuco-Ate Vitarte. mientras que la mayoría se encontraba en un nivel alto (57.4%), la menor parte pertenecía a un nivel medio (42.6%).

Estos resultados descriptivos tienen relación con la investigación realizada por Ramón, S. Z. (2020). Investigación que tuvo como objetivo determinar la relación entre la autoeficacia académica y el estrés académico de una unidad educativa pública de Guayaquil 2020. La metodología que se utilizó fue de tipo cuantitativo, diseño no experimental con temporización transversal y alcance correlacional; a una muestra de 258 estudiantes con edades desde 14 a 20 años, se aplicó el muestreo probabilístico estratificado empleando criterios de exclusión quedando 245 educandos. La técnica de recolección de los datos fue la evaluación psicométrica; se empleó la escala de autoeficacia académica con dimensiones: comunicación, atención y excelencia; como también el inventario SISCO de estrés académico con dimensiones: estresores, síntomas y estrategias de afrontamiento, elaboradas en escala de Likert. Los resultados de la investigación que existe una relación directa estadísticamente significativa entre autoeficacia académica y el estrés académico con un tamaño del efecto pequeño (Rho de .182; $p < .01$; $1-\beta=.81$). A nivel descriptivo, se identificó que existe predominio en los estudiantes de

una unidad educativa pública de Guayaquil en la autoeficacia académica con 51% para el nivel medio y 47% para el nivel alto, mientras que para el estrés académico se evidenció un nivel medio de 44% para el nivel medio y 41% para el nivel bajo. A nivel comparativo se apreció que mientras que la autoeficacia académica va de nivel alto a medio el estrés académico va de medio a bajo, evidenciando empíricamente la disminución de la autoeficacia cuando aumenta el estrés. Resultados que permiten recomendar la importancia de poder identificar, afrontar y controlar el estrés académico considerando que afecta la autoeficacia en los estudiantes de secundaria de la Institución Educativa Pública N°1263 Puruchuco-Ate Vitarte, 2022. Para que sean de beneficio para el desarrollo de habilidades de afrontamiento a los estados estresantes lo que favorecerá el proceso de aprendizaje.

6.2. Comparación de resultados con marco teórico

La investigación que se realizó tuvo como objetivo general demostrar la relación entre el estrés y autoeficacia académica en estudiantes de secundaria de la Institución Educativa Pública N°1263 Puruchuco- Ate Vitarte, 2022. A continuación, se procede a la discusión de los principales hallazgos encontrados para compararlos con los antecedentes nacionales e internacionales que se han citado y se han analizado de acuerdo a las teorías vigentes que han dado un soporte el tema de investigación.

Con relación a la hipótesis general después de la correspondiente prueba de hipótesis de los resultados obtenidos, en la tabla 11, se observa que, no existe una relación estadísticamente significativa entre la estrés y autoeficacia académica ($p= 0.576 > 0.05$). Asimismo, el coeficiente Rho de Spearman (-.045) señaló que la relación entre las variables fue negativa y muy baja. De acuerdo con ello, se rechaza la hipótesis nula; es decir, existe relación negativa muy baja entre la

estrés y autoeficacia académica en estudiantes de secundaria de la Institución Educativa Pública N°1263 Puruchuco-Ate Vitarte, 2022. Resultado que tiene relación con el estudio realizado por Ramón, S. (2020). Investigación que tuvo como objetivo determinar la relación entre la autoeficacia académica y el estrés académico de una unidad educativa pública de Guayaquil 2020. La metodología de tipo cuantitativo, diseño no experimental con temporización transversal y alcance correlacional; la muestra de 258 estudiantes con edades desde 14 a 20 años, se aplicó el muestreo probabilístico estratificado empleando criterios de exclusión quedando 245 educandos. La técnica de recolección de los datos fue la evaluación psicométrica; se empleó la escala de autoeficacia académica con dimensiones: comunicación, atención y excelencia; como también el Inventario SISCO de estrés académico con dimensiones: estresores, síntomas y estrategias de afrontamiento, elaboradas en escala de Likert. Los resultados de la investigación que existe una relación directa estadísticamente significativa entre autoeficacia académica y el estrés académico con un tamaño del efecto pequeño (Rho de .182; $p < .01$; $1-\beta=.81$). A nivel descriptivo, se identificó que existe predominio en los estudiantes de una unidad educativa pública de Guayaquil en la autoeficacia académica con 51% para el nivel medio y 47% para el nivel alto, mientras que para el estrés académico se evidenció un nivel medio de 44% para el nivel medio y 41% para el nivel bajo. A nivel comparativo se apreció que mientras que la autoeficacia académica va de nivel alto a medio el estrés académico va de medio a bajo, evidenciando empíricamente la disminución de la autoeficacia cuando aumenta el estrés. Estos resultados tienen semejanzas a nivel descriptivo, sin embargo, a nivel de correlación de las variables de estudio la diferencia fue en el nivel negativo, con lo que se puede afirmar que a mayor nivel de estrés académico en los estudiantes de secundaria de la Institución Educativa Pública N°1263 Puruchuco-Ate Vitarte estos tendrán menores niveles de autoeficacia.

