



UNIVERSIDAD  
**AUTÓNOMA**  
DE ICA

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

TESIS

**ESTRÉS LABORAL Y ANSIEDAD EN DOCENTES DE LA  
INSTITUCION EDUCATIVA “ALMIRANTE MIGUEL GRAU  
SEMINARIO” DE LA PROVINCIA DE ILO, MOQUEGUA –  
2024.**

LÍNEA DE INVESTIGACIÓN  
CALIDAD DE VIDA, RESILIENCIA Y BIENESTAR  
PSICOLÓGICO

**PRESENTADO POR:**

SAYDA TERESA VILCA RAMOS

TESIS DESARROLLADA PARA OPTAR EL TÍTULO  
PROFESIONAL DE LICENCIADA EN PSICOLOGÍA

DOCENTE ASESOR:

MG. KELLY FARA VARGAS PRADO

CÓDIGO ORCID: N° 0000-0002-3322-1825

CHINCHA, 2024

## CONSTANCIA DE APROBACIÓN DE LA INVESTIGACIÓN

Chincha, 03 de Octubre del 2024

Dra. Susana Marleny Atuncar Deza  
DECANA DE LA FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD  
Presente. -

De mi especial consideración:

Sirva la presente para saludarle e informar que la bachiller: Sayda Teresa Vilca Ramos, con DNI N°45603871 de la Facultad Ciencias de la Salud del programa Académico de Psicología, ha cumplido con presentar su tesis titulada: "ESTRÉS LABORAL Y ANSIEDAD EN DOCENTES DE LA INSTITUCION EDUCATIVA "ALMIRANTE MIGUEL GRAU SEMINARIO" DE LA PROVINCIA DE ILO, MOQUEGUA – 2024" con mención

APROBADO(A):

Por lo tanto, queda expedito para la revisión por parte de los Jurados para su sustentación.

Agradezco por anticipado la atención a la presente, aprovecho la ocasión para expresar los sentimientos de mi especial consideración y deferencia personal.

Cordialmente,



Asesor: Mg. Kelly Fara Vargas Prado  
Código ORCID N.º 0000-0002-3322-1825

### DECLARATORIA DE AUTENCIDAD DE LA INVESTIGACIÓN

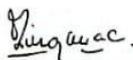
Yo, Sayda Teresa Vilca Ramos identificado(a) con DNI N°45603871, en mi condición de estudiante del programa de estudios de Psicología de la Facultad de Ciencias de la Salud en la Universidad Autónoma de Ica y que habiendo desarrollado la Tesis titulada: Estrés laboral y ansiedad en docentes de la Institución educativa "Almirante Miguel Grau Seminario" de la provincia de Ilo, Moquegua – 2024, declaro bajo juramento que:

- a. La investigación realizada es de mi autoría
- b. La tesis no ha cometido falta alguna a las conductas responsables de investigación, por lo que, no se ha cometido plagio, ni auto plagio en su elaboración.
- c. La información presentada en la tesis se ha elaborado respetando las normas de redacción para la citación y referenciación de las fuentes de información consultadas. Así mismo, el estudio no ha sido publicado anteriormente, ni parcial, ni totalmente con fines de obtención de algún grado académico o título profesional.
- d. Los resultados presentados en el estudio, producto de la recopilación de datos son reales, por lo que, el(la) investigador(a) no ha incurrido ni en falsedad, duplicidad, copia o adulteración de estos, ni parcial, ni totalmente.
- e. La investigación cumple con el porcentaje de similitud establecido según la normatividad vigente de la Universidad (no mayor al 28%), el porcentaje de similitud alcanzado en el estudio es del:

19%

Autorizamos a la Universidad Autónoma de Ica, de identificar plagio, autoplagio, falsedad de información o adulteración de estos, se proceda según lo indicado por la normatividad vigente de la universidad, asumiendo las consecuencias o sanciones que se deriven de alguna de estas malas conductas.

Chincha Alta, 03 de Octubre del 2024





Sayda Teresa Vilca Ramos  
DNI: 45603871

**CERTIFICACION A LA VUELTA**

## DEDICATORIA

A mis queridas hijas Rafaella y Camila, quienes me apoyaron en los momentos en que necesite aliento a seguir luchando contra cada obstáculo que se ponía en frente y no rendirme para seguir cumpliendo mis metas.

Sayda

## **AGRADECIMIENTO**

A Dios, por iluminarme, encaminarme en el trayecto de mi vida, brindarme conocimiento y perseverancia a seguir a pesar de las dificultades. Especialmente en este proyecto de investigación, gracias a él no hubiera logrado finalizar esta meta.

Al Dr. Hernando Martín Campos Martínez, rector de la Universidad Autónoma de Ica, y a la Dra. Susana Atuncar Deza, por darme la oportunidad para seguir con mis estudios en el programa de titulación.

A la Mg. Kelly Fara Vargas Prado, por sus aportes brindados e insistencia, para la terminación de mi investigación.

Al Institución Educativa “Almirante Miguel Grau Seminario”, representada por el Director Lic. Alfredo Edgardo Cuayla Manchego, a los docentes por darme la oportunidad de aplicar las herramientas de recopilación de información y permitir concluir esta investigación.

La autora

## RESUMEN

La investigación tuvo como objetivo determinar la relación que existe entre el estrés laboral y la ansiedad en docentes de la Institución Educativa “Almirante Miguel Grau Seminario” de la provincia de Ilo, Moquegua – 2024.

Presentando el tipo de investigación básica, de diseño no experimental, descriptivo correlacional. La población muestral fue de 50 docentes de nivel Inicial, Primaria y Secundaria de la Institución Educativa “Almirante Miguel Grau Seminario” de la provincia de Ilo; los instrumentos usados para el recojo de información fue la escala para medir el estrés laboral y el cuestionario STAI de ansiedad estado-rasgo. Para la variable estrés laboral los resultados mostraron que el 62% se sitúa en el nivel bajo, el 24% en el nivel regular y el 14% se sitúa en el nivel alto; por otro lado, la variable ansiedad evidencio resultados donde el 44% se ubica en el nivel muy bajo, 30% nivel bajo, 24% nivel regular y 2% en el nivel alto.

Finalmente, se determinó que existe relación significativa entre el estrés laboral y la ansiedad en docentes de la Institución Educativa “Almirante Miguel Grau Seminario” de Ilo, Moquegua – 2024; habiendo obtenido un  $p$  valor = 0.001; y una correlación de Rho de Spearman de 0.593 indicando correlación positiva moderada.

**Palabras claves:** Estrés, ansiedad, laboral, riesgos psicosociales y salud mental.

## ABSTRACT

The objective of the research was to determine the relationship between work stress and anxiety in teachers of the “Almirante Miguel Grau Seminario” Educational Institution in the province of Ilo, Moquegua - 2024.

Presenting the type of basic research, non-experimental, descriptive correlational design. The sample population consisted of 50 teachers at the kindergarten, primary and secondary levels of the “Almirante Miguel Grau Seminario” Educational Institution in the province of Ilo; the instruments used to collect information were the scale to measure work stress and the STAI questionnaire of state-trait anxiety. For the work stress variable, the results showed that 62% were in the low level, 24% in the regular level and 14% in the high level; on the other hand, the anxiety variable showed results where 44% were in the very low level, 30% in the low level, 24% in the regular level and 2% in the high level.

Finally, it was determined that there is a significant relationship between work stress and anxiety in teachers of the Educational Institution “Almirante Miguel Grau Seminario” of Ilo, Moquegua - 2024; having obtained a p value = 0.001; and a Spearman's Rho correlation of 0.593 indicating a moderate positive correlation.

**Key words:** Stress, anxiety, work, psychosocial risks and mental health.

## ÍNDICE GENERAL

Portada	i
Constancia de aprobación de investigación	ii
Declaratoria de autenticidad de la investigación	iii
Dedicatoria	iv
Agradecimiento	v
Resumen	vi
Abstract	vii
Índice general/Índice de tablas académicas y figuras	viii
<b>I. INTRODUCCIÓN</b>	<b>13</b>
<b>II. PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA</b>	<b>15</b>
2.1. Descripción del Problema	15
2.2. Pregunta de investigación general	17
2.3. Preguntas de investigación específicas	17
2.4. Objetivo General	17
2.5. Objetivos específicos	17
2.6. Justificación e importancia	17
2.7. Alcances y limitaciones	19
<b>III. MARCO TEÓRICO</b>	<b>20</b>
3.1. Antecedentes	20
3.2. Bases teóricas	23
3.3. Marco conceptual	33
<b>IV. METODOLOGÍA</b>	<b>35</b>
4.1. Tipo y Nivel de investigación	35
4.2. Diseño de la Investigación	35
4.3. Hipótesis general y específicas	36
4.4. Identificación de las variables	36
4.5. Matriz de operacionalización de variables	38
4.6. Población – Muestra	41
4.7. Técnicas e instrumentos de recolección de información	42
4.8. Técnicas de análisis e procesamiento de datos	44

<b>V. RESULTADOS</b>	46
5.1. Presentación de Resultados	46
5.2. Interpretación de Resultados	58
<b>VI. ANÁLISIS DE RESULTADOS</b>	60
6.1. Análisis inferencial	60
<b>VII. DISCUSIÓN DE RESULTADOS</b>	66
7.1. Comparación de resultados	66
<b>CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES</b>	69
<b>REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS</b>	70
<b>ANEXOS</b>	76
Anexo 1: Matriz de consistencia	77
Anexo 2: Instrumento de recolección de datos	79
Anexo 3: Ficha de validación de instrumentos de medición	86
Anexo 4: Data de resultados	91
Anexo 5: Consentimiento informado	98
Anexo 6: Documentos administrativos	99
Anexo 7: Evidencias fotográficas/otras evidencias	102
Anexo 8: Informe de Turnitin al 28% de similitud	105

## ÍNDICE DE TABLAS

		Pág.
Tabla 1	Datos sociodemográficos de los docentes de la Institución Educativa “Almirante Miguel Grau Seminario”, de la provincia de Ilo, Moquegua – 2024	46
Tabla 2	Estrés laboral en docentes de la Institución Educativa “Almirante Miguel Grau Seminario”, de la provincia de Ilo, Moquegua – 2024.	47
Tabla 3	Clima en docentes de la Institución Educativa “Almirante Miguel Grau Seminario”, de la provincia de Ilo, Moquegua – 2024.	48
Tabla 4	Estructura en docentes de la Institución Educativa “Almirante Miguel Grau Seminario”, de la provincia de Ilo, Moquegua – 2024.	49
Tabla 5	Territorio en docentes de la Institución Educativa “Almirante Miguel Grau Seminario”, de la provincia de Ilo, Moquegua - 2024.	50
Tabla 6	Tecnología en docentes de la Institución Educativa “Almirante Miguel Grau Seminario”, de la provincia de Ilo, Moquegua – 2024	51
Tabla 7	Influencia del líder en docentes de la Institución Educativa “Almirante Miguel Grau Seminario”, de la provincia de Ilo, Moquegua – 2024.	52
Tabla 8	Falta de cohesión de grupo en docentes de la Institución Educativa “Almirante Miguel Grau”, de la provincia de Ilo, Moquegua – 2024.	53
Tabla 9	Respaldo de grupo en docentes de la Institución Educativa “Almirante Miguel Grau Seminario”, de la provincia de Ilo, Moquegua – 2024.	54
Tabla 10	Ansiedad en docentes de la Institución Educativa “Almirante Miguel Grau Seminario”, de la provincia de Ilo, Moquegua – 2024.	55

Tabla 11	Ansiedad estado en docentes de la Institución Educativa “Almirante Miguel Grau Seminario”, de la provincia de Ilo, Moquegua – 2024.	56
Tabla 12	Ansiedad rasgo en docentes de la Institución Educativa “Almirante Miguel Grau Seminario”, de la provincia de Ilo, Moquegua – 2024.	57
Tabla 13	Prueba de normalidad	60

## ÍNDICE DE FIGURAS

	Pág.	
Figura 1	Resultados de estrés laboral	47
Figura 2	Resultados de clima	48
Figura 3	Resultado de estructura	49
Figura 4	Resultado de territorio	50
Figura 5	Resultados de tecnología	51
Figura 6	Resultados de influencia del líder	52
Figura 7	Resultados de falta de cohesión de grupo	53
Figura 8	Resultados de respaldo de grupo	54
Figura 9	Resultados de ansiedad	55
Figura 10	Resultados de ansiedad estado	56
Figura 11	Resultados de ansiedad rasgo	57

## I. INTRODUCCIÓN

Con el paso de los años, el estrés laboral es considerado uno de los principales riesgos psicosociales que repercute seriamente en el sector salud y diversas organizaciones en general. El estrés laboral interviene en grandes grupos de personas sin distinciones de clase social, género y/o raza afectando la salud física, mental y social de las personas. Influyendo en su desempeño, rendimiento provocando ausentismo y deserción laboral a las grandes compañías y/o organizaciones. Por otra parte, la ansiedad es la respuesta al miedo, es una reacción normal al estrés. Cuando se vuelve desproporcionada, afecta nuestra salud física, mental, social y el desempeño laboral, constituyéndose como un problema de salud.

La Organización Internacional del trabajo (OIT, 2017), refiere que el estrés laboral es la respuesta fisiológica y emotiva ante el deterioro ocasionado por un desorden entre las demandas percibidas de un individuo para hacer frente a esas exigencias.

Según Virues (2005), la ansiedad es una respuesta emocional que se presenta en el individuo ante situaciones que percibe o interpreta como amenazantes o peligrosas, aunque la ansiedad es nociva cuando es excesiva y frecuente.

Esta investigación, toma relevancia de estudio, debido que el estrés laboral es una problemática común, pero presente que aqueja a los docentes, por el cual ellos desempeñan un papel crucial en la formación de sus estudiantes, que vendría a ser su segundo hogar de formación. Por otro lado, la ansiedad toma un papel fundamental en los docentes; en la afectación del desenvolvimiento de sus actividades como sentirse inseguros, preocupados, tensión muscular y conductas evitativas.

Es por ello que esta investigación buscó determinar la relación que existe entre el estrés laboral y la ansiedad en docentes de la Institución Educativa “Almirante Miguel Grau Seminario” de la provincia de Ilo, Moquegua – 2024. Se trabajó con una metodología de carácter básico, con corte transversal y diseño no experimental.

La presente investigación se realizó siguiendo el formato actual de la universidad:

Capítulo I, se expone la introducción.

Capítulo II. Este acápite plasma el planteamiento del problema de investigación, la pregunta general y las específicas, los objetivos, justificación, la importancia, alcances y limitaciones.

Capítulo III. Marco teórico; donde se exponen los antecedentes, así como las bases teóricas y el marco conceptual.

Capítulo IV. La metodología; el tipo y diseño de investigación; se plasmó la hipótesis general y específicas; identificación de variables, operacionalización, población, muestra, los métodos de recolección de datos, y las técnicas de procesamiento de datos.

Capítulo V. Resultados, donde se muestran los datos obtenidos del estudio.

Capítulo VI. Se considera el análisis de resultados e incluye el análisis inferencial de la investigación.

Capítulo VII. Aquí se encuentra la discusión de los resultados, en el que se llevó a cabo la comparación de los resultados de la investigación.

Después las conclusiones y recomendaciones y también las referencias bibliográficas, los anexos de la investigación.

La autora

## II. PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

### 2.1. Descripción del problema

En la actualidad, el sistema educativo pasa por una transición de varios cambios constantemente que afectan a los docentes. Estas variaciones o situaciones hacen que los educadores tomen estrategias de afrontamiento y/o adaptación. Estas circunstancias traen tensión, ansiedad, estrés laboral, agotamiento mental y emocional en los docentes. El estrés laboral y la ansiedad son factores que más influyen en la plana docente; por estar sujetos a diversas variaciones situacionales y/o condiciones laborales, por cuanto esto afecta su desempeño en la formación de los estudiantes a su cargo.