A nivel específico, al contrastar la hipótesis 01 que responde al objetivo específico 1, en la tabla 12, se observa que no existe una relación estadísticamente significativa entre la dimensión estresores y autoeficacia académica ($p= 0.197>0.05$). Además, el coeficiente Rho de Spearman (.104) muestra que la relación entre la dimensión estresores y autoeficacia académica es positiva y muy baja. De acuerdo con este resultado, se rechaza la hipótesis nula; es decir, existe relación entre la dimensión estresores y autoeficacia académica en estudiantes de secundaria de la Institución Educativa Pública N°1263 Puruchuco-Ate Vitarte, 2022. Los resultados obtenidos se diferencia del estudio realizado por Cruz, M. (2020). Estudio que tuvo como objetivo determinar la relación entre el estrés académico y la autoeficacia académica, en una muestra de estudiantes de tercero, cuarto y quinto año de secundaria de una institución educativa de Lima Metropolitana. La muestra estuvo conformada por 205 estudiantes, de ellos 93 (45,4%) son mujeres y 112 (54,6%) son varones; cuyas edades fluctúan entre los 14 a 17 años. Los instrumentos aplicados para la presente investigación fueron el Inventario SISCO del estrés académico y el inventario ACAES de la Autoeficacia Académica. Los resultados indican que existe relación entre el estrés académico y autoeficacia académica. Asimismo, en las hipótesis específicas existe relación significativa entre la dimensión estímulos estresores y las dimensiones generalización, nivel de dificultad y fortaleza de autoeficacia académica; también, se encontró que existe relación negativa baja pero significativa entre la dimensión síntomas al estímulo estresor y las dimensiones generalización, nivel de dificultad y fortaleza de autoeficacia académica; y por último, existe relación entre la dimensión estrategias de afrontamiento y las dimensiones generalización, nivel de dificultades y fortaleza de autoeficacia académica. Diferencia de resultados que nos permiten afirmar que a mayores niveles de autoeficacia académica en los estudiantes de secundaria de la Institución Educativa Pública N°1263 Puruchuco-Ate

Vitarte. Estos experimentaran mayores niveles de estrés académico en los estudiantes de secundaria de la Institución Educativa Pública N°1263 Puruchuco-Ate Vitarte, 2022.

A nivel específico, al contrastar la hipótesis 02 que responde al objetivo específico 2, en la tabla 13, se observa que, existe una relación estadísticamente significativa entre dimensión síntomas físico, psicológico y comportamental y autoeficacia académica ($p = <.001 < 0.05$). También, el coeficiente Rho de Spearman (-.278) indica que la relación entre la dimensión síntomas: físico, psicológico y comportamental y autoeficacia académica es negativa y baja. De acuerdo a este resultado, se procedió a rechazar la hipótesis nula; es decir, existe relación entre la dimensión síntomas: físico, psicológico y comportamental y autoeficacia académica en estudiantes de secundaria de la Institución Educativa Pública N°1263 Puruchuco-Ate Vitarte, 2022. Este resultado tiene relación con la investigación realizada por Mayorga, A. (2018). Quien elaboró una investigación que tuvo como objetivo determinar la correlación entre La Percepción de la autoeficacia y el estrés académico en estudiantes de las carreras de Psicología de la ciudad de Ambato. Se trabajó sobre una muestra de 237 estudiantes universitarios/as de la PUCE-A y la UTI, de primeros a últimos semestres. El tipo de estudio fue cuantitativo, con un alcance descriptivo, correlacional. Para llevar a cabo el estudio, se utilizó una ficha sociodemográfica, la escala de la autoeficacia general (EAG) y el inventario del estrés académico (SISCO). Los resultados expusieron que existe un nivel bajo de estrés académico y una alta presencia de autoeficacia percibida. Además, se halló la existencia de una correlación baja negativa, entre la percepción de la autoeficacia y dos de las dimensiones que evalúa el SISCO (reacciones psicológicas $r = -0,29$; $p < 0,01$ y reacciones comportamentales $r = 0,33$; $p < 0,01$). Es así que, a mayor percepción de la autoeficacia hay menores reacciones psicológicas y comportamentales dentro del criterio del estrés académico. Resultados que permiten afirmar que a mayores

niveles de autoeficacia en los estudiantes de secundaria de la Institución Educativa Pública N°1263 Puruchuco-Ate Vitarte, 2022. Estos van a experimentar menores niveles de la dimensión síntomas físico, psicológico y comportamental.

A nivel específico al contrastar la hipótesis 03 que a su vez responde al objetivo específico 3, en la tabla 14, en la tabla 14, se observa que existe una relación estadísticamente significativa entre dimensión estrategias de afrontamiento y autoeficacia académica ($p=0.030<0.05$). También, el coeficiente Rho de Spearman (.174) indica que la relación entre la dimensión estrategias de afrontamiento y autoeficacia académica es positiva y muy baja. De acuerdo a este resultado, se procedió a rechazar la hipótesis nula; es decir, existe relación entre la dimensión estrategias de afrontamiento y autoeficacia académica en estudiantes de secundaria de la Institución Educativa Pública N°1263 Puruchuco-Ate Vitarte, 2022. Resultado que tiene una relación indirecta con la investigación realizada por Macías, A. & Hernández, L. (2017) realizaron una investigación cuyo objetivo fueron : a) Establecer el perfil descriptivo de la variable autoeficacia académica en los alumnos de posgrado de la Universidad Pedagógica de Durango, b) Identificar el nivel de estrés que presentan los alumnos de posgrado de la Universidad Pedagógica de Durango, c) determinar la relación que existe entre la autoeficacia académica percibida y el estrés académico en los alumnos de posgrado de la universidad, y d) Determinar la relación que existe entre la autoeficacia académica percibida y las variables género, contar con beca comisión para realizar los estudios, el semestre cursado, y plan de estudios, y edad. Para el logro de estos objetivos se desarrolló un estudio correlacional, transversal y no experimental a través de la aplicación de un cuestionario (alfa de Cronbach .91) a 68 alumnos de posgrado de la Universidad Pedagógica de Durango. Sus principales resultados son que los sujetos estudiados presentan un nivel de autoeficacia percibida alto (73%) y que solamente la dimensión

“retroalimentación” del inventario de expectativas de autoeficacia académica presenta una correlación negativa con el estrés académico, lo que significa que a medida que disminuye la seguridad o confianza para participar en las actividades de interacción y retroalimentación para el aprendizaje, aumenta el estrés en los estudiantes. Resultados que tienen relación a nivel descriptivo de las variables en estudio, sin embargo, se diferencia en es el nivel positivo de la correlación, con lo que se puede afirmar que a mayor niveles de la dimensión de estrategias de afrontamiento en los estudiantes de secundaria de la Institución Educativa Pública N°1263 Puruchuco-Ate Vitarte, 2022, estos percibirán mayores niveles de autoeficacia académica.

CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

Conclusiones

Después del proceso de análisis y discusión de resultados se llegó a las siguientes conclusiones:

Primera: Que, existe relación negativa muy baja ($p= 0.576>0.05$; Rho: $-.045$) entre la estrés y autoeficacia académica en estudiantes de secundaria de la Institución Educativa Pública N°1263 Puruchuco-Ate Vitarte, 2022.

Segunda: Que, existe relación positiva muy baja entre la dimensión estresores y autoeficacia académica ($p= 0.197>0.05$; Rho: $.104$) en estudiantes de secundaria de la Institución Educativa Pública N°1263 Puruchuco-Ate Vitarte, 2022.

Tercero: Que, existe relación negativa baja ($p= <.001<0.05$; Rho: $-.278$) entre la dimensión síntomas: físico, psicológico y comportamental y autoeficacia académica en estudiantes de secundaria de la Institución Educativa Pública N°1263 Puruchuco-Ate Vitarte, 2022.

Cuarto: Que, existe relación positiva muy baja ($p=0.030<0.05$; Rho: $.174$) entre la dimensión estrategias de afrontamiento y autoeficacia académica en estudiantes de secundaria de la Institución Educativa Pública N°1263 Puruchuco-Ate Vitarte, 2022

Recomendaciones

- Que, el director, las áreas de convivencia escolar y psicopedagogía de la `Institución Educativa Publica en estudio planifiquen y ejecuten la evaluación periódica de los niveles de estrés y autoeficacia académica para identificar, mantener y mejorar las habilidades de las competencias de afrontamiento al estrés y autoeficacia a nivel académico.
- Que, el área de psicopedagogía, tutoría y convivencia escolar desarrollen programas de conductas de afrontamiento al estrés, como evitar la sobrecarga académica, de control y manejo de emociones en las evaluaciones de cómo identificar, controlar y manejar los estresores.
- Que, el área de psicopedagogía y convivencia escolar, desarrollen programas como mejorar la salud integral a nivel físico, psicológico y social; temas de enfermedades psicosomáticas, efectos de las emociones negativas como controlar y manejar los dolores, trastornos estomacales, técnicas de control de la ansiedad.
- Que, las áreas de psicopedagogía y tutoría y convivencia escolar desarrollen programas en habilidades sociales, control y manejo de las emociones, de los impulsos, relaciones interpersonales, técnicas de control y manejo de emociones y de la voluntad.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS.

- Alejos, R. E. (2017). "Estrés académico en estudiantes de secundaria en una Institución Educativa Privada de San Juan de Lurigancho". Tesis de Licenciatura. Universidad Inga Garcilaso de la Vega. Lima – Perú.
- Arribas, J. (2013). Hacia un modelo causal de las dimensiones del estrés académico en estudiantes de Enfermería. *Revista de Educación*, 1(360) ,533-556.
- Alfaro, N. & Castro, N. (2020). "Estrés académico en los estudiantes del cuarto grado de secundaria de la IE Inmaculada Concepción, Arequipa". Tesis de Licenciatura. Universidad Nacional de San Agustín de Arequipa. Arequipa – Perú.
- Alfonso, B. et al. (2015). "Estrés académico". *Rev. Edumecentro* vol.7 no.2 Santa Clara abr.-jun. 2015. Universidad de Ciencias Médicas de Villa Clara. Cuba. La Habana – Cuba.
- Alfaro, N. & Castro, N. (2020). "Estrés académico en los estudiantes del cuarto grado de secundaria de la IE Inmaculada Concepción, Arequipa". Tesis de Licenciatura. Universidad Nacional de San Agustín de Arequipa. Arequipa – Perú.
- Bandura, A. (1977). Self-efficacy: Toward a Unifying Theory of Behavioral Change. *Psychological Review*, 84(2), 191–215. [https://doi.org/https://doi.org/10.1016/0146-6402\(78\)90002-4](https://doi.org/https://doi.org/10.1016/0146-6402(78)90002-4)
- Bandura, A. (1982). Self-efficacy mechanism in human agency. *American Psychologist*, 37(2), 122–147. <https://doi.org/10.1037/0003-066X.37.2.122>