A nivel internacional, en Ecuador se realizó un trabajo de investigación en docentes de una Institución Pública de la ciudad de Manta, donde el 44% se encuentra en el nivel preocupante y el 21% en el nivel grave de estrés laboral; este indicador refleja que la docencia es una de las profesiones más vulnerables al desarrollo de trastornos asociados al estrés (García, 2020). En cuanto a la ansiedad, Mora et al. (2021), realizó un estudio en docentes de Instituciones Fiscales de la ciudad de Quito, donde el 30,30% presentó un nivel severo de ansiedad; por esto se viene teniendo problemas de desempeño laboral y familiar, y manifestándose cambios emocionales.

A nivel nacional, Soto (2022); en cuanto al estrés laboral en docentes de una Institución Educativa Tumbes, fue percibido como de nivel moderado o medio por el 93,3%; es decir que, la gran mayoría de los encuestados considera que hay una incidencia de situaciones estresantes que se están presentando en el ámbito educativo y ocasionando problemas en sus funciones educativas. Sobre la ansiedad, Cumpa & Yarlaque (2022), realizaron un trabajo de

investigación en docentes de Instituciones de la región Lambayeque, en tiempos de COVID-19, donde sus reportes obtenidos indican que el nivel de ansiedad fue alto en el 19% y medio un 58%; se ha puesto en evidencia que los docentes han experimentado dificultades para manejar las nuevas tecnologías y adecuar la enseñanza a través de estos recursos, situación que genera en los docentes emociones intensificadas de miedo, sentimientos de insuficiencia los cuales afectan la salud mental del docente y ocasionan problemas como la ansiedad, estrés e incluso el síndrome de Burnout.

A nivel local, en la ciudad de Moquegua se encontró que la intensidad de estrés laboral de los docentes de una Institución Educativa fue alta en un 57%; reflejando en los docentes altas demandas de trabajo, el sobrecargo de actividades, problemas en el manejo de tiempo (Coayla y Juárez, 2023); respecto a la ansiedad, Luque y Llanos (2024), manifestaron que el 19,12% de docentes presentaron un nivel moderado y 14,71% una ansiedad intensa; por cuanto esto afecta su desempeño.

En la Institución Educativa Almirante Miguel Grau Seminario; los docentes estarían expuestos a situaciones de estrés, esto se debería a la falta de planificación de sus actividades y diversos cambios en cómo se deben adaptar a las nuevas modalidades de impartir clases como la virtualidad, actualizaciones. Por otro lado, estos factores desencadenarían situaciones de tensión y/o ansiosas y de desgaste emocional, modo de pensar negativo, miedo, angustia, preocupación, cansancio y/o entre otros síntomas.

## **2.2. Pregunta de investigación general**

¿Cuál es la relación que existe entre el estrés laboral y la ansiedad en docentes de la Institución Educativa “Almirante Miguel Grau Seminario” de la provincia de Ilo, Moquegua – 2024?

## **2.3. Preguntas de investigación específicas**

PE1. ¿Cuál es la relación que existe entre el estrés laboral y la ansiedad estado en docentes de la Institución Educativa “Almirante Miguel Grau Seminario” de la provincia de Ilo, Moquegua – 2024?

PE2. ¿Cuál es la relación que existe entre el estrés laboral y la ansiedad rasgo en docentes de la Institución Educativa “Almirante Miguel Grau Seminario” de la provincia de Ilo, Moquegua – 2024?

## **2.4. Objetivo General**

Determinar la relación que existe entre el estrés laboral y la ansiedad en docentes de la Institución Educativa “Almirante Miguel Grau Seminario” de la provincia de Ilo, Moquegua – 2024.

## **2.5. Objetivos específicos**

OE1. Establecer la relación que existe entre el estrés laboral y la ansiedad estado en docentes de la Institución Educativa “Almirante Miguel Grau seminario” de la provincia de Ilo, Moquegua – 2024.

OE2. Establecer la relación que existe entre el estrés laboral y la ansiedad rasgo en docentes de la Institución Educativa “Almirante Miguel Grau seminario” de la provincia de Ilo, Moquegua – 2024.

## **2.6. Justificación e importancia**

### **Justificación**

Esta investigación se justificó en los siguientes aspectos:

**Justificación teórica:** Este estudio se fundamentó en fuentes confiables de información, en trabajos previos, se revisó las variables estrés laboral y ansiedad; cada una de ellas y su relación significativa. Su revisión aportará nuevos hallazgos, conocimientos para afrontar esta problemática que aquejan a los docentes.

**Justificación práctica:** Los resultados del estudio de las variables permitió crear y elaborar nuevos métodos de intervención para solucionar dicha problemática; y estrategias para su prevención oportuna, además de conocer la realidad problemática actual y/o necesidades de los docentes.

**Justificación metodológica:** Fue de utilidad metodológica por el uso de instrumentos de recolección de datos; que permitió plantear las variables e indicadores, es de enfoque cuantitativo pues consintió el análisis de datos y comprobar hipótesis. Por consiguiente, con la información recopilada se busca crear un nuevo antecedente de información de las variables estrés laboral y ansiedad, para posteriores investigaciones.

**Justificación psicológica:** Este estudio se justificó a nivel psicológico, ya es necesario abordar la actual problemática del estrés laboral y ansiedad en docentes. Son una población vulnerable a desarrollar desajustes emocionales por condiciones difíciles de trabajar, por excesivas demandas de trabajo, por falta de planificación de sus tiempos. Repercutiendo su salud mental.

### **Importancia**

Es importante abordar el estrés laboral y su relación con la ansiedad, porque se manifiestan en las organizaciones, y estas se ven perjudicadas por bajo rendimiento laboral, deserción y presentando

síntomas de ansiedad, como nerviosismo, tensión en los docentes impidiendo un adecuado desempeño en el trabajo. Los docentes, desempeñan una labor importante en la formación de los estudiantes.

## **2.7. Alcances y limitaciones**

### **Alcances**

Se consideraron los siguientes:

**Alcance social:** Esta investigación se efectuó con docentes del nivel secundario de la Institución Educativa Almirante Miguel Grau, Ilo.

**Alcance espacial o geográfica:** Este estudio se llevó a cabo en la Institución Educativa Almirante Miguel Grau Seminario, ubicado en la Pampa Inalámbrica en la provincia de Ilo, departamento Moquegua.

**Alcance temporal:** El estudio se desarrolló entre los meses de abril a setiembre del 2024.

**Alcance metodológico:** La investigación fue de enfoque cuantitativo, de tipo básica, utilizando un diseño no experimental y descriptivo correlacional, se logro determinar la relación de las variables.

### **Limitaciones**

Las limitaciones que se encontraron durante el desarrollo de este trabajo, fueron las siguientes:

-Un inconveniente fue la coordinación para la aplicación de los instrumentos, esto se debió por mis horarios de trabajo, por motivos de salud y los horarios disponibles de la institución educativa. Se hizo un esfuerzo para ajustar tiempos pero se logró.

-También otro inconveniente fue las inclemencias clima, afectando la salud de los coordinadores y docentes, viéndose en la necesidad de faltar en sus labores, a pesar de estos inconvenientes se pudo cumplir con las demandas de la investigación.

### III. MARCO TEÓRICO

#### 3.1. Antecedentes

##### **Antecedentes internacionales**

Gutiérrez (2022), con su investigación denominada: Factores de riesgo psicosocial y su relación con estrés laboral en docentes de una Unidad Educativa. Teniendo como objetivo de analizar los riesgos psicosociales y su relación con el estrés laboral en docentes; corresponde a una investigación de enfoque cuantitativo, es de tipo descriptivo-correlacional; con una población muestral de 90 docentes; para el recojo de información se administró cuestionarios. Los resultados obtenidos en los docentes, se ubicaron en el nivel medio de estrés con el 50%, seguido del nivel alto con un 43% y un 7% nivel bajo. Se concluyó que no existe una correlación entre los riesgos psicosociales y estrés laboral.

Carrera (2022), con su tesis titulada: Estrés laboral y su relación con los rasgos de personalidad en docentes. Teniendo como objetivo de identificar los niveles de estrés laboral y su relación con los rasgos de personalidad; de enfoque cuantitativo, descriptivo correlacional y transversal; con una población muestral de 68 docentes; para recabar datos se utilizó el cuestionario de estrés laboral de la OIT-OMS y para rasgos de personalidad se empleó el Big five. Como resultados se obtuvo que, en los docentes, predominan los niveles bajos de estrés con un 82,4%, seguido del nivel intermedio 8,8% y de igual manera 8,8%. Logrando concluir el estrés laboral tiene una correlación negativa baja con la dimensión apertura mental.

Mora et al. (2021), con su trabajo de investigación denominado: Impacto de la pandemia de covid-19 en los docentes: burnout, ansiedad y depresión en docentes. Teniendo como objetivo analizar la situación

actual de los docentes; pertenece a un enfoque cuantitativo; la población muestral fue de 132 docentes; para obtener la información se aplicó cuestionarios y test. Los resultados fueron un 47% presenta ansiedad moderada, 10 % no hay ansiedad presente, 13% grado máximo de ansiedad y un 30 % un cuadro de ansiedad severa. Se concluye que este grupo de la población presenta factores de Burnout y se encuentra al límite de ansiedad y depresión, lo que incide en el desempeño laboral y familiar, y se manifiesta con cambios emocionales.

### **Antecedentes nacionales**

Orrillo y Yauri (2022), con su investigación: Ansiedad y depresión en docentes de nivel secundario de instituciones públicas de Cajamarca, 2021. El objetivo fue determinar si existe relación entre ansiedad estado-rasgo y depresión; la investigación pertenece a un estudio no experimental con un enfoque cuantitativo, con corte transversal y de tipo descriptivo-correlacional; la población de este estudio es de 500 docentes; y la muestra está conformada por 160 docentes; se aplicó el Inventario de Ansiedad Estado-Rasgo (IDARE). En los resultados se contempló el nivel de ansiedad en docentes se ubicó en un nivel medio 7% y 93% se ubicaron en un nivel alto. Logrando concluir que si existe correlación entre las variables ansiedad – estado, ansiedad - rasgo y depresión.

Cumpa & Yarlaque (2022), con su tesis titulada: Resiliencia y ansiedad en docentes de instituciones educativas de la región Lambayeque, en tiempos de covid-19. Teniendo como objetivo analizar la relación entre la resiliencia y ansiedad; pertenece a un estudio no experimental-transversal, y correlacional; la población fue de 195 docentes, se escogió a 134 docentes como muestra; para recabar información se administró la escala de Wagnild y Young y el Inventario de Ansiedad Rasgo- Estado (IDARE). Los reportes obtenidos indican

que el nivel de ansiedad en los docentes fue bajo en el 23%, alto en el 19% y medio en el 58%. Logrando concluir que la resiliencia y la ansiedad se relacionan de manera significativa e inversa, según sexo, edad, tipo de institución y nivel de ingresos de los docentes.

Jiménez (2022), con su tesis titulada: Niveles de estrés laboral en docentes de una Institución Educativa de Santo Domingo de Acobamba, 2022. El estudio tuvo como objetivo determinar el nivel de estrés laboral en docentes; la investigación fue básica, no experimental; la población muestral fue conformada por 60 profesionales de educación; para la recolección de información se utilizó la escala de Estrés Percibido (EEP-10). Como resultados nivel medio de estrés laboral 35%, nivel alto de estrés 33% y nivel bajo de estrés laboral 32%. Logrando concluir que los niveles de estrés laboral se encuentran a un nivel medio en docentes.

### **Antecedentes regionales/locales**

Luque y Llanos (2024), con su trabajo titulado: Estrés laboral y ansiedad en docentes de una institución educativa de la provincia de Ilo, 2022. El estudio tuvo por objetivo establecer la relación entre el estrés laboral y ansiedad en docentes; fue de enfoque cuantitativo, diseño no experimental, descriptivo correlacional; la población muestral estuvo conformada por 68 docentes; para recoger la información se administró el cuestionario de Estrés Laboral OIT – OMS y el cuestionario de Ansiedad de William Zung. En los resultados, la variable estrés laboral un 44% indica un nivel muy bajo, 25% nivel alto, 18% nivel bajo y el 13% al nivel muy alto; de la variable ansiedad, un 43% se ubica en el nivel normal, 23% leve, 19% moderada y 15% severa. Logrando concluir que existe una relación significativa entre el estrés laboral y ansiedad con p valor de 0.000 inferior y correlación de 0.932.

Coayla y Juárez (2023), con su trabajo de investigación denominado: Relación entre estrés laboral y la satisfacción laboral de los docentes de la institución educativa emblemática Simón Bolívar de la región Moquegua, en el año 2022. Tuvo como objetivo establecer la relación existente entre el estrés laboral y la satisfacción laboral de los docentes; utilizándose el tipo de investigación no experimental, aplicada y cuantitativa-correlacional; la población muestral estuvo conformada 68 docentes; los instrumentos empleados fueron el Inventario de Maslach Burnout-MBI y la escala SL-ARG. Como resultados se obtuvo que los docentes en cuanto al estrés laboral el 57% un nivel alto, el 38% un nivel medio y el 4% se encuentra en un nivel bajo. Logrando concluir que existe relación entre las dos variables.

Huamán y Toledo (2023), con su tesis titulada: Estrés laboral en docentes de las instituciones educativas “Daniel Becerra Campo” y “William Prescott” de la ciudad de Ilo, región Moquegua, Perú 2020. Se planteó como objetivo determinar el nivel de estrés laboral en los docentes de las instituciones educativas; el estudio se desarrolló en el marco del enfoque cuantitativo; la población muestral estuvo integrada de 67 docentes; para el recojo de información se hizo uso de la encuesta de Estrés Laboral JSS. Como conclusión del estudio, se encontró que el nivel de estrés laboral de los docentes, no es intenso ni frecuente.

## **3.2. Bases teóricas**

### **3.2.1. Estrés laboral**

#### **3.2.1.1. Conceptualización de estrés laboral**

Para Félix et al. (2018), es la vivencia de un individuo, generada por la impresión de reclamos excesivos, difíciles de manejar y que pueden traer consecuencias negativas para el individuo.

Otros autores como Buitrago et al. (2021), indican que el estrés laboral es una problema psicológico-social presente en la actualidad,

por la incapacidad de adaptación de los sujetos a las elevadas demandas de trabajo. Esto da una respuesta orgánica a situaciones tensas que afectarían la salud física y mental de los trabajadores.

Para Buitrago et al. (2021), es un trastorno que afecta el estado mental de un individuo, generando respuestas de tipo emotivo, cognitivo, orgánico y de comportamiento frente a situaciones demandantes que sobrepasa los propios recursos y de índole laboral.

Así también para Burgos et al. (2020), indican que el estrés es la respuesta fisiológica normal a ciertas situaciones, puede llegar a ser patológico si las reacciones son inadecuadas, afectando de manera física, emocional, social o psíquica al individuo que lo experimenta.

Por otro lado, Bardales (2023), el estrés laboral se manifiesta por la presión en el trabajo, pudiendo ocasionar saturaciones mental y física en el colaborador, provocando diferentes consecuencias que no son solo dañinos a la salud, si no en su entorno provocan desequilibrios personales y laborales.