- Bandura, A. (2001). Social Cognitive Theory: An Agentic Perspective. *Annual Review of Psychology*, 52(1), 1–26.
- Barahona, F. K & Cossio, S. d. P. (2021). “Estrés y rendimiento académico en alumnos de la Institución Educativa Particular Francisco de Paula Gonzáles Vigil– Ica”. Ica – Perú.
- Barraza, A., Martínez., Silva, J. Camargo, E. y Antuna, R. (2011). *Estresores Académicos y Género. Un estudio exploratorio de su relación en alumnos de Licenciatura.*
- Barraza, A. (2008). El estrés académico en alumnos de maestría y sus variables moduladoras: Un diseño de diferencias de grupo. *Avances en Psicología Latinoamericana*, 26(2) ,270-289.
- Barraza, A. (2007). El estrés académico en alumnos de educación media superior: Un estudio comparativo. *Universidad Pedagógica de Durango*, 7(1), 1-18.
- Barraza, A. (2006). Un modelo conceptual para estudio del estrés académico. *Revista Electrónica de Psicología Iztacala*, 9(3) ,110-129.
- Barraza, A. (2005). Características del estrés académico de los alumnos de educación media superior. *Revista Dialnet*, 1(4) ,15-20. 107.
- Berra, E. et al. (2014). Emociones, estrés y afrontamiento en adolescentes desde el modelo de Lazarus y Folkman *Revista Intercontinental de Psicología y Educación*, vol. 16, núm. 1, enero-junio, 2014, pp. 37-57 Universidad Intercontinental Distrito Federal, México.
- Berrio, N. y Mazo, R. (2011). Estrés Académico. *Revista de Psicología Universidad de Antioquia*, 3(2), 66-82.
- Cruz, M. (2020). “Estrés académico y autoeficacia académica en

estudiantes de secundaria en Lima Metropolitana”. Tesis de Maestría. Universidad San Martín de Porres”. Lima – Perú.

Díaz, Y. (2005). Estrés académico y afrontamiento en estudiantes de Medicina. *Revista Scielo*, 10(1), 1-7.

Espíndola, E. A. (2019). “Autoeficacia académica y estrategias cognitivas de regulación emocional en estudiantes universitarios de la ciudad de Paraná”. Tesis de Licenciatura. Universidad Católica Argentina. Paraná – Argentina.

García, F. y Muñoz, J. (2004). *El Estrés Académico: Problemas y soluciones desde una perspectiva psicosocial*. Recuperado de <http://www.casadellibro.com/libro>.

García, R.; Pérez, F.; Pérez, J. y Natividad, L. (2011). Evaluación del estrés académico en estudiantes de nueva incorporación a la universidad. *Revista Latinoamericana de Psicología*, 44(2), 143-154. Gómez, C.

Hernández, R.; Fernández, C. y Baptista, P. (2006). *Metodología de la investigación*. México: McGraw-Hill.

Hernández, Y. (2005). El estrés académico: Una revisión crítica del concepto desde las ciencias de la educación. *Revista electrónica de Psicología Iztacala*, 14(2), 1-14.

Macías, A. B. & Hernández, L. F. (2017). “Autoeficacia académica y estrés. análisis de su relación en estudiantes de posgrado”. Tesis de posgrado. Universidad pedagógica de Durango. Durango – México.

Mayorga, A. L. (2018). “La percepción de la autoeficacia y su correlación con el estrés académico en estudiantes de las carreras de

psicología de la ciudad de Ambato” Tesis de Licenciatura. Pontificia Universidad católica del Ecuador. Ambato – Ecuador.

MINSA, (2006). “Entre el 15 y 20% de adolescentes peruanos presentan estrés y tensión” Nota de Prensa. Lima Perú.

Naranjo. S. A (2020). “Estrés académico y autoeficacia académica en estudiantes de 1ero y 8vo semestre de la Pontificia Universidad Católica del Ecuador, Quito, 2019”. Tesis de Maestría. Universidad Peruana Unión. Lima – Perú.

Ramón, S. Z. (2020). “Autoeficacia académica y estrés académico de estudiantes de una unidad educativa pública de Guayaquil”. Tesis de Maestría. Universidad César Vallejo. Lima – Perú.

Román, C.; Ortiz, F. y Hernández, Y. (2008). El estrés académico en estudiantes latinoamericanos de la carrera de medicina. *Revista Iberoamericana de Educación*, 46(7) ,1-8.

Unicef, (2019). “Más del 20% de los adolescentes de todo el mundo sufren trastornos mentales” México.

Valenzuela, N. G. (2021). El presente trabajo de investigación titulado “Estado del arte sobre la relación del estrés académico y el rendimiento en estudiantes universitarios, con la mediación de dos variables”. *MLS Educational Research*, 5(2), 39-58. doi: 10.29314/mlser. v5i2.495. Universidad San Sebastián (México).

Vargas R. (2018) Relación entre estrés académico y rendimiento académico en las estudiantes del 5° grado del nivel secundario en la Institución Educativa Santísima Niña María De Tacna. [Tesis de posgrado en docencia universitaria y gestión educativa.]. Universidad privada de Tacna.

ANEXO

Anexo 1: Anexo 1: Instrumento y Ficha de validación juicio de expertos de la escala de estrés académico de SISCO de Arturo Barraza Macías

Ítems

<u>Dimensiones</u>		Pertinencia ¹		Relevancia ²		Claridad ³		Sugerencias
		si	no	si	no	si	no	
1.	El competir con los compañeros del grupo.	x		x		x		
2.	Sobrecarga de trabajos escolar	x		x		x		
3.	El carácter del profesor.	x		x		x		
4.	Las evaluaciones de los profesores.	x		x		x		
5.	El tipo de trabajo que te piden los profesores.	x		x		x		
6.	No entender los temas que se abordan en clase	x		x		x		
7.	Participación en clase.	x		x		x		
8.	Tiempo limitado para hacer el trabajo.	x		x		x		
9.	Trastornos en el sueño.	x		x		x		
10	Fatiga Crónica.	x		x		x		
11	Dolores de cabeza o migraña.	x		x		x		
12	Problemas de digestión, dolor abdominal o diarrea.	x		x		x		
13	Rascarse, morderse las uñas y frotarse	x						
14	Somnolencia o mayor necesidad de dormir.	x		x		x		
15	Inquietud.	x		x		x		
16	Sentimientos de depresión o tristeza.	x		x		x		
17	Ansiedad, angustia o desesperación.	x		x		x		
18	Problemas de concentración.	x		x		x		
19	Sentimientos de agresividad o Aumento de irritabilidad.	x		x		x		
20	Conflicto o tendencia a discutir.	x		x		x		
21	Aislamiento de los demás.	x		x		x		
22	Desgano para realizar las labores escolares.	x		x		x		
23	Aumento o reducción del consumo de alimentos.	x		x		x		
24	24. Habilidad asertiva (defender tus ideas o sentimientos sin dañar a otros).	x		x		x		
25	25Elaboración de un plan y ejecución	x		x		x		
26	Elogios asi mismo.	x		x		x		
27	La religiosidad (orar o asistir a misa)	x		x		x		
28	Búsqueda de información sobre la situación.	x		x		x		
29	Conversar acerca de la situación que le preocupa.	x		x		x		

**Anexo 1: Instrumento y Ficha de validación juicio de expertos de los
de los Escolares de Galleguillos Herrera (ACAES).**

Ítems

<u>Dimensiones</u>		Pertinencia ¹		Relevancia ²		Claridad ³		Sugerencias
		si	no	si	no	si	no	
1.	Trabajar con cualquier compañero y lograr buenas notas.	x		x		x		
2.	Trabajar en cualquier tarea y lograr buenas notas	x		x		x		
3.	Entender lo que enseña cualquier profesor	x		x		x		
4.	Realizar bien cualquier tarea que me den.	x		x		x		
5	Aportar buenas ideas para hacer mis tareas.	x		x		x		
6	Esforzarme mucho más que mis compañeros para que vaya bien en todos los cursos	x		x		x		
7	Realizar cualquier tipo de tarea o trabajo que los profesores den, aunque sean difíciles.	x		x		x		
8	Organizar mi tiempo para cumplir con todo lo que los profesores piden.	x		x		x		
9	Sacarme buenas notas en la prueba que creo difíciles.	x		x		x		
10	Estudiar más horas cuando tengo pruebas difíciles.	x		x		x		
11	Esforzarme mucho más para resolver tareas difíciles.	x		x		x		
12	Repetir una tarea hasta lograr hacerlo bien.	x		x		x		
13	Entender bien la idea central que está explicando el profesor o lo que dice un libro.	x						
14	Cooperar muy bien en los trabajos que realizo en grupo	x		x		x		
15	Estudiar solo(a) y rendir muy bien en cualquier actividad académica.	x		x		x		
16	Expresar mi opinión, aunque no esté de acuerdo con lo que dice el profesor.	x		x		x		
17	Entender lo que explica un profesor, aunque exista desorden en el salón	x		x		x		
18	Estudiar primero, y luego hacer otras cosas (ver Tv, jugar, etc.	x		x		x		

ANEXO 2: Instrumentos de Investigación

INVENTARIO DE ESTRÉS ACADEMICO DE SISCO DE ARTURO BARRAZA
MACIAS

DATOS GENERALES:

Edad:_____ Fecha:_____ Grado de
Instrucción_____ sexo_____

INSTRUCCIONES:

A continuación, se le presenta un conjunto de preguntas marque con una (X) la respuesta que cree conveniente con responsabilidad y atendiendo a las indicaciones específicas. El propósito de este trabajo es recoger información sobre la influencia del estrés en el rendimiento académico. La información recogida guarda absoluta confidencialidad bajo responsabilidad de los investigadores.

Las preguntas serán respondidas de acuerdo a las siguientes alternativas:

NUNCA	RARA VEZ	ALGUNAS VECES	CASI SIEMPRE	SIEMPRE
1	2	3	4	5

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

Marque con una X, la frecuencia con que las siguientes actividades lo estresan o tensan:

Dimensión: Estresores	Nunca	Rara vez	Algunas veces	Casi siempre	Siempre
1- El competir con los compañeros del grupo.					
2- Sobrecarga de trabajos escolar.					
3- El carácter del profesor.					
4- Las evaluaciones de los profesores.					
5- El tipo de trabajo que te piden los profesores.					
6- No entender los temas que se abordan en clase					
7- Participación en clase.					

8- Tiempo limitado para hacer el trabajo.					
---	--	--	--	--	--

A continuación, marque con un aspa “X” la frecuencia con la que experimentaste los siguientes síntomas **físicas, psicológicas y comportamentales** cuando estabas estresado.

89

Síntomas Físicas	Nunca	Rara vez	Algunas veces	Casi siempre	Siempre
9- Trastornos en el sueño.					
10- Fatiga Crónica.					
11- Dolores de cabeza o migraña.					
12- Problemas de digestión, dolor abdominal o diarrea.					
13- Rascarse, morderse las uñas y frotarse.					
14- Somnolencia o mayor necesidad de dormir.					
Síntomas Psicológicas	Nunca	Rara vez	Algunas veces	Casi siempre	Siempre
15- Inquietud.					
16- Sentimientos de depresión o tristeza.					
17- Ansiedad, angustia o desesperación.					
18- Problemas de concentración.					
19- Sentimientos de agresividad o aumento de irritabilidad.					
Síntomas Comportamentales	Nunca	Rara vez	Algunas veces	Casi siempre	Siempre
20- Conflicto o tendencia a discutir.					
21- Aislamiento de los demás.					
22- Desgano para realizar las labores escolares.					
23- Aumento o reducción del consumo de alimentos.					