### **3.2.1.2. Dimensiones del estrés laboral**

Según Ivancevich y Matteson (1989), las dimensiones del estrés laboral son:

**Clima organizacional:** Es el conjunto de características del medio ambiente laboral y su percepción directa o indirecta del clima organizacional por parte de los trabajadores, que influyen en su comportamiento laboral ya que intervienen factores del sistema organizacional y el comportamiento individual, en su sitio de trabajo (García, 2009).

**Estructura organizacional:** Para Mintzberg (2003), esta dimensión mide la percepción individual, de los objetivos de la organización a través de sus políticas, objetivos y estrategias para alcanzar los logros establecidos a través de los lineamientos estipulados en la misión y visión de la organización.

**Territorio organizacional:** Son los elementos que se ubican en el entorno del trabajador y sus colegas realizan sus actividades de trabajo (Takamura, 2020).

**Tecnología:** Esta dimensión explica los sistemas que se usan en una institución (Takamura, 2020).

**Influencia del líder:** Esta dimensión permite conocer el liderazgo que se ejerce ante los subordinados, en pro de alcanzar los objetivos de la organización, a través de las líneas de mando (Lussier, 2005).

**Falta de cohesión de grupo:** Es la falta de integración de sus trabajadores para realizar labores en conjunto (Takamura, 2020).

**Respaldo de grupo:** Se manifiesta por medio de la ayuda y actitudes positivas entre compañeros ante situaciones adversas (Takamura, 2020).

### **3.2.1.3. Consecuencias del estrés laboral para la organización**

Dentro de las consecuencias que podría sufrir la organización, se menciona el bajo rendimiento, la descoordinación, el incumplimiento de objetivos prioritarios y el absentismo laboral, afectando la estabilidad psíco-física del grupo reflejado a su vez, en el bajo rendimiento del equipo, causando incertidumbre, lo que a su vez conlleva a tareas inconclusas o inacabadas, convirtiéndose en un círculo vicioso, donde el ausentismo laboral sobrecarga el rol de trabajo de los demás, que agudiza la situación dado a que esta situación es transmitida en la prestación de servicios a los usuarios dado a la inseguridad en las operaciones laborales, baja calidad de la atención, irritabilidad y agresividad; Ahora bien, la afectación sintomática que presenta el trabajador, dentro del espectro del estrés laboral es: sobrecarga emocional, desmotivación, depresión, deterioro físico, jaquecas, migrañas, apatía, inseguridad, desánimo, irritabilidad, alteraciones de carácter, deterioro de las relaciones familiares, desilusión, desinterés y ansiedad (González et al., 2002).

#### **3.2.1.4. El estrés laboral en docentes**

Donayre (2016), dice, el estrés del profesor es la vivencia de emociones negativas y amenazantes, como el enojo, la frustración, la tensión, tristeza y nerviosismo, que se desarrollan en el trabajo del profesor. La función del docente frente a la sociedad es instruir es una profesión admirable que ayuda a los niños a aprender y desarrollarse. Por otro lado también es un trabajo muy demandante, por lo cual, todos los docentes terminan sufriendo estrés a largo o mediano plazo.

Sánchez (2017), considera que el profesor se encuentra apartado de sus colegas, esto impide tener una conciencia práctica, de trabajar en equipo y enfrentarse a los desafíos cotidianos de su entorno de trabajo. Por lo tanto quizá el profesor es considerado como un sujeto vulnerable porque se expone a situaciones en que los estudiantes y compañeros de trabajo hagan comentarios desatinados, haciéndolos sentirse incómodos. La preparación de los materiales didácticos son acontecimientos que podrían provocar molestias si no se dan de forma correcta, el profesor labora con más efectividad si cuenta con mejores materiales didácticos.

#### **3.2.1.5. Teoría que fundamenta el estrés laboral**

Respecto a los modelos teóricos son los siguientes:

**Teoría fisiológica del estrés:** Propuesta por Cannon (1932), se fundamenta en la respuesta de ataque – huida; se produce de manera inmediata por amenazas internas o externas; por lo cual, el cuerpo de cada individuo pasa por diversos procesos fisiológicos; lo cual se ha demostrado en el aumento de las hormonas y el aumento de la presión sanguínea. El estrés era observado como estímulos, que se desarrollan en el contexto y estos a su vez producen tensión en el sujeto.

**Síndrome General de Adaptación:** Teoría propuesta por Selye (1982), se basó en que el cuerpo físico se activa al momento de

enfrentarse a estímulos estresantes; estas respuestas involucran al eje hipotálamo –hipófiso suprarrenal y la activación del sistema colinérgico (Vidal, 2019)

Selye (1982), señala que este patrón teórico se basa mediante tres etapas:

-Etapa de alarma; es aquel proceso donde los individuos responden ante la presencia de una situación adversa o peligrosa, como una respuesta denominada choque; después a una de antichoque; esto representa, que el sistema nervioso autónomo de un sujeto responde a los estímulos que generan el estrés.

-La segunda etapa es llamada la resistencia; aquí el cuerpo se adapta y mantiene una estabilidad; esta fase está determinada por la disminución de los cambios corporales y bioquímicos que se ven agravados en la primera etapa. Cabe indicar que si esta fase permanece en el tiempo, pueden aparecer dolencias tales como úlceras pépticas; predisponiendo las infecciones en un sujeto.

-La tercera etapa de agotamiento; en esta fase el individuo usa todas sus herramientas como medio para poder hacer frente a los agentes de estrés; lo que provoca dos consecuencias, la primera es que el cuerpo se ajusta y la segunda es que si no existe un amoldamiento por parte del cuerpo se desarrollará el agotamiento, regresando los síntomas de la primera fase.

**Teoría de desbalance entre esfuerzo y recompensa:** Según Siegrist (1996), indica que el estrés se genera cuando se presenta un esfuerzo alto y baja recompensa, las variables que presenta son el esfuerzo extrínseco, intrínseco y de recompensa. Las demandas en el trabajo y motivación alta con afrontamiento son los esfuerzos. La recompensa está en base a tres maneras, como el status, estima y dinero. Es por eso que el estrés se produce por bajos salarios, pérdida de empleo que provoca el desgaste del status social, esta teoría está relacionada al deterioro mental y enfermedad cardiovascular.

### **3.2.2. Ansiedad**

#### **3.2.2.1. Conceptualización de la ansiedad**

Se define a la ansiedad como un proceso experimentado en situaciones significativas o difíciles en la que el ser humano origina respuestas a nivel cognitivo, fisiológico y conductual; estas reacciones se ponen de manifiesto ante un suceso que representa peligro y que es inconsciente repercutiendo en la salud del ser humano (Stossel, 2014).

Para Jarne et al. (2011), definen la ansiedad en el que un individuo experimenta inquietud, presión y pánico, radica en las emociones que se generan cuando el individuo se siente asustado por peligros externos o internos.

Por otro lado, Bertoglia (2005), dice que la ansiedad es el miedo que puede ir desde lo más simple que nos cause temor hasta situaciones sociales que pueden producir fobias, produciendo en un individuo una reacción, cuya intensidad y duración dependerá de la manera en que cada persona como perciba la situación.

Según Hernández (2004), menciona que la ansiedad es el temor indeterminado hacia algo presente, hay inquietud y agitación y su contexto básico es la esfera mental.

La ansiedad es una condición o estado emotivo transitorio que se suele presentarse como un sentimiento de presión, aprensión desproporcional, suele presentarse un incremento de la actividad del sistema nervioso autónomo (Vivanco et al., 2020).

#### **3.2.2.2. Dimensiones de la ansiedad**

Según Spielberger (1970), existen dos dimensiones de la ansiedad las cuales son:

**Ansiedad Estado:** Spielberger (1970), define como estado emocional automático, la cual se puede modificar en el tiempo, que es particular creando una mezcla de sentimientos únicos de nerviosismo, aprensión

y generar preocupación como también ideas desagradables y de inquietud, ligados a cambios netamente orgánicos, mostrando elevados niveles de ansiedad-estado los cuales son descritos como sumamente incómodos; lo que significa que si un individuo no puede sobrellevar o lidiar dicho estrés causado, empleará diferentes habilidades para afrontar diversas circunstancias que son consideradas como amenazas.

**Ansiedad Rasgo:** Para Spielberger (1970), hace mención a las particularidades de la ansiedad a nivel individual que vienen a ser equilibradas en forma relativa, siendo éstas una aptitud, rasgo o tendencia contraria puesto a la ansiedad estado, por otro lado ansiedad rasgo no se muestra estrechamente en el comportamiento y se deduce por la regularidad periódica en que un sujeto sufre incrementos del estado de ansiedad. En tal contexto, los individuos con nivel elevado de ansiedad rasgo presentan un nivel elevado de circunstancias y situaciones como amenazadoras que están más proclives a manifestar ansiedad estado de forma recurrente o de mayor intensidad.

### **3.2.2.3. Niveles de ansiedad**

Por otro lado, Ruiz y Lago (2005), distinguen diferentes niveles de ansiedad.

**Ansiedad leve:** Aquí una persona se encuentra en alerta, observa y oye dominando la situación antes que se produzca. Se le denomina como una ansiedad benigna o de tipo ligero.

**Ansiedad moderada:** Se concibe en menor grado el suceso adverso, por lo que se demora en desarrollar alternativas de solución, las reacciones emocionales se pueden presentar: respiración entrecortada, tensión arterial elevada, estómago revuelto, boca seca, diarrea o estreñimiento, expresión facial de miedo, inquietud, respuestas de sobresalto, dificultad de dormir o relajarse.

**Ansiedad grave:** El campo perceptual del individuo se ha reducido notoriamente, por lo que es incapaz de analizar lo que sucede. La atención se concentra en uno o varios detalles dispersos lo que ocasiona distorsión en lo que observa, dificultad para aprender nuevas cosas y para establecer secuencias lógicas. Se presenta la respiración entrecortada, sensación de ahogo o sofocación, movimientos involuntarios o temblor corporal, expresión facial de terror, hipertensión arterial, etc.

#### **3.2.2.4. Trastornos de ansiedad**

Para American Psychiatric Association (APA, 2014), los trastornos de la ansiedad se clasifican de la siguiente manera:

**Mutismo selectivo:** Se caracteriza como el fracaso constante de hablar en situaciones sociales específicas en las que existe expectativa por hablar a pesar de hacerlo en otras situaciones. La alteración interfiere en los logros educativos o laborales o en la comunicación social y su duración es como mínimo de un mes.

**Trastorno de ansiedad por separación:** Se caracteriza por miedo o ansiedad excesiva para el nivel de desarrollo del individuo concerniente a su separación de aquellas personas por las que siente apego.

**Trastorno de pánico:** Se presenta ataques de pánico imprevistos recurrentes. Un ataque de pánico suele presentarse de forma repentina caracterizado por temor intenso o malestar intenso que desarrolla su máxima expresión en instantes. La aparición súbita se puede producir desde un estado de calma o desde un estado de ansiedad.

**Agorafobia:** Es el miedo o ansiedad intensa por el uso del transporte público, a estar en espacios abiertos o sitios cerrados, estar en medio de una multitud, también por estar fuera de casa solo. El individuo teme o evita estas situaciones debido a la idea de escapar podría ser

difícil, o podría no disponer de ayuda, si aparecen síntomas tipo pánico, u otros síntomas incapacitantes o embarazosos.

**Trastorno de ansiedad social:** Se caracteriza por miedo o ansiedad ante acontecimientos sociales en las que el sujeto está expuesto ante la posible prueba por parte de otros individuos.

**Fobia específica:** Es el miedo o ansiedad intensa por objetos o situaciones específicas.

**Trastorno de ansiedad generalizada:** La presencia de ansiedad y preocupación desproporcionada, se requiere que este presente durante un mínimo de seis meses, en relación con variados acontecimientos y actividades como en el área laboral y/o escolar.

**Trastorno de ansiedad inducido por sustancias o medicamento:** Se relacionan a los ataques de pánico o la ansiedad en el cuadro clínico. Deben de existir pruebas a partir de la historia clínica, la exploración física y los análisis, desarrollados en el momento o poco después de la intoxicación o abstinencia de una sustancia o luego de la administración a un medicamento.

**Trastorno de ansiedad por enfermedad médica:** Se representa por ataques de pánico o la ansiedad prevalecen en la historia clínica. El trastorno es el resultado fisiopatológico de otra afección médica.

#### **3.2.2.5. Teorías de la ansiedad**

Dentro de las teorías de la ansiedad se ha considerado lo siguiente:

**Teoría cognitiva:** Clark y Beck (2012), formularon una teoría propia, conceptualizando a la ansiedad como un sistema múltiple de respuesta comportamental, orgánica, emotiva y cognitiva que se activa al adelantar acontecimientos o circunstancias percibidas como sucesos inesperados, o fuera de control que podrían amenazar los intereses esenciales de un individuo. Plantearon que la respuesta de

ansiedad involucraba un sistema de procesamiento de la información que comprendía dos procesos.

-El primero, denominado valoración primaria de amenaza, se realizaba de forma automática para evaluar rápida y eficientemente el potencial de amenaza de un estímulo. Señalaron que en los trastornos de ansiedad había una sobrevaloración de la probabilidad de que ocurra el daño y una sobreestimación de la severidad de este.

-El segundo, denominado reevaluación secundaria, requería de un procesamiento estratégico, controlado y elaborativo de la información recabada. En los trastornos de ansiedad evidenciaron una dificultad para percibir los aspectos seguros de las situaciones de peligro y la tendencia a subestimar las capacidades de afrontamiento. De acuerdo con este modelo, los procesos cognitivos automáticos participan activamente en el desarrollo y mantenimiento de los trastornos de ansiedad.

**Teoría bioinformacional:** Lang (1979), las emociones se codifican en la memoria en forma de estructuras de información sobre: el contexto estimular, las respuestas que se producen en ese contexto y los significados asociados con los estímulos. En los trastornos de ansiedad, la estructura de información subyacente es una estructura típica de miedo con contextos estimulares evocadores de ansiedad y respuestas fisiológicas, cognitivo y motor de ansiedad. Las diferencias entre trastornos de ansiedad se deberían a la diferencia entre las estructuras de información típica de cada trastorno.

### 3.3. Marco conceptual

**Ambiente:** Esta noción hace referencia al entorno que rodea a los seres vivos, condicionando sus circunstancias vitales (Pérez y Merino, 2014).

**Angustia:** Es una emoción compleja, difusa y desagradable que conlleva repercusiones psíquicas y orgánicas en el individuo; la angustia es

visceral, obstructiva y aparece cuando uno se siente amenazado por algo (Sierra et. al, 2003).

**Ansiedad:** Es una etapa donde el equilibrio emocional pasa por demasiadas tensiones, por lo cual están relacionadas muchas veces con situaciones adversas que no suceden y se origina la ansiedad (Ochando y Peris, 2017).

**Ansiedad estado:** Es el impulso con el que se desarrollan las reacciones, como presión, alteración del sistema nervioso autónomo, por lo tanto son pasajeras (Gorsuch y Lushene, 2015).

**Ansiedad rasgo:** Tendencia a apreciar situaciones inofensivas como amenazadoras, lo que conllevaría a aumentar la ansiedad estado (Gorsuch y Lushene, 2015).

**Estrés:** Es el resultado de la inestabilidad entre las demandas y presiones a las que se enfrenta una persona, por un lado su inteligencia y sus competencias, por otro (OMS, 2024).

**Estrés laboral:** Es un trastorno que altera el estado mental de un individuo, porque provoca reacciones y respuestas de tipo afectivo, cognitivo, orgánico y conductual frente a acontecimientos con mucha demanda que sobrepasa los propios recursos y del centro laboral (Barrera et al., 2021).

**Riesgos psicosociales:** Son las situaciones presentes en un centro de trabajo, relacionadas con la organización y la realización de la tareas, y que se desarrollan afectando el curso del trabajo y la salud del individuo (Observatorio de Riesgos Psicosociales, 2024).

**Salud mental:** Es el equilibrio que deja a los individuos hacer frente a los sucesos de estrés, desarrollar todas sus capacidades, prepararse e integrarse en su entorno (OMS, 2024).

**Trastornos de ansiedad:** Son caracterizados por miedos y preocupaciones excesivas a lo largo de la vida, estas emociones emergen en situación que no representan un peligro real para él o la paciente (Chacón et al., 2021).

## IV. METODOLOGÍA

El presente trabajo de investigación se fundamentó en el enfoque cuantitativo, que se identifica con el número, lo positivo, lo hipotético deductivo, lo particular, lo objetivo, en la búsqueda de resultados generalizables, lo confiable y lo válido (Carrasco, 2006).

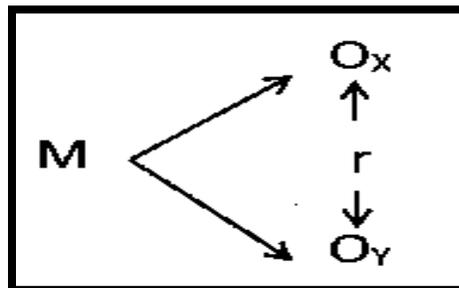
### 4.1. Tipo y nivel de investigación

Se basó en el tipo de investigación básica, según Carrasco (2006), la cual busca el progreso científico, acrecentar los conocimientos teóricos, persigue la generalización de sus resultados con la perspectiva de desarrollar una teoría o modelo teórico científico basado en principios y leyes; de corte transversal, según Álvarez (2020), porque se mide una sola vez las variables y con esa información se realiza el análisis.

El nivel de la investigación fue correlacional, cuya meta es entender la asociación entre dos o más variables en una situación determinada (Hernández, et al., 2014).

### 4.2. Diseño de la Investigación

El diseño seleccionado fue no experimental; porque no se manipulará las variables (Hernández, et al., 2014). Asimismo, de diseño descriptivo correlacional, se representa de la siguiente manera:



Donde:

M = Muestra (Docentes)

Ox = Estrés laboral

Oy = Ansiedad

r = Relación

#### **4.3. Hipótesis general y específica**

##### **Hipótesis general**

Existe relación significativa entre el estrés laboral y la ansiedad en docentes de la Institución Educativa “Almirante Miguel Grau Seminario” de la provincia de Ilo, Moquegua – 2024.

##### **Hipótesis específicas**

HE1. Existe relación significativa entre el estrés laboral y la ansiedad estado en docentes de la Institución Educativa “Almirante Miguel Grau Seminario” de la provincia de Ilo, Moquegua – 2024.

HE2. Existe relación significativa entre el estrés laboral y la ansiedad rasgo en docentes de la Institución Educativa “Almirante Miguel Grau Seminario” de la provincia de Ilo, Moquegua – 2024.

#### **4.4. Identificación de las variables**

##### **Variable X. Estrés laboral**

##### **Dimensiones:**

D1. Clima organizacional

D2. Estructura organizacional

D3. Territorio organizacional

D4. Tecnología

D5. Influencia del líder

D6. Falta de cohesión de grupo

D7. Respaldo de grupo

**Variable Y. Ansiedad**

**Dimensiones:**

D1. Ansiedad estado

D2. Ansiedad rasgo

#### 4.5. Matriz de operacionalización de variables

VARIABLE	DIMENSIONES	INDICADORES	ÍTEMS	ESCALA DE VALORES	NIVELES Y RANGOS	TIPO DE VARIABLE ESTADÍSTICA
Estrés laboral	Clima organizacional	- No comprende metas y misión - Trabajo no claro - No muestra objetivos	1, 10, 11, 20	-Nunca -Raras veces -Ocasionalmente -Algunas veces -Frecuentemente -Generalmente -Siempre	Bajo (25 – 74)	Escala ordinal
	Estructura organizacional	- Rendir informes - Poco control en las labores - Falta de respeto	2,12, 16, 24		Regular (75 – 124)	
	Territorio organizacional	- Poco control en acciones - No hay privacidad - Trabajo con grupos diferentes	3, 15, 22		Alto (125 – 175)	
	Tecnología	- Equipo limitado - No se informática	4,14, 25			

	Influencia del líder	- No hay respaldo del supervisor - No hay respeto - Falta de confianza	5, 6, 13, 17			
	Falta de cohesión	- No me consideran en los equipos - Equipo de trabajo mediocre - Mucha presión	7, 9, 18, 21			
	Respaldo de grupo	- No apoyan - Falta de protección - No hay respaldo en metas	8,19, 23			
Ansiedad	Ansiedad estado	- Nerviosismo - Tensión - Preocupación - Intranquilidad - Activación positiva - Animación - Bienestar - Satisfacción Confianza en sí mismo	1,2,3,4, 5,6,7,8, 9,10, 11,12,1 3,14,15, 16,17, 18,19 y 20	-Nada -Algo -Bastante -Mucho	Muy bajo (0 – 23)  Bajo (24 – 47)  Regular (48 – 71)  Alto (72 – 95)  Muy alto (96 – 120)	Escala ordinal

	Ansiedad rasgo	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Habilidad para establecer relaciones interpersonales</li> <li>- Empatía</li> <li>- Habilidad para dar apoyo emocional</li> </ul>	21, 22, 23, 24, 25, 26, 27, 28, 29, 30, 31, 32, 33, 34, 35, 36, 37, 38, 39 y 40			
--	----------------	---	--	--	--	--

#### **4.6. Población – Muestra**

##### **Población**

La población es la representación de un grupo determinado o indeterminado de unidades con afinidades comunes a fin de que los hallazgos de la investigación serán integrales (Arias ,2020)

La población estuvo constituida por 50 docentes de la Institución Educativa Secundaria “Almirante Miguel Grau Seminario” de la provincia de Ilo, Moquegua – 2024.

##### **Muestra**

Baena (2017), sostiene que es un subconjunto extraído de la población para propósitos de investigación.

Para la presente investigación se consideró a toda la población como parte de la muestra, por lo tanto, la muestra estuvo constituida por 50 docentes de la Institución Educativa “Almirante Miguel Grau Seminario” de la provincia de Ilo, Moquegua.

##### **Criterios de inclusión**

- Docentes que firmaron su consentimiento informado.
- Docentes que hayan asistido el día de la aplicación del instrumento.
- Docentes que hayan marcado todos los items del instrumento.

.

##### **Criterios de exclusión**

- Docentes que no hayan asistido el día de la aplicación del instrumento.
- Docentes que no realizaron las pruebas psicologicas de acuerdo a las indicaciones.
- Docentes que no firmaron el consentimiento informado.

##### **Muestreo**

Se hizo la selección mediante el muestreo no probabilístico; según Arias (2006), lo define como un método de selección en el que no se conoce la probabilidad que tienen las unidades de la población

para conformar la muestra. Además, es censal; según Hayes (1999), indica que la muestra es toda la población.

#### **4.7. Técnicas e instrumentos de recolección de información**

Se realizó el proceso enviando la documentación necesaria, para obtener la carta de presentación a la Universidad Autónoma de Ica, una vez obtenido el documento, se presentó en mesa de partes de la Institución Educativa Almirante Miguel Grau Seminario, obteniendo una respuesta afirmativa, y brindó una carta de autorización para la aplicación de la investigación e instrumentos. Posteriormente se coordinó con subdirección de inicial, primaria y secundaria para determinar fechas de aplicación de los instrumentos.

##### **Técnica**

**Encuesta:** Es una técnica que proporciona información a las personas sobre sus opiniones, acciones o percepciones. Una encuesta puede tener resultados cuantitativos o cualitativos y puede centrarse en preguntas preestablecidas con una secuencia lógica y un sistema de respuesta escalonada y los resultados son datos numéricos en su mayoría (Arias, 2020).

**Psicometría:** Es la construcción de pruebas que miden y evalúan rasgos y variables psicológicas teniendo como método la estadística y las funciones matemáticas (Kaplan y Sacuzzo, 2010).

##### **Instrumentos**

**Escala para evaluar el estrés laboral:** El instrumento tiene por meta evaluar el nivel de estrés laboral de los docentes de la institución educativa; siendo un total de 25 ítems distribuidos en el totalidad de sus dimensiones: el clima organizacional, estructura, territorio, tecnología, influencia del líder, falta de cohesión y el respaldo del grupo. Las respuestas son tipo likert siendo estas:

nunca= 1, rara veces = 2, ocasionalmente= 3, algunas veces= 4, frecuentemente= 5, generalmente= 6 y siempre= 7.

### **Validez**

La validez fue evaluada por tres profesionales, de la especialidad de Psicología con maestrías y doctorados, debidamente registrados en SUNEDU y son:

Dr. Rene Lucio Chambi Cusi

Dr. Henry Nilton Muñoz Yañez

Mg. Pablo Guillermo Tejada Gandarillas

Los expertos concretaron que los instrumentos son válidos por la claridad, coherencia, consistencia y objetividad.

### **Confiabilidad**

Se usó el método de Alfa de Cronbach, dando como resultado 0.964, por lo cual demuestra la confiabilidad del instrumento.

**Cuestionario STAI de ansiedad estado-rasgo:** Este instrumento tendrá por objetivo evaluar la ansiedad de los docentes de la institución educativa; con un total de 40 ítems y sus dimensiones son: ansiedad estado y ansiedad rasgo. Sus alternativas de respuesta son de tipo likert siendo estas: nada= 0, algo= 1, bastante= 2, mucho= 3.

### **Validez**

Para la validez se llevó a cabo un Análisis Factorial Confirmatorio AFC. El modelo estima dos dimensiones ansiedad presente y ausente, presenta apropiados índices de ajuste. La adecuación del ajuste de este modelo de dos factores se examinó tanto en la muestra total, como para las submuestras de población general y población clínica. La disposición de los ítems en dos factores considera la redacción de los ítems del instrumento, siendo ítems positivos y negativos. Los resultados son consistentes en la mayoría de las adaptaciones y validaciones del STAI.

## **Confiabilidad**

Para evaluar la fiabilidad se examinó su consistencia interna utilizando el coeficiente Alfa de Cronbach. Del análisis realizado se obtuvieron resultados favorables para las dimensiones estimadas, tanto en relación con la ansiedad estado  $\alpha = 0.91$  tanto para la ansiedad rasgo  $\alpha = 0.87$ .

### **4.8. Técnicas de análisis y procesamiento de datos**

Se dio inició al finalizar el recojo de la informacion. La investigadora con la cantidad de datos necesarios, procedió a procesar los datos para llegar a conclusiones y dar respuestas a las interrogantes que dieron motivo para efectuar el estudio. Con la informacion recopilada se hizo el análisis tomando en cuenta el siguiente paso:

**Estadística descriptiva:** Para Mayorga et al. (2020) conocida también, como estadística deductiva, permite representar de forma resumida los datos numéricos obtenidos en un estudio o análisis particular.

1° Codificación: La datos fueron elegidos y se consignó códigos para un adecuado control y orden.

2° Calificación: Se asignó el puntaje correspondiente de acuerdo a los instrumentos, se plasmó las respuestas con sus respectivos puntajes.

3° Tabulación de datos: Se hizo una base de datos donde se registró los puntajes de cada una de los ítems de los instrumentos con el fin de facilitar su procesamiento.

4° Interpretación de los resultados: La informacion es representada en tablas y graficos, estos son analizados en relación de cada variable.

**Estadística inferencial:** Proceso que posibilita la estimación y análisis de datos, así como la comprobación de hipótesis. A partir de una muestra, se estima los parámetros de una población, teniendo en cuenta el riesgo de error. También, ofrece métodos para la inferencia inductiva y la medición de la incertidumbre. Su propósito

es proporcionar un fundamento científico para la toma de decisiones (Hernández et al., 2014).

5° Comprobación de hipótesis: se uso métodos estadísticos; para comprobar las hipótesis de la investigación y se hizo la prueba de normalidad, permitiendo escoger el coeficiente de correlación.

## V. RESULTADOS

### 5.1. Presentación de Resultados

Tabla 1.

*Datos sociodemográficos de los docentes de la Institución Educativa “Almirante Miguel Grau Seminario”, de la provincia de Ilo, Moquegua – 2024.*

		Frecuencia	Porcentaje
Edad	30 a 45 años	22	44.0%
	46 a 52 años	14	28.0%
	53 a 61 años	14	28.0%
Sexo	Femenino	37	74.0%
	Masculino	13	26.0%
Modalidad de contrato	Contratado	9	18.0%
	Nombrado	41	82.0%
Tiempo de servicio	4 a 10 años	16	32.0%
	12 a 25 años	16	32.0%
	27 a 35 años	18	36.0%
Estado civil	Soltero(a)	6	12.0%
	Casado(a)	25	50.0%
	Conviviente	14	28.0%
	Separado(a)	5	10.0%
N° hijos	0	5	10.0%
	1	5	10.0%
	2	29	58.0%
	3	11	22.0%
TOTAL		50	100%

Fuente: Data de resultados

Tabla 2.

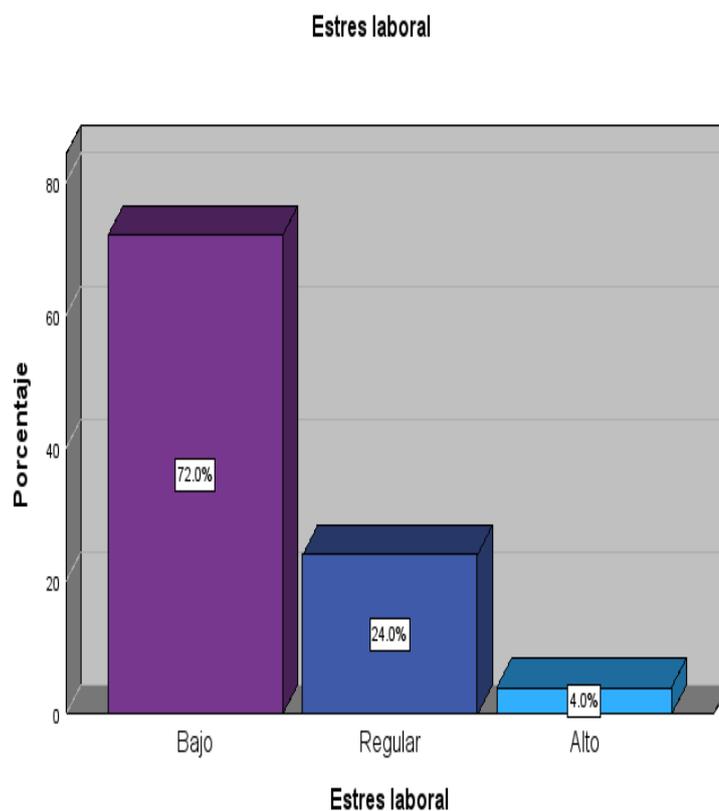
*Estrés laboral en docentes de la Institución Educativa “Almirante Miguel Grau Seminario”, de la provincia de Ilo, Moquegua – 2024.*

	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido				
Bajo	36	72.0	72.0	72.0
Regular	12	24.0	24.0	96.0
Alto	7	14.0	14.0	100.0
Total	50	100.0	100.0	

Fuente: Data de resultados

Figura 1.

*Resultados de estrés laboral.*



Fuente: Elaboración propia

Tabla 3.