A continuación, marque con un aspa “X” la frecuencia con la que utilizaste las siguientes estrategias de afrontamiento cuando estabas estresado.

Dimensión: estrategias de afrontamiento	Nunca	Rara vez	Algunas veces	Casi siempre	Siempre
24. Habilidad asertiva (defender tus ideas o sentimientos sin dañar a otros).					

25. Elaboración de un plan y ejecución de las tareas.					
26. Elogios así mismo.					
27. La religiosidad (orar u asistir a misa).					
28. Búsqueda de información sobre la situación.					
29. Conversar acerca de la situación que le preocupa.					

90

Anexo 2: Instrumento de Investigación

ESCALA DE AUTOEFICACIA ACADÉMICA DE LOS ESCOLARES GALLEGUILLOS HERRERA (ACAES).

Nombres..... edad..... grado..... Sexo.....

Para responder este instrumento, usted deberá leer cada una de las afirmaciones y marcar con "X" aquel valor que más se acerca a su situación, siguiendo esta escala:

N	RECUERDA: Cuando leas cada afirmación deberás anticipar lo siguiente: YO PUEDO....	(1) Nunca Puedo	(2) Casi nunca Puedo	(3) No sé que responder	(4) Casi siempre Puedo	(5) Siempre Puedo
01	Trabajar con cualquier compañero y lograr buenas notas.					
02	Trabajar en cualquier tarea y lograr buenas notas					
03	Entender lo que enseña cualquier profesor					
04	Realizar bien cualquier tarea que me den.					
05	Aportar buenas ideas para hacer mis tareas.					
06	Esforzarme mucho más que mis compañeros para que vaya bien en todos los cursos					
07	Realizar cualquier tipo de tarea o trabajo que los profesores den, aunque sean difíciles.					
08	Organizar mi tiempo para cumplir con todo lo que los profesores piden.					
09	Sacarme buenas notas en la prueba que creo difíciles.					
10	Estudiar más horas cuando tengo pruebas difíciles.					
11	Esforzarme mucho más para resolver tareas difíciles.					
12	Repetir una tarea hasta lograr hacerlo bien.					
13	Entender bien la idea central que está explicando el profesor o lo que dice un libro.					
14	Cooperar muy bien en los trabajos					

	que realizo en grupo.					
15	Estudiar solo(a) y rendir muy bien en cualquier actividad académica.					
16	Expresar mi opinión, aunque no esté de acuerdo con lo que dice el profesor.					
17	Entender lo que explica un profesor, aunque exista desorden en el salón.					
18	Estudiar primero, y luego hacer otras cosas (ver tv, jugar, etc).					

Anexo 3: Ficha de validación juicio de expertos de la escala de estrés académico de SISCO de Arturo Barraza Macías

Ítems

<u>Dimensiones</u>		Pertinencia ¹		Relevancia ²		Claridad ³		Sugerencias
		si	no	si	no	si	No	
1.	El competir con los compañeros del grupo.	x		x		x		
2.	Sobrecarga de trabajos escolar	x		x		x		
3.	El carácter del profesor.	x		x		x		
4.	Las evaluaciones de los profesores.	x		x		x		
5.	El tipo de trabajo que te piden los profesores.	x		x		x		
6.	No entender los temas que se abordan en clase	x		x		x		
7.	Participación en clase.	x		x		x		
8.	Tiempo limitado para hacer el trabajo.	x		x		x		
9.	Trastornos en el sueño.	x		x		x		
10	Fatiga Crónica.	x		x		x		
11	Dolores de cabeza o migraña.	x		x		x		
12	Problemas de digestión, dolor abdominal o diarrea.	x		x		x		
13	Rascarse, morderse las uñas y frotarse	x						
14	Somnolencia o mayor necesidad de dormir.	x		x		x		
15	Inquietud.	x		x		x		
16	Sentimientos de depresión o tristeza.	x		x		x		
17	Ansiedad, angustia o desesperación.	x		x		x		
18	Problemas de concentración.	x		x		x		
19	Sentimientos de agresividad o Aumento de irritabilidad.	x		x		x		
20	Conflicto o tendencia a discutir.	x		x		x		
21	Aislamiento de los demás.	x		x		x		
22	Desgano para realizar las labores escolares.	x		x		x		
23	Aumento o reducción del consumo de alimentos.	x		x		x		
24	24. Habilidad asertiva (defender tus ideas o sentimientos sin dañar a otros).	x		x		x		
25	25Elaboración de un plan y ejecución	x		x		x		
26	Elogios asi mismo.	x		x		x		
27	La religiosidad (orar o asistir a misa)	x		x		x		
28	Búsqueda de información sobre la situación.	x		x		x		
29	Conversar acerca de la situación que le preocupa.	x		x		x		

Observaciones (precisar si hay suficiencia): Si hay suficiencia

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

Apellidos y nombres del juez validador. Dr./ Mg:

Cruz Telada, Yreneo Eugenio

DNI: 09946516

Especialidad del validador: Psicólogo de la Salud

Lima, 07 de Abril del 2022

¹**Pertinencia:** El ítem corresponde al concepto teórico formulado.