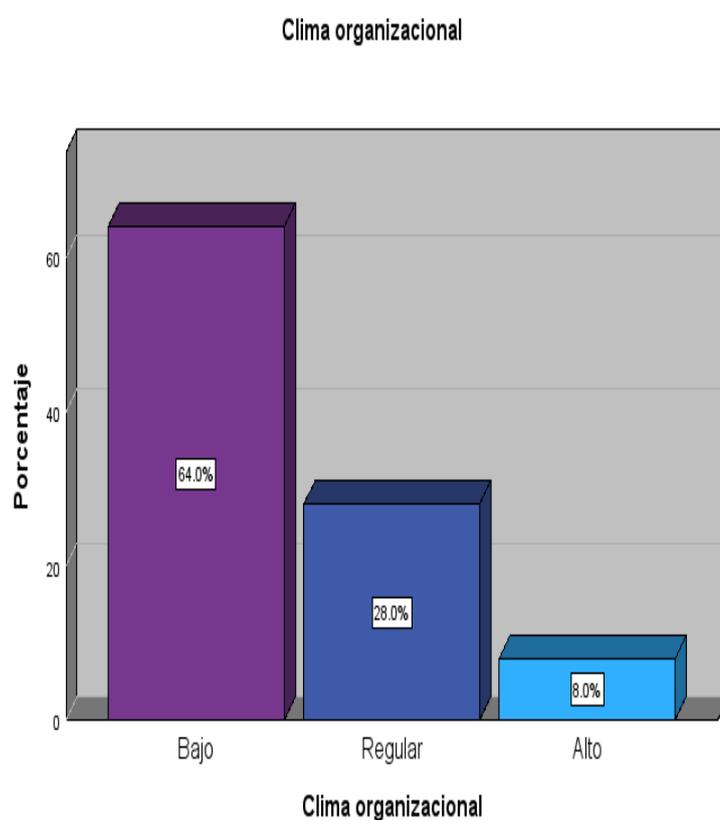
*Clima en docentes de la Institución Educativa “Almirante Miguel Grau Seminario”, de la provincia de Ilo, Moquegua – 2024.*

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	Bajo	32	64.0	64.0	64.0
	Regular	14	28.0	28.0	92.0
	Alto	4	8.0	8.0	100.0
	Total	50	100.0	100.0	

Fuente: Data de resultados

Figura 2.

*Resultados de clima*



Fuente: Elaboración propia

Tabla 4.

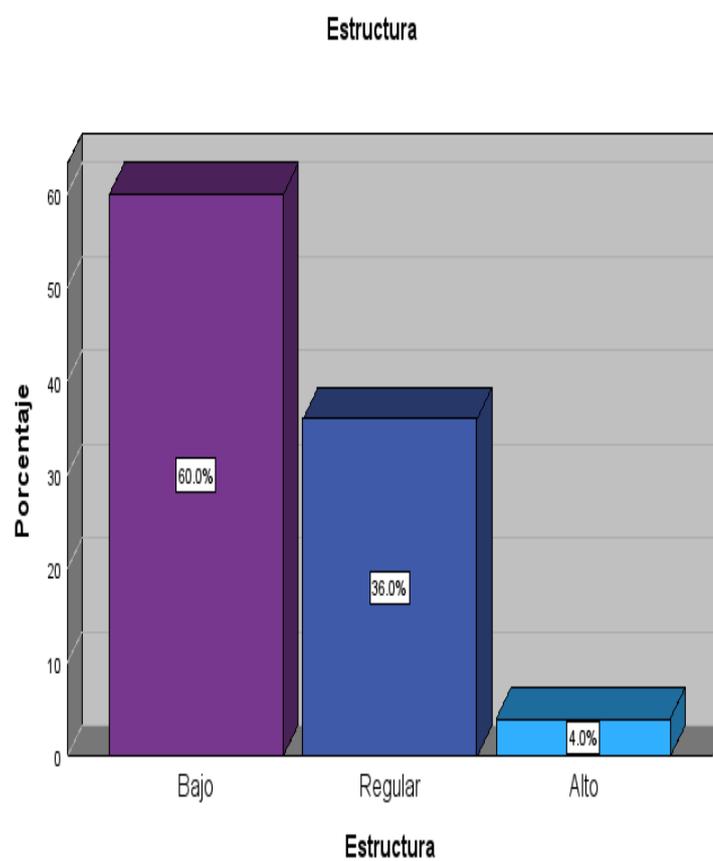
*Estructura en docentes de la Institución Educativa “Almirante Miguel Grau Seminario”, de la provincia de Ilo, Moquegua – 2024.*

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	Bajo	30	60.0	60.0	60.0
	Regular	18	36.0	36.0	96.0
	Alto	2	4.0	4.0	100.0
	Total	50	100.0	100.0	

Fuente: Data de resultados

Figura 3.

*Resultado de estructura*



Fuente: Elaboración propia

Tabla 5.

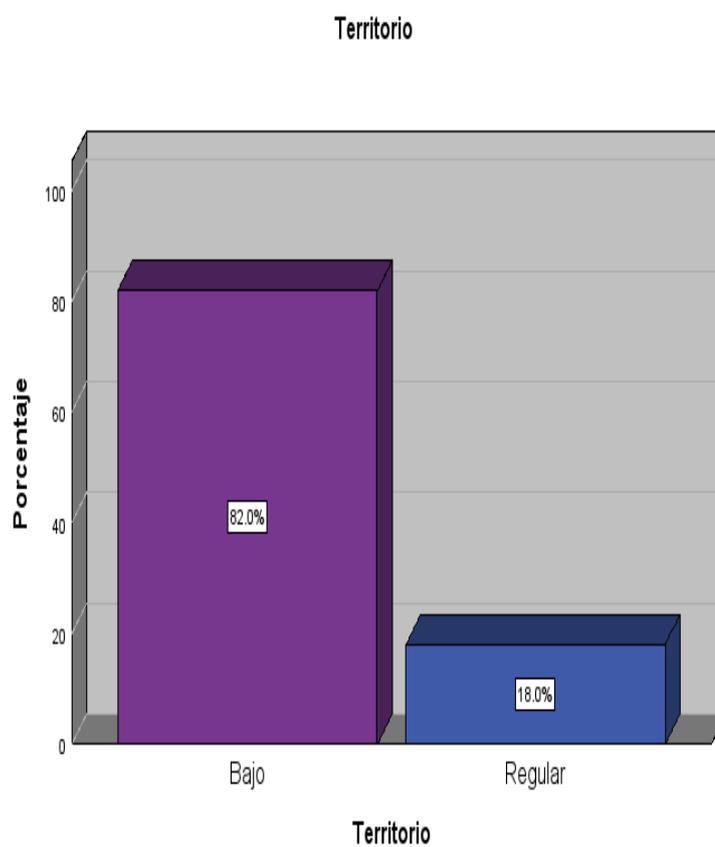
*Territorio en docentes de la Institución Educativa “Almirante Miguel Grau Seminario”, de la provincia de Ilo, Moquegua - 2024.*

	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	Bajo	41	82.0	82.0
	Regular	9	18.0	100.0
	Total	50	100.0	100.0

Fuente: Data de resultados

Figura 4.

*Resultado de territorio*



Fuente: Elaboración propia

Tabla 6.

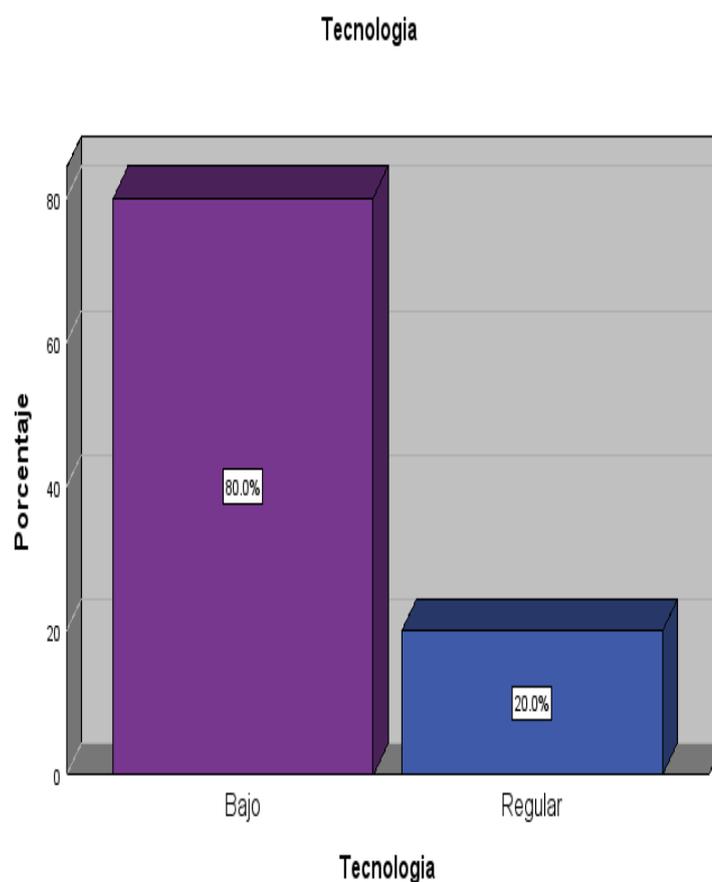
*Tecnología en docentes de la Institución Educativa “Almirante Miguel Grau Seminario”, de la provincia de Ilo, Moquegua – 2024.*

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	Bajo	40	80.0	80.0	80.0
	Regular	10	20.0	20.0	100.0
	Total	50	100.0	100.0	

Fuente: Data de resultados

Figura 5.

*Resultados de tecnología*



Fuente: Elaboración propia

Tabla 7.

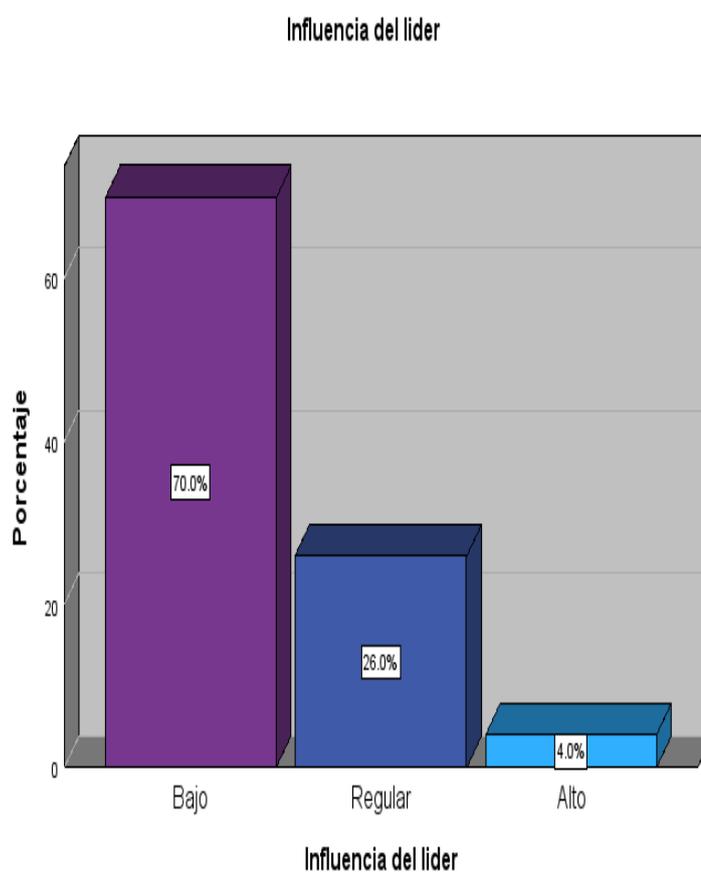
*Influencia del líder en docentes de la Institución Educativa “Almirante Miguel Grau Seminario”, de la provincia de Ilo, Moquegua – 2024.*

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	Bajo	35	70.0	70.0	70.0
	Regular	13	26.0	26.0	96.0
	Alto	2	4.0	4.0	100.0
	Total	50	100.0	100.0	

Fuente: Data de resultados

Figura 6.

*Resultados de influencia del lider*



Fuente: Elaboración propia

Tabla 8.

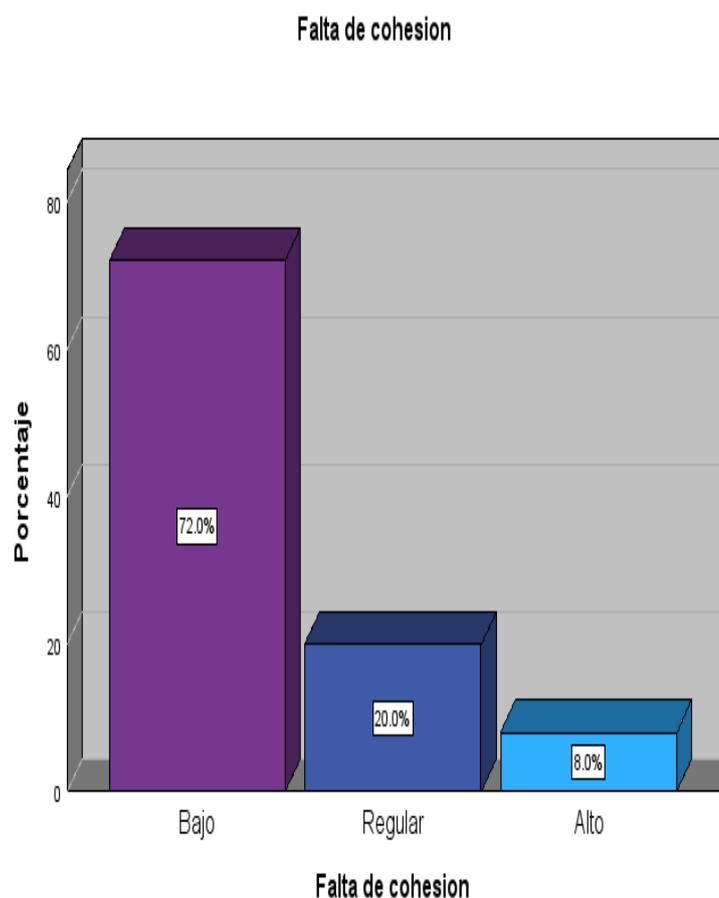
*Falta de cohesión de grupo en docentes de la Institución Educativa “Almirante Miguel Grau”, de la provincia de Ilo, Moquegua – 2024.*

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	Bajo	36	72.0	72.0	72.0
	Regular	10	20.0	20.0	92.0
	Alto	4	8.0	8.0	100.0
	Total	50	100.0	100.0	

Fuente: Data de resultados

Figura 7.

*Resultados de falta de cohesión de grupo*



Fuente: Elaboración propia

Tabla 9.