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

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

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



Dr. Yreneo Eugenio Cruz Telada

DOCTOR EN PSICOLOGIA
Firma del Validador

Anexo 3: Ficha de validación juicio de expertos de la escala de estrés académico de SISCO de Arturo Barraza Macías

Ítems

<u>Dimensiones</u>		Pertinencia ¹		Relevancia ²		Claridad ³		Sugerencias
		si	no	si	no	si	No	
1.	El competir con los compañeros del grupo.	x		x		x		
2.	Sobrecarga de trabajos escolar	x		x		x		
3.	El carácter del profesor.	x		x		x		
4.	Las evaluaciones de los profesores.	x		x		x		
5.	El tipo de trabajo que te piden los profesores.	x		x		x		
6.	No entender los temas que se abordan en clase	x		x		x		
7.	Participación en clase.	x		x		x		
8.	Tiempo limitado para hacer el trabajo.	x		x		x		
9.	Trastornos en el sueño.	x		x		x		
10	Fatiga Crónica.	x		x		x		
11	Dolores de cabeza o migraña.	x		x		x		
12	Problemas de digestión, dolor abdominal o diarrea.	x		x		x		
13	Rascarse, morderse las uñas y frotarse	x						
14	Somnolencia o mayor necesidad de dormir.	x		x		x		
15	Inquietud.	x		x		x		
16	Sentimientos de depresión o tristeza.	x		x		x		
17	Ansiedad, angustia o desesperación.	x		x		x		
18	Problemas de concentración.	x		x		x		
19	Sentimientos de agresividad o Aumento de irritabilidad.	x		x		x		
20	Conflicto o tendencia a discutir.	x		x		x		
21	Aislamiento de los demás.	x		x		x		
22	Desgano para realizar las labores escolares.	x		x		x		
23	Aumento o reducción del consumo de alimentos.	x		x		x		
24	24. Habilidad asertiva (defender tus ideas o sentimientos sin dañar a otros).	x		x		x		
25	25Elaboración de un plan y ejecución	x		x		x		
26	Elogios asi mismo.	x		x		x		
27	La religiosidad (orar o asistir a misa)	x		x		x		
28	Búsqueda de información sobre la situación.	x		x		x		
29	Conversar acerca de la situación que le preocupa.	x		x		x		

Observaciones (precisar si hay suficiencia): ____ SI HAY SUFICIENCIA

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


Apellidos y nombres del juez validador. Dr./ Mg:

Ysabel Virginia Pariona Navarro

DNI: 10219341

Especialidad del validador: Psicóloga Educativa

Lima, 07 de abril del 2022



Ysabel V. Pariona Navarro
Psicóloga
Esp. Terapia de Lenguaje
C.P.P. N° 9421

FIRMA DEL VALIDADOR

¹**Pertinencia:** El ítem corresponde al concepto teórico formulado.

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

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

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

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

**Anexo 3: Ficha de validación juicio de expertos de los Escolares
de Galleguillos Herrera (ACAES).**

Ítems

<u>Dimensiones</u>		Pertinencia ¹		Relevancia ²		Claridad ³		Sugerencias
		si	no	si	no	si	No	
1.	Trabajar con cualquier compañero y lograr buenas notas.	x		x		x		
2.	Trabajar en cualquier tarea y lograr buenas notas	x		x		x		
3.	Entender lo que enseña cualquier profesor	x		x		x		
4.	Realizar bien cualquier tarea que me den.	x		x		x		
5	Aportar buenas ideas para hacer mis tareas.	x		x		x		
6	Esforzarme mucho más que mis compañeros para que vaya bien en todos los cursos	x		x		x		
7	Realizar cualquier tipo de tarea o trabajo que los profesores den, aunque sean difíciles.	x		x		x		
8	Organizar mi tiempo para cumplir con todo lo que los profesores piden.	x		x		x		
9	Sacarme buenas notas en la prueba que creo difíciles.	x		x		x		
10	Estudiar más horas cuando tengo pruebas difíciles.	x		x		x		
11	Esforzarme mucho más para resolver tareas difíciles.	x		x		x		
12	Repetir una tarea hasta lograr hacerlo bien.	x		x		x		
13	Entender bien la idea central que está explicando el profesor o lo que dice un libro.	x						
14	Cooperar muy bien en los trabajos que realizo en grupo	x		x		x		
15	Estudiar solo(a) y rendir muy bien en cualquier actividad académica.	x		x		x		
16	Expresar mi opinión, aunque no esté de acuerdo con lo que dice el profesor.	x		x		x		
17	Entender lo que explica un profesor, aunque exista desorden en el salón	x		x		x		
18	Estudiar primero, y luego hacer otras cosas (ver Tv, jugar, etc.	x		x		x		

Observaciones (precisar si hay suficiencia): Si hay suficiencia

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

Apellidos y nombres del juez validador. Dr./ Mg:

Cruz Telada, Yreneo Eugenio

DNI: 09946516

Especialidad del validador: Psicólogo de la Salud

Lima, 7 de Abril del 2022

¹**Pertinencia:** El ítem corresponde al concepto teórico formulado.