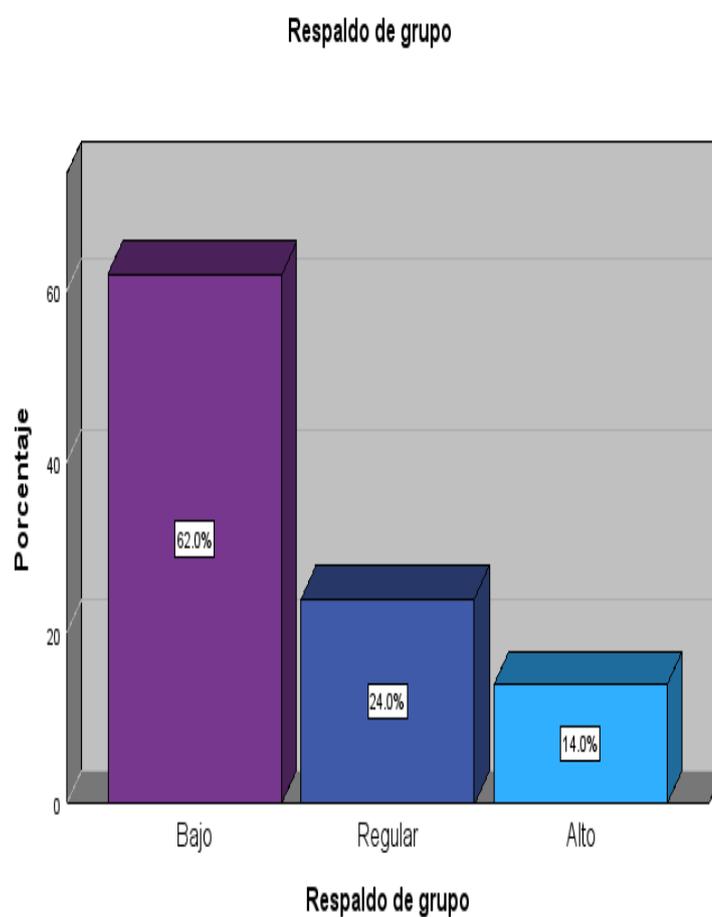
*Respaldo de grupo en docentes de la Institución Educativa “Almirante Miguel Grau Seminario”, de la provincia de Ilo, Moquegua – 2024.*

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	Bajo	31	62.0	62.0	62.0
	Regular	12	24.0	24.0	86.0
	Alto	7	14.0	14.0	100.0
	Total	50	100.0	100.0	

Fuente: Data de resultados

Figura 8.

*Resultados de respaldo de grupo*



Fuente: Elaboración propia

Tabla 10.

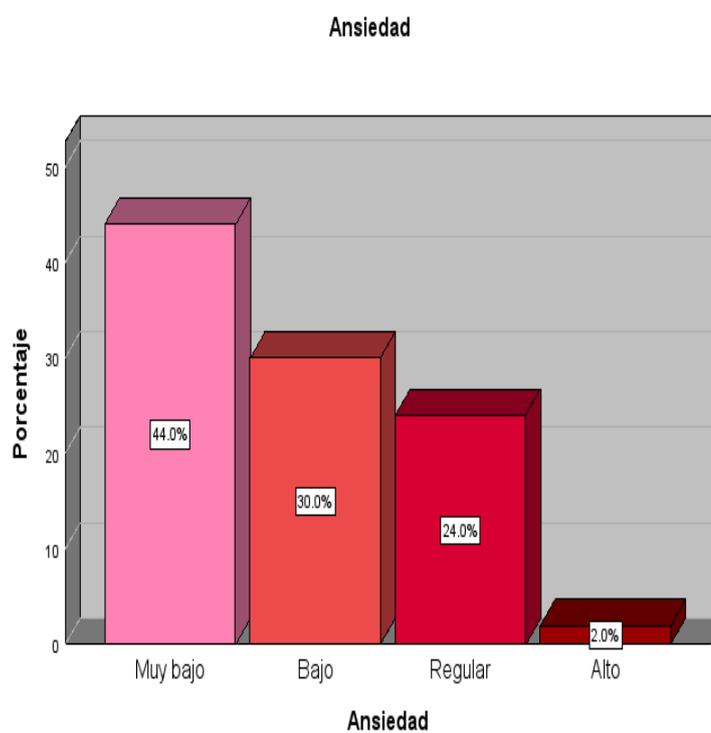
*Ansiedad en docentes de la Institución Educativa “Almirante Miguel Grau Seminario”, de la provincia de Ilo, Moquegua – 2024.*

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	Muy bajo	22	44.0	44.0	44.0
	Bajo	15	30.0	30.0	74.0
	Regular	12	24.0	24.0	98.0
	Alto	1	2.0	2.0	100.0
	Total	50	100.0	100.0	

Fuente: Data de resultados

Figura 9.

*Resultados de ansiedad*



Fuente: Elaboración propia

Tabla 11.

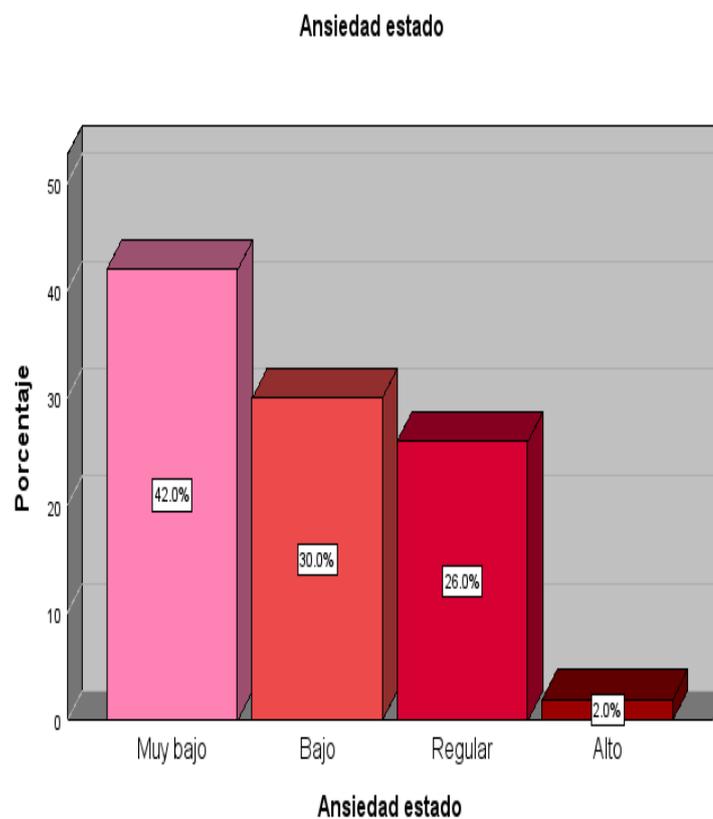
*Ansiedad estado en docentes de la Institución Educativa “Almirante Miguel Grau Seminario”, de la provincia de Ilo, Moquegua – 2024.*

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	Muy bajo	21	42.0	42.0	42.0
	Bajo	15	30.0	30.0	72.0
	Regular	13	26.0	26.0	98.0
	Alto	1	2.0	2.0	100.0
	Total	50	100.0	100.0	

Fuente: Data de resultados

Figura 10.

*Resultados de ansiedad estado*



Fuente: Elaboración propia

Tabla 12.

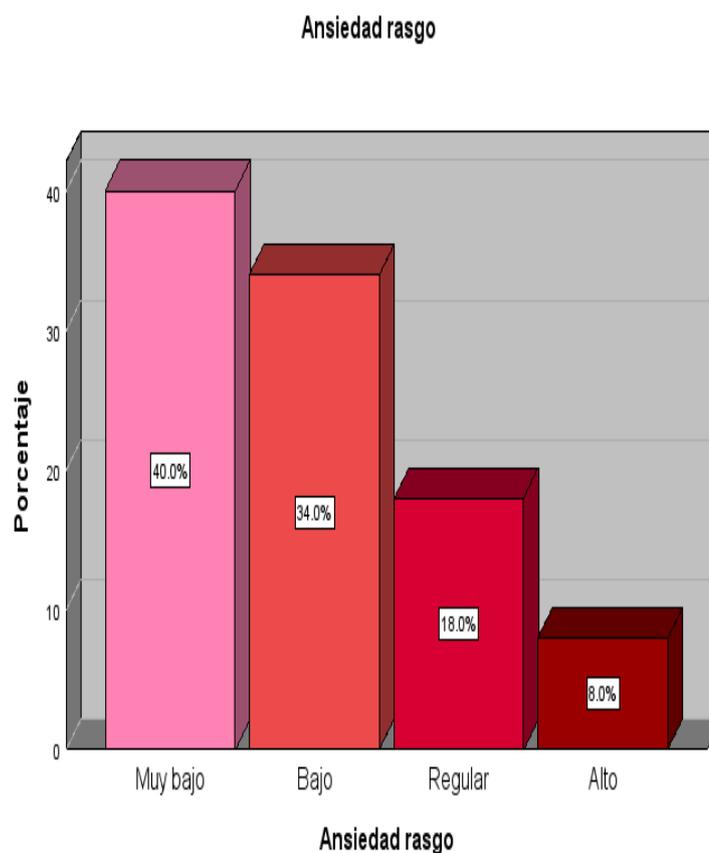
*Ansiedad rasgo en docentes de la Institución Educativa “Almirante Miguel Grau Seminario”, de la provincia de Ilo, Moquegua – 2024.*

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	Muy Bajo	20	40.0	40.0	40.0
	Bajo	17	34.0	34.0	74.0
	Regular	9	18.0	18.0	92.0
	Alto	4	8.0	8.0	100.0
	Total	50	100.0	100.0	

Fuente: Data de resultados

Figura 11.

*Resultados de ansiedad rasgo*



Fuente: Elaboración propia

## 5.2. Interpretación de Resultados

**En la tabla 2 y figura 1,** se visualizan los resultados de la variable estrés laboral en los docentes, donde el 72% se ubica en el nivel bajo, el 24% en el nivel regular y el 4% en el nivel alto.

**En la tabla 3 y figura 2,** se visualizan los resultados de la dimensión clima organizacional en los docentes, donde el 64% se ubica en el nivel bajo, el 28% en el nivel regular y el 8% en el nivel alto.

**En la tabla 4 y figura 3,** se visualizan los resultados de la dimensión estructura en los docentes, donde el 60% se ubica en el nivel bajo, el 36% en el nivel regular y el 4% en el nivel alto.

**En la tabla 5 y figura 4,** se visualizan los resultados de la dimensión territorio en los docentes, donde el 82% se ubica en el nivel bajo, el 18% en el nivel regular.

**En la tabla 6 y figura 5,** se visualizan los resultados de la dimensión tecnología en los docentes, donde el 80% se ubica en el nivel bajo, el 20% en el nivel regular.

**En la tabla 7 y figura 6,** se visualizan los resultados de la dimensión influencia del líder en los docentes, donde el 70% se ubica en el nivel bajo, el 26% en el nivel regular y el 4% en el nivel alto.

**En la tabla 8 y figura 7,** se visualizan los resultados de la dimensión falta de cohesión de grupo en los docentes, donde el 72% se ubica en el nivel bajo, el 20% en el nivel regular y el 8% en el nivel alto.

**En la tabla 9 y figura 8,** se visualizan los resultados de la dimensión respaldo de grupo en los docentes, donde el 62% se ubica en el nivel bajo, el 24% en el nivel regular y el 14% en el nivel alto.

**En la tabla 10 y figura 9,** se visualizan los resultados de la variable ansiedad en los docentes, donde el 44% se ubica en el nivel muy bajo, el 30% en el nivel bajo, el 24 % en el nivel regular y el 2% en el nivel alto.

**En la tabla 11 y figura 10,** se visualizan los resultados de la dimensión ansiedad estado en los docentes, donde el 42% se ubica en el nivel muy bajo, el 30% en el nivel bajo, el 26% en el nivel regular y el 2% en el nivel alto.

**En la tabla 12 y figura 11,** se visualizan los resultados de la dimensión ansiedad estado en los docentes, donde el 40% se ubica en el nivel muy bajo, el 34% en el nivel bajo, el 18% en el nivel regular y el 8% en el nivel alto.

## VI. ANÁLISIS DE RESULTADOS

### 6.1. Análisis inferencial

Para establecer si los datos siguen una distribución normal (paramétrica) o no (no paramétrica), es importante realizar la prueba de normalidad. Siendo necesario para la elección de la prueba estadística más idónea para evaluar la relación entre las variables.

#### Prueba de normalidad

$p > 0,05$       H0: Los datos siguen una distribución normal

$p < 0,05$       H1: Los datos no siguen una distribución normal

Nivel de significancia:  $\alpha = 0.05$

Tabla 13

*Prueba de normalidad.*

	Estadístico	Kolmogorov-Smirnov <sup>a</sup>	
		gl	Sig.
Estrés laboral	.153	50	.005
Clima organizacional	.200	50	<.001
Estructura organizacional	.167	50	.001
Territorio organizacional	.161	50	.002
Tecnología	.153	50	.005
Influencia del líder	.161	50	.002
Falta de cohesión	.189	50	<.001
Respaldo de grupo	.185	50	<.001
Ansiedad	.160	50	.003
Ansiedad estado	.125	50	.049
Ansiedad rasgo	.147	50	.009

El tamaño de la muestra no es menor a 50, se aplicó la prueba de Kolmogorov-Smirnov, dado que los resultados de significancia obtenidos fueron variados, lo que indica que se está ante datos no paramétricos. Por ello, se eligió utilizar la prueba Rho de Spearman.

## Prueba de hipótesis general

### Hipótesis nula. $H_0: r_{xy} = 0$

No existe relación significativa entre el estrés laboral y la ansiedad en docentes de la Institución Educativa “Almirante Miguel Grau Seminario” de Ilo, Moquegua – 2024.

### Hipótesis alterna. $H_a: r_{xy} \neq 0$

Existe relación significativa entre el estrés laboral y la ansiedad en docentes de la Institución Educativa “Almirante Miguel Grau Seminario” de Ilo, Moquegua – 2024

### Nivel de significación:

$\alpha = 0.05$  (prueba bilateral)

### Regla de decisión:

$p > \alpha$  = acepta  $H_0$  se rechaza la hipótesis alterna

$p < \alpha$  = rechaza  $H_0$  se acepta la hipótesis alterna

### Estadígrafo de Prueba:

Coefficiente de Correlación de Rho de Spearman

			Estrés laboral	Ansiedad
Rho de Spearman	Estrés laboral	Coefficiente de correlación	1.000	.593**
		Sig. (bilateral)	.	<.001
		N	50	50
	Ansiedad	Coefficiente de correlación	.593**	1.000
		Sig. (bilateral)	<.001	.
		N	50	50

El p valor (Sig = 0.001) es menor el nivel de significancia de 0.05, por lo cual se rechaza la hipótesis nula ( $H_0$ ) y se acepta la hipótesis alterna ( $H_1$ ); por lo tanto, existe relación significativa entre el estrés laboral y la ansiedad en los docentes de la Institución Educativa “Almirante Miguel Grau Seminario”, de la provincia de Ilo, Moquegua

– 2024. Por lo tanto, el coeficiente de correlación Rho Spearman es 0.593 siendo esta positiva moderada.

## Prueba de hipótesis específica 1

### Hipótesis nula. $H_0: r_{xy}=0$

No existe relación significativa entre el estrés laboral y la ansiedad estado en docentes de la Institución Educativa “Almirante Miguel Grau Seminario”, de la provincia de Ilo, Moquegua – 2024.

### Hipótesis alterna. $H_a: r_{xy}\neq 0$

Existe relación significativa entre el estrés laboral y la ansiedad estado en docentes de la Institución Educativa “Almirante Miguel Grau Seminario”, de la provincia de Ilo, Moquegua – 2024.

### Nivel de significación:

$\alpha = 0.05$  (prueba bilateral)

### Regla de decisión:

$p > \alpha$  = acepta  $H_0$  se rechaza la hipótesis alterna

$p < \alpha$  = rechaza  $H_0$  se acepta la hipótesis alterna

### Estadígrafo de prueba:

Coefficiente de correlación de Rho de Spearman

			Estrés laboral	Ansiedad estado
Rho de Spearman	Estrés laboral	Coefficiente de correlación	1.000	.585**
		Sig. (bilateral)	.	<.001
		N	50	50
	Ansiedad estado	Coefficiente de correlación	.585**	1.000
		Sig. (bilateral)	<.001	.
		N	50	50

El p valor (Sig = 0.001) es menor el nivel de significancia 0.05, por lo cual se rechaza la hipótesis nula ( $H_0$ ) y se acepta la hipótesis alterna ( $H_1$ ); por lo tanto, existe relación significativa entre el estrés laboral y la ansiedad estado en los docentes de la Institución Educativa “Almirante Miguel Grau Seminario”, de la provincia de Ilo, Moquegua – 2024. Por lo tanto, el coeficiente de correlación de Rho Spearman es 0.585 siendo esta positiva moderada.

## Prueba de hipótesis específica 2

### Hipótesis nula. $H_0: r_{xy}=0$

No existe relación significativa entre el estrés laboral y la ansiedad rasgo en docentes de la Institución Educativa “Almirante Miguel Grau Seminario”, de la provincia de Ilo, Moquegua – 2024.

### Hipótesis alterna. $H_a: r_{xy}\neq 0$

Existe relación significativa entre el estrés laboral y la ansiedad rasgo en docentes de la Institución Educativa “Almirante Miguel Grau Seminario”, de la provincia de Ilo, Moquegua – 2024.

### Nivel de significación:

$\alpha = 0.05$  (prueba bilateral)

### Regla de decisión:

$p > \alpha =$  acepta  $H_0$  se rechaza la hipótesis alterna

$p < \alpha =$  rechaza  $H_0$  se acepta la hipótesis alterna

### Estadígrafo de prueba:

Coefficiente de correlación de Rho de Spearman

			Estrés laboral	Ansiedad rasgo
Rho de Spearman	Estrés laboral	Coefficiente de correlación	1.000	.577**
		Sig. (bilateral)	.	<.001
		N	50	50
	Ansiedad rasgo	Coefficiente de correlación	.577**	1.000
		Sig. (bilateral)	<.001	.
		N	50	50

El p valor (Sig = 0.001) es menor el nivel de significancia 0.05, por lo cual se rechaza la hipótesis nula ( $H_0$ ) y se acepta la hipótesis alterna ( $H_1$ ); por lo tanto, existe relación significativa entre el estrés laboral y la ansiedad rasgo en los docentes de la Institución Educativa “Almirante Miguel Grau Seminario”, de la provincia de Ilo, Moquegua

– 2024. Por lo tanto, el coeficiente de correlación Rho Spearman es 0.577 siendo esta positiva moderada.

## VII. DISCUSIÓN DE RESULTADOS

### 7.1. Comparación de resultados

El objetivo de la investigación fue determinar la relación que existe entre el estrés laboral y la ansiedad estado en docentes de la Institución Educativa “Almirante Miguel Grau Seminario” de la provincia de Ilo, Moquegua – 2024. Así mismo se busca establecer la relación entre la variable estrés laboral y cada una de las dimensiones de la variable ansiedad (ansiedad estado y ansiedad rasgo).

Una gran limitación fue coordinar fechas de aplicación de los instrumentos con los distintos niveles de la institución educativa, es necesario mencionar que se presentaron inclemencias del clima que afectó la salud de las personas encargadas de coordinación, también actividades por aniversario de la institución y acceder a los docentes también fue dificultoso por su limitación del tiempo en sus horas laborables.

Los cuestionarios utilizados han sido el test STAI y una escala para evaluar el estrés laboral. El primer instrumento tiene una validez que oscila entre 0.58 y 0.76 y una confiabilidad para ansiedad estado 0.91 como para la ansiedad rasgo 0.87. Para el segundo instrumento se validó por tres expertos con estudios de Maestría y Doctorado, después se realizó una prueba piloto, alcanzo una fiabilidad Alfa de Cronbach de 0.964.

Se logró determinar que existe relación significativa entre el estrés laboral y la ansiedad rasgo en docentes de la Institución Educativa “Almirante Miguel Grau Seminario”, de la provincia de Ilo, Moquegua – 2024; habiendo obtenido un p valor = 0.001 y de correlación de Rho Spearman 0.593. Por otro lado Luque y Llanos (2024), realizaron su investigación en Ilo y también establecieron la

relación entre estas variables, siendo su valor Rho de Spearman 0.932 y su valor de significancia de 0.000.

Referente a la variable estrés laboral el 72% de los docentes están en el nivel bajo; estos son parecidos al estudio de Carrera (2022), en la ciudad de Ambato, Ecuador donde sus resultados revelaron que el 82.4% están en el nivel bajo de estrés laboral en docentes. Otro estudio que fue realizado en ese mismo país por Gutiérrez (2022), difiere con los resultados, mostrando a los docentes en el nivel alto de estrés con un 43%. Por otro lado, los resultados coinciden con los de Coayla y Juárez (2023), realizado en la ciudad de Moquegua con 57% en el nivel alto de estrés laboral en los docentes. En cuanto a la información teórica logra fundamentarse en Buitrago et al. (2021), indican que el estrés laboral es un problema psicosocial que se desenvuelve en los entornos de trabajo, por la falta de adaptación de los sujetos a las demandas de trabajo.

En cuanto a la variable ansiedad el 44% de los docentes se ubican en el nivel muy bajo, estos resultados son similares al de Luque y Llanos (2024), en la ciudad de Ilo con un 42.65% en límites normales. Estos resultados difieren del estudio realizado por Mora et al. (2021), en la ciudad de Quito, Ecuador donde el 12.88% de docentes mostraron un nivel alto de ansiedad. Otro estudio similar es el de Cumpa & Yarlánque (2022), realizado en la ciudad de Lambayeque, con resultados del 19% en el nivel alto de ansiedad en docentes. En cuanto a la información teórica logra fundamentarse en Bertoglia (2005), dice que la ansiedad es el miedo que puede ir desde lo más simple que nos cause temor hasta situaciones sociales que pueden producir fobias, terror, produciendo en un individuo una reacción, cuya intensidad y duración dependerá de la manera en que cada persona como perciba la situación.

## CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

### Conclusiones

**Primera:** Se determina que existe relación significativa entre el estrés laboral y la ansiedad en docentes de la Institución Educativa “Almirante Miguel Grau Seminario” de Ilo, Moquegua – 2024; habiendo obtenido un p valor = 0.001; así también la correlación Rho de Spearman fue 0,593 siendo esta positiva moderada.

**Segunda:** Se establece que existe relación significativa entre el estrés laboral y la ansiedad estado en docentes de la Institución Educativa “Almirante Miguel Grau Seminario”, de la provincia de Ilo, Moquegua – 2024; habiendo alcanzado un p valor = 0.001; siendo así la correlación de Rho de Spearman es de 0.585 siendo esta positiva moderada.

**Tercera:** Se establece que existe relación significativa entre el estrés laboral y la ansiedad rasgo en docentes de la Institución Educativa “Almirante Miguel Grau Seminario”, de la provincia de Ilo, Moquegua – 2024; habiendo alcanzado un p valor = 0.001; siendo así la correlación Rho de Spearman es de 0.577 siendo esta positiva moderada.

## Recomendaciones

**Primero:** Al director de la Institución Educativa, programar reuniones regularmente entre docentes, coordinadores y administrativos con el fin de promover la comunicación asertiva, el dialogo, las relaciones interpersonales, confraternizar, escuchar y/o atender las necesidades requeridas por los miembros del equipo de trabajo de la institución. Esto evitara conflictos entre colegas y fortalecerá el trabajo en equipo dentro de la organización.

**Segunda:** Al área de psicología, desarrollar actividades de promoción de la salud mental, con el fin de detección de estrés y ansiedad. Acompañamiento psicológico, programar talleres con el fin de fomentar el trabajo en equipo, manejo adecuado del tiempo, resolución de conflictos, anti estrés, manejo de la ira, etc.

**Tercera:** A los docentes, realizar actividades que sea de su agrado, si quiera una vez a la semana, esto contribuye a mantener un adecuado estado de ánimo. Es importante tener tiempo para uno mismo, un adecuado manejo de su tiempo, en planificación de sus clases como de su vida personal, hacer deporte, llevar una dieta balanceada.

## REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Álvarez, A. (2020). *Clasificación de las investigaciones*. Universidad de Lima, Facultad de Ciencias Empresariales y Económicas, Carrera de Negocios Internacionales.
- American Psychiatric Association (2014). *Manual Diagnóstico y Estadístico de los Trastornos Mentales* (5.ª ed.). Editorial Médica Panamericana.
- Arias, F. (2006). *Marco metodológico*.  
<https://virtual.urbe.edu/tesispub/0089963/cap03.pdf>
- Arias, J. (2020). *Proyecto de Tesis: Guía para la elaboración*. Biblioteca Nacional del Perú.  
<https://repositorio.concytec.gob.pe/handle/20.500.12390/2236>
- Avalos et al. (2022). Estrés laboral, salud mental y disponibilidad tecnológica en una muestra mexicana de docentes universitarios. *Uaricha, Revista de Psicología*, 20, 43-57.  
<http://www.revistauaricha.umich.mx/index.php/urp/article/view/643>
- Baena, G. (2017). *Metodología de la Investigación*. (3.ª ed.). Grupo Editorial Patria.
- Bardales, G. (2023). Dimensiones del estrés laboral en el personal de una Institución estatal, 2022. [Tesis de licenciatura, Universidad Científica del Perú]. Repositorio Institucional UCP.  
[http://repositorio.ucp.edu.pe/bitstream/handle/UCP/2416/GABRIEL A%20CRISTINA%20BARDALES%20RENGIFO%20%20TSP.pdf?sequence=1&isAllowed=y](http://repositorio.ucp.edu.pe/bitstream/handle/UCP/2416/GABRIEL_A%20CRISTINA%20BARDALES%20RENGIFO%20%20TSP.pdf?sequence=1&isAllowed=y)
- Barrera, M., Chaparro, C., Plazas, L. y Buitrago, L. (2021). Estrés laboral: una revisión de las principales causas consecuencias y estrategias de prevención. *Revista Investigación Salud Universidad Boyacá*, 8(2), 131-146. <https://doi.org/10.24267/23897325.553>
- Barona, E. (1996). Salud, estrés y factores psicológicos. *Campo Abierto. Revista de Educación*, 13(1), 51-69.
- Barrera, M., Chaparro, C., Plazas, L. y Buitrago, L. (2021). Estrés laboral: una revisión de las principales causas consecuencias y estrategias de prevención. *Revista Investigación Salud Universidad Boyacá*, 8(2), 131-146. <https://doi.org/10.24267/23897325.553>

- Berrío, N. y Mazo, R. (2012). Estrés Académico. *Revista de Psicología Universidad de Antioquia*, 3(2), 55-82. <https://doi.org/10.17533/udea.rp.11369>
- Bertoglia, L. (2005). La Ansiedad y su Relación con el Aprendizaje. *Psicoperspectivas Revista de la escuela de psicología*, 4,13-18. [https://psicoperspectivas.cl/index.php/psicoperspectivas/article/view File/18/18](https://psicoperspectivas.cl/index.php/psicoperspectivas/article/view/File/18/18)
- Buitrago, L., Barrera, M., Plazas, L. y Chaparro, C. (2021). Estrés laboral: una revisión de las principales causas consecuencias y estrategias de prevención. *Revista Investigación en salud Universidad de Boyacá*, 8(2), 131-146. <https://doi.org/10.24267/23897325.553>
- Burgos, D., Rendón, V., Díaz, C., Aguirre, J., Peralta, G. y Angulo, T. (2020). La relajación y estrés laboral en el personal docente: una revisión sistemática. *Lecturas: educación física y deportes*, 25(266), 109-123. <https://doi.org/10.46642/efd.v25i266.1617>
- Carrera, E. (2022). *Estrés laboral y su relación con los rasgos de personalidad en docentes*. [Tesis de licenciatura, Universidad Técnica de Ambato]. Repositorio Institucional UTA. <https://repositorio.uta.edu.ec/jspui/handle/123456789/36719>
- Chacón, E., Xatruch, D., Fernández, M. y Murillo, R. (2021). Generalidades sobre el trastorno de ansiedad. *Revista Cúpula*, 35(1), 23-36. <https://www.binasss.sa.cr/bibliotecas/bhp/cupula/v35n1/art02.pdf>
- Clark, D. y Beck, A. (2012). *Terapia cognitiva para trastornos de ansiedad: Ciencia y práctica*. Bilbao: Desclee de Brower.
- Coayla, M. y Juárez, J. (2023). *Relación entre estrés laboral y la satisfacción laboral de los docentes de la institución educativa emblemática Simón Bolívar de la región Moquegua, en el año 2022*. [Tesis de licenciatura, Universidad José Carlos Mariátegui]. Repositorio Institucional UJCM. <https://hdl.handle.net/20.500.12819/2211>
- Cumpa, R. & Yarlaque, K. (2022). *Resiliencia y ansiedad en docentes de instituciones educativas de la región Lambayeque, en tiempos de Covid-19*. [Tesis de licenciatura, Universidad Nacional Pedro Ruiz

- Gallo]. Repositorio Institucional UNPRG.  
<https://hdl.handle.net/20.500.12893/10521>
- Félix, R., García, C. y Mercado, S. (2018). El estrés en el entorno laboral. *Revisión genérica desde la teoría. Cultura Científica y Tecnológica*, 15(64), 32-42.  
<https://erevistas.uacj.mx/ojs/index.php/culcyt/article/view/2481>
- Freud, S. (1971). *Introducción al psicoanálisis*. Madrid: Alianza.
- García, M. (2009). Clima Organizacional y su diagnóstico: Una aproximación conceptual. *Cuadernos de administración*, (42), 43-61.  
<https://www.redalyc.org/pdf/2250/225014900004.pdf>
- García, M. (2020). Estrés laboral en docentes de enseñanza secundaria de una institución pública de la ciudad de Manta. *Revista San Gregorio*, (43), 140-154. <https://doi.org/10.36097/rsan.v1i43.1412>
- González, V., Zurriaga, R. y Peiro, J. (2002). Análisis y diagnóstico de las situaciones y experiencias de estrés colectivo en las unidades de trabajo y en las organizaciones de servicios sociales. *Revista del instituto Nacional de seguridad e higiene en el trabajo*, (20), 11-21.  
<https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=284098>
- Gutiérrez, D. (2022). *Factores de riesgo psicosocial y su relación con el estrés laboral en docentes de una unidad educativa*. [Tesis de licenciatura, Universidad Técnica Ambato]. Repositorio Institucional UTA. <https://repositorio.uta.edu.ec/jspui/handle/123456789/36910>
- Hayes, B. (1999). *Metodología*.  
[http://catarina.udlap.mx/u\\_dl\\_a/tales/documentos/lad/fernandez\\_b\\_j\\_e/capitulo3.pdf](http://catarina.udlap.mx/u_dl_a/tales/documentos/lad/fernandez_b_j_e/capitulo3.pdf)
- Hernández, G. (2004). *Manual de Psicopatología Básica*. (3.<sup>a</sup> ed.). Bogotá, Colombia: Ceja.
- Hernández, R. Fernández, C. y Baptista, P. (2014). *Metodología de la investigación*. (6.<sup>a</sup> ed.). McGraw-Hill Interamericana Editores.
- Huamán, V. y Toledo, E. (2022). *Estrés laboral en docentes de las instituciones educativas Daniel Becerra Ocampo y William Prescott de la ciudad de Ilo, región Moquegua, 2020*. [Tesis de licenciatura, Universidad José Carlos Mariátegui]. Repositorio Institucional UJCM.