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

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

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



Dr. Yreneo Eugenio Cruz Telada

DOCTOR EN PSICOLOGIA
Firma del Validador

**Anexo 3: Ficha de validación juicio de expertos de los Escolares
de Galleguillos Herrera (ACAES).**

Ítems

<u>Dimensiones</u>		Pertinencia ¹		Relevancia ²		Claridad ³		Sugerencias
		si	no	si	no	si	No	
1.	Trabajar con cualquier compañero y lograr buenas notas.	x		x		x		
2.	Trabajar en cualquier tarea y lograr buenas notas	x		x		x		
3.	Entender lo que enseña cualquier profesor	x		x		x		
4.	Realizar bien cualquier tarea que me den.	x		x		x		
5	Aportar buenas ideas para hacer mis tareas.	x		x		x		
6	Esforzarme mucho más que mis compañeros para que vaya bien en todos los cursos	x		x		x		
7	Realizar cualquier tipo de tarea o trabajo que los profesores den, aunque sean difíciles.	x		x		x		
8	Organizar mi tiempo para cumplir con todo lo que los profesores piden.	x		x		x		
9	Sacarme buenas notas en la prueba que creo difíciles.	x		x		x		
10	Estudiar más horas cuando tengo pruebas difíciles.	x		x		x		
11	Esforzarme mucho más para resolver tareas difíciles.	x		x		x		
12	Repetir una tarea hasta lograr hacerlo bien.	x		x		x		
13	Entender bien la idea central que está explicando el profesor o lo que dice un libro.	x						
14	Cooperar muy bien en los trabajos que realizo en grupo	x		x		x		
15	Estudiar solo(a) y rendir muy bien en cualquier actividad académica.	x		x		x		
16	Expresar mi opinión, aunque no esté de acuerdo con lo que dice el profesor.	x		x		x		
17	Entender lo que explica un profesor, aunque exista desorden en el salón	x		x		x		
18	Estudiar primero, y luego hacer otras cosas (ver Tv, jugar, etc.	x		x		x		

Observaciones (precisar si hay suficiencia): ____SI HAY SUFICIENCIA

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


Apellidos y nombres del juez validador. Dr./ Mg:

Ysabel Virginia Pariona Navarro

DNI: 10219341

Especialidad del validador: Psicóloga Educativa

Lima, 07 de abril del 2022



Ysabel V. Pariona Navarro
Psicóloga
Esp. Terapia de Lenguaje
C.P.P. N° 9421

FIRMA DEL VALIDADOR

¹**Pertinencia:** El ítem corresponde al concepto teórico formulado.

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

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

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

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

CONFIABILIDAD DE LOS INSTRUMENTOS DE INVESTIGACION

Escala: ESTRÈS

Resumen de procesamiento de casos

		N	%
Casos	Válido	155	100%
	Excluido ^a	0	0%
	Total	155	100%

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

Estadísticas de fiabilidad

Alfa de Cronbach	N de elementos
.778	29

Escala: AUTOEFICACIA ACADÈMICA

Resumen de procesamiento de casos

		N	%
Casos	Válido	155	100%
	Excluido ^a	0	0%
	Total	155	100%

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

Estadísticas de fiabilidad

Alfa de Cronbach	N de elementos
.921	18

ANEXO 4. INFORME DE TURNITING 23 %

Feedback Studio - Google Chrome
ev.turnitin.com/app/carta/es/?lang=es&o=1857397997&s=1&u=1126723504

turnitin TESIS_ESTRES_Ttacca_Apaza.docx 70 de 70

UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DE ICA

UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DE ICA
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
PROGRAMA ACADÉMICO DE PSICOLOGIA

TESIS

ESTRÉS Y AUTOEFICACIA ACADÉMICA EN ESTUDIANTES DE SECUNDARIA DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA PÚBLICA N°1263 PURUCHUCO- ATE VITARTE, 2022.

LÍNEA DE INVESTIGACIÓN
CALIDAD DE VIDA, RESILIENCIA Y BIENESTAR PSICOLOGICO

PRESENTADO POR
Bach. Pablo Isidro Puelia Sánchez
Bach. Blanca Noemí Tacca Apaza

TESIS DESARROLLADA PARA OPTAR EL TÍTULO PROFESIONAL DELICENCIADO EN PSICOLOGIA

ASESOR
Dr. Yreneo Eugenio Cruz Telada

Todas las fuentes

Coincidencia 1 de 13

- bibvirtual.ucla.edu.ve Fuente de Internet 1 %
- www.ccoo.upv.es Fuente de Internet 1 %
- repositorio.unjuanabl... Fuente de Internet 1 %
- res.mdpi.com Fuente de Internet 1 %
- Www.elconfidencialdigi... Fuente de Internet 1 %
- www.medicina.umich... Fuente de Internet 1 %
- www.wis.ufg.edu.sv Fuente de Internet: 2 URL 1 %
- repositorio.escuelafolk... Fuente de Internet 1 %

Excluir fuentes

Página: 1 de 107 Número de palabras: 20271 Versión solo texto del informe Alta resolución Apagado

TESIS_ESTRES_Ttacca_Apaza.docx

INFORME DE ORIGINALIDAD

23%

INDICE DE SIMILITUD

22%

FUENTES DE INTERNET

5%

PUBLICACIONES

5%

TRABAJOS DEL ESTUDIANTE

FUENTES PRIMARIAS

1	dialnet.unirioja.es Fuente de Internet	1%
2	blogpsicobiologico.blogspot.com Fuente de Internet	1%
3	res.mdpi.com Fuente de Internet	1%
4	elestresenlautec.blogspot.com Fuente de Internet	1%
5	www.elconfidencialdigital.com Fuente de Internet	1%
6	ikua.iiap.gob.pe Fuente de Internet	1%
7	eprints.ucm.es Fuente de Internet	1%
8	docs.google.com Fuente de Internet	1%
9	repositorio.unijuanpablo.edu.pe Fuente de Internet	1%