<https://repositorio.ujcm.edu.pe/handle/20.500.12819/1358?show=full>

- Ivancevich, J. y Matteson, M. (1989). *Estrés y trabajo: una perspectiva gerencial*. México: Trillas
- Jarne, A., Talarn, A., Armayones, M., Horta, E. y Requena, E. (2011). *Psicopatología*. España: Editorial UOC.
- Kaplan, R. y Sacuzzo, D. (2010). *Psychological Testing: Principles, Applications, and Issues*. (8.<sup>a</sup> ed.). Belmont, CA: Wadsworth Cengage Learning.
- Lang, J. (1979). A bio-informational theory of emotional imagery. *Psychophysiology*, 16(6), 495-512. <https://doi.org/10.1111/j.1469-8986.1979.tb01511.x>
- Luque, G. y Llanos, L. (2023). *Estrés laboral y ansiedad en docentes de una institución educativa de la provincia de Ilo, 2022*. [Tesis de licenciatura, Universidad Cesar Vallejo]. Repositorio Institucional UCV. <https://repositorio.ucv.edu.pe/handle/20.500.12692/118355>
- Lussier, R. (2005). *Liderazgo: teoría, aplicación, desarrollo de habilidades*. (4.<sup>a</sup> ed.). <https://omeka.urbeuniversity.edu/files/original/8f44ab6d88ba0d77162aab290688117eb28528e0.pdf>
- Mayorga, R., Sillis, K., Martínez, A., Salazar S. y Mota, U. (2020). Cuadro comparativo “Estadística inferencial y descriptiva”. *Educación y Salud Instituto de Ciencias de la Salud Universidad Autónoma del Estado de Hidalgo*, (8)16, 93-95. <https://repository.uaeh.edu.mx/revistas/index.php/ICSA/article/download/5806/7202/>
- Mintzberg, H. (2003). *Diseño de organizaciones eficientes*. El Ateneo.
- Mora, C., Bonilla, G. y Bonilla, J. (2021). Impacto de la pandemia de covid-19 en los docentes: burnout, ansiedad y depresión. *Revista científica de investigación educativa*, (6), 41-60. <https://revistas.unae.edu.ec/index.php/runae/article/view/488>
- Oblitas, L. (2004). *Psicología de la salud y calidad de vida*. México: Thomson.

- Observatorio de Riesgos Psicosociales. (2024). *Que es un riesgo psicosocial*. <https://observatorioriesgospsicosociales.com/que-es-un-riesgo-psicosocial/>
- Ochando, G. y Peris, S. (2017). Actualización de la ansiedad en la edad pediátrica. *Pediatría Integral*, 21(1), 39–46. <https://www.pediatriaintegral.es/publicacion-2017-01/actualizacion-de-la-ansiedad-en-la-edad-pediatrica-2017/>
- Organización Internacional del Trabajo. (2017). *Estrés en el trabajo: un reto colectivo*. OIT. [https://www.ilo.org/wcmsp5/groups/public/---americas/---rolima/documents/genericdocument/wcms\\_475146.pdf](https://www.ilo.org/wcmsp5/groups/public/---americas/---rolima/documents/genericdocument/wcms_475146.pdf)
- Organización Mundial de la Salud (2004). *La organización del trabajo y el estrés. Protección de la salud de los trabajadores*. (3.ª ed.). <https://iris.who.int/bitstream/handle/10665/42756/9243590472.pdf?sequence=1>
- Organización Mundial de la Salud. (2024). *Salud Mental*. [https://www.who.int/es/health-topics/mental-health#tab=tab\\_1](https://www.who.int/es/health-topics/mental-health#tab=tab_1)
- Organización Mundial de la Salud. (27 de setiembre de 2023). *Trastornos de ansiedad*. <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/anxiety-disorders>
- Orrillo, S. & Yaury, Z. (2022). *Ansiedad y depresión en docentes de nivel secundario de instituciones educativas públicas de Cajamarca, 2021*. [Tesis de licenciatura, Universidad Privada del Norte]. Repositorio Institucional UPN. <https://hdl.handle.net/11537/32554>
- Ruiz, A. y Lago, B. (2005). *Trastornos de ansiedad en la infancia y la adolescencia*. Curso de actualización Pediatría. Madrid: Exlibris ediciones. [https://www.aepap.org/sites/default/files/ansiedad\\_0.pdf](https://www.aepap.org/sites/default/files/ansiedad_0.pdf)
- Sánchez, R. (2017). *Factores sociolaborales y estrés en docentes de secundaria de la ciudad de Huancayo*. [Tesis de maestría, Universidad Nacional del Centro del Perú]. Repositorio Institucional UNCP. <http://hdl.handle.net/20.500.12894/4472>
- Sierra, J., Ortega, V. y Zubeidat, I. (2003). Ansiedad, angustia y estrés: tres conceptos a diferenciar. *Revista Mal-estar E Subjetividad*, 3(1), 10-59.

- Soto, M. (2022). *Trabajo remoto y estrés laboral en docentes de una institución educativa Tumbes, 2022*. [Tesis de maestría, Universidad Cesar Vallejo]. Repositorio Institucional UCV. <http://repositorio.unemi.edu.ec/handle/123456789/5243>
- Spielberger, C. (1970). *Teoría e investigación sobre la ansiedad*. En C.D. Spielberger.
- Stossel, S. (2014). *Ansiedad: miedo, esperanza y la búsqueda de la paz interior*. Grupo Planeta Spain.
- Takamura, I. (2020). *Propiedades psicométricas del cuestionario estrés laboral de la OIT – OMS en colaboradores de una empresa de Piura*. [Tesis de Licenciatura, Universidad César Vallejo]. Repositorio Institucional UCV. [https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/53477/Takamura\\_SIC%20-%20SD.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/53477/Takamura_SIC%20-%20SD.pdf?sequence=1&isAllowed=y)
- Virues, R. (2005). Ansiedad estudio. *Revista Psicología Científica.com*, 7(8). <https://pscient.net/lwclh>
- Vivanco et al. (2020) Ansiedad por COVID - 19 y salud mental en estudiantes universitarios. *Revista de Investigación en Psicología*, 23 (2) ,197 – 215. <https://doi.org/10.15381/rinvp.v23i2.19241>

## **ANEXOS**

### Anexo 1: Matriz de consistencia

**Título:** Estrés laboral y ansiedad en docentes de la Institución Educativa “Almirante Miguel Grau seminario” de la provincia de Ilo, Moquegua – 2024.

**Autores:** Sayda Teresa Vilca Ramos

PROBLEMA	OBJETIVO	HIPÓTESIS	VARIABLES Y DIMENSIONES	METODOLOGÍA
<p><b>Problema General</b> ¿Cuál es la relación que existe entre el estrés laboral y la ansiedad en docentes de la Institución Educativa “Almirante Miguel Grau Seminario” de la provincia de Ilo, Moquegua – 2024?</p> <p><b>Problemas Específicos</b> PE1. ¿Cuál es la relación que existe entre el estrés laboral y la ansiedad estado en docentes de la Institución Educativa “Almirante Miguel Grau Seminario” de la provincia de Ilo, Moquegua – 2024?</p>	<p><b>Objetivo General</b> Determinar la relación que existe entre el estrés laboral y la ansiedad en docentes de la Institución Educativa “Almirante Miguel Grau Seminario” de la provincia de Ilo, Moquegua – 2024.</p> <p><b>Objetivos Específicos</b> OE1. Establecer la relación que existe entre el estrés laboral y la ansiedad estado en docentes de la Institución Educativa “Almirante Miguel Grau seminario” de la provincia de Ilo, Moquegua – 2024.</p>	<p><b>Hipótesis General</b> Existe relación significativa entre el estrés laboral y la ansiedad en docentes de la Institución Educativa “Almirante Miguel Grau Seminario” de la provincia de Ilo, Moquegua – 2024.</p> <p><b>Hipótesis Específicas</b> HE1. Existe relación significativa entre el estrés laboral y la ansiedad estado en docentes de la Institución Educativa “Almirante Miguel Grau Seminario” de la provincia de Ilo, Moquegua – 2024.</p>	<p><b>Variable</b> Estrés laboral</p> <p><b>Dimensiones</b> -Clima organizacional -Estructura organizacional -Territorio organizacional -Tecnología -Influencia del líder -Falta de cohesión de grupo -Respaldo de grupo</p> <p><b>Variable</b> Ansiedad</p> <p><b>Dimensiones</b> -Ansiedad estado -Ansiedad rasgo</p>	<p><b>Enfoque:</b> Cuantitativo</p> <p><b>Tipo:</b> Básico</p> <p><b>Nivel:</b> Correlacional</p> <p><b>Diseño:</b> No experimental</p> <p><b>Población:</b> 50 docentes de la Institución educativa Almirante Miguel Grau Seminario</p> <p><b>Muestra:</b> 50 docentes</p> <p><b>Técnica:</b> Encuesta</p>

<p>PE2. ¿Cuál es la relación que existe entre el estrés laboral y la ansiedad rasgo en docentes de la Institución Educativa “Almirante Miguel Grau Seminario” de la provincia de Ilo, Moquegua – 2024?</p>	<p>OE2. Establecer la relación que existe entre el estrés laboral y la ansiedad rasgo en docentes de la Institución Educativa “Almirante Miguel Grau seminario” de la provincia de Ilo, Moquegua – 2024.</p>	<p>HE2. Existe relación significativa entre el estrés laboral y la ansiedad rasgo en docentes de la Institución Educativa “Almirante Miguel Grau Seminario” de la provincia de Ilo, Moquegua – 2024.</p>		<p><b>Instrumentos:</b> Escala de estrés laboral OIT-OMS Cuestionario STAI de Ansiedad Estado/Rasgo</p> <p><b>Técnicas de análisis y procesamiento de datos:</b> Descriptivo - inferencial</p>
--	--	--	--	--

**Anexo 2: Instrumento de recolección de datos**  
**ESCALA PARA EVALUAR EL ESTRÉS LABORAL**

**Código:**

**Fecha:**

**Responda a continuación las siguientes preguntas que involucra datos sociodemográficos**

<b>Edad:</b> 20 ( ) 25 ( ) 30 ( ) 35 ( ) Otros especificar ( )	<b>Sexo:</b> Femenino ( ) Masculino ( )	<b>Tiempo de servicio:</b> 1 año ( ) 2 años ( ) 3 años ( ) 4 años ( ) Otros especificar ( )
<b>Estado civil:</b> Soltero ( ) Casado ( ) Conviviente ( ) Separado/divorciado ( ) Viudo ( )	<b>Número de hijos:</b> 0 ( ) 1 ( ) 2 ( ) 3 ( ) Más de 3 ( )	<b>Modalidad de contrato:</b> Nombrado ( ) Contratado ( )

**Indicaciones:** Estimado docente. A continuación, lee las afirmaciones y marcas con un aspa (X) su elección según los siguientes criterios:

1. si la condición NUNCA es fuentes de estrés.
2. si la condición RARAS VECES es fuente de estrés.
3. si la condición OCASIONALMENTE es fuente de estrés.
4. si la condición ALGUNAS VECES es fuente de estrés.
5. si la condición FRECUENTEMENTE es fuente de estrés.
6. si la condición GENERALMENTE es fuente de estrés.
7. si la condición SIEMPRE es fuente de estrés

Nº	Condición	1	2	3	4	5	6	7
1	El que no comprenda las metas y misión de la Institución me causa estrés.							
2	El realizar informes de trabajo me estresa.							
3	El que no esté en condiciones de controlar las actividades de mi área de trabajo me produce estrés.							

4	El no contar con material adecuado para llevar a cabo mi clase me estresa.								
5	El que el director no me defienda cuando es necesario me estresa.								
6	Que el personal directivo y colegas no me respeten me estresa.								
7	No ser parte de un equipo de trabajo que colabore estrechamente me causa estrés.								
8	Que la Institución Educativa no me respalde en mis metas me causa estrés.								
9	El que mis colegas de trabajo no tengan prestigio ni valor dentro de la Institución me causa estrés.								
10	Cuando la forma en que trabaja la Institución no es clara me estresa.								
11	El que las políticas generales de la dirección impidan mi buen desempeño me estresa.								
12	El que las personas que están a mi nivel dentro de la Institución tengamos poco control sobre el trabajo me causa estrés.								
13	Que el director no sé preocupe por mi bienestar me estresa.								
14	El no tener el conocimiento técnico para competir dentro de la Institución me estresa.								
15	El no tener un espacio privado en mi trabajo me estresa.								
16	El que maneje mucho papeleo dentro de la Institución me causa estrés.								
17	Que el director no tenga confianza en mi desempeño de mi trabajo me causa estrés.								
18	Mi equipo de trabajo se encuentra desorganizado me estresa.								
19	El que la institución educativa no me brinde protección en relación con las injustas demandas de trabajo que me puedan hacer me causa estrés.								
20	El que la Institución carezca de dirección y objetivos me causa estrés.								
21	El que me presionen demasiado en el trabajo me causa estrés.								
22	El que tenga que trabajar con otros docentes me estresa.								
23	El que la Institución no me brinden ayuda cuando lo necesito me causa estrés.								

24	El que no me respeten a mí ni a los que trabajamos dentro de la Institución, me causa estrés.								
25	El no contar con la tecnología adecuada para hacer un trabajo de calidad me causa estrés.								

Fuente: Adaptado de Suárez (2013).

### Ficha técnica de la escala para evaluar el estrés laboral

Nombre original del instrumento	Escala de Estres Laboral OIT - OMS
Nombre del instrumento adaptado	Escala para evaluar el estrés laboral
Autor	Ivancevich y Matteson (1989)
Objetivo:	Evalúa la propensión al estrés laboral.
Procedencia	El instrumento fue diseñado, elaborado y validado por la OIT en conjunto con la OMS
Administración	Individual / Colectiva
Duración	10 a 15 minutos, el tiempo total no supera los 17 minutos.
Muestra	69 docentes
Dimensiones	D1. Clima organizacional D2. Estructura organizacional D3. Territorio organizacional D4. Tecnología D5. Influencia del líder D6. Falta de cohesión de grupo D7. Respaldo de grupo
Escala valorativa	-Nunca (01) -Raras veces (02) -Ocasionalmente (03) -Algunas veces (4) -Frecuentemente (5) -Generalmente (6) -Siempre (7)

## STAI CUESTIONARIO DE ANSIEDAD ESTADO – RASGO

**Código:**

**Fecha:**

**A-E**

### INSTRUCCIONES

A continuación encontrará unas frases que se utilizan corrientemente para describirse uno a sí mismo. Lea cada frase e indique mejor como se SIENTE USTED AHORA MISMO, en este momento. No hay respuestas buenas ni malas. No emplee demasiado tiempo en cada frase y conteste señalando la respuesta que mejor describa a su situación presente.

Nº	Ítems	Nada	Algo	Bastante	Mucho
1	Me siento calmado				
2	Me siento seguro				
3	Estoy tenso				
4	Estoy contrariado				
5	Me siento cómodo (estoy a gusto)				
6	Me siento alterado				
7	Estoy preocupado ahora por posibles desgracias futuras				
8	Me siento descansado				
9	Me siento angustiado				
10	Me siento confortable				
11	Tengo confianza en mí mismo				
12	Me siento nervioso				
13	Estoy desasosegado				
14	Me siento muy “atado” (como oprimido)				
15	Estoy relajado				
16	Me siento satisfecho				
17	Estoy preocupado				
18	Me siento aturdido y sobreexcitado				
19	Me siento alegre				
20	En este momento me siento bien				

COMPRUEBE SI HA CONTESTADO A TODAS LAS FRASES CON UNA SOLA RESPUESTA

## A-R

### INSTRUCCIONES

A continuación encontrará unas frases que se utilizan corrientemente para describirse uno a sí mismo. Lea cada frase e indique mejor como se SIENTE USTED AHORA MISMO, en este momento. No hay respuestas buenas ni malas. No emplee demasiado tiempo en cada frase y conteste señalando la respuesta que mejor describa a su situación presente.

N°	Ítems	Nada	Algo	Bastante	Mucho
21	Me siento bien				
22	Me canso rápidamente				
23	Estoy ganas de llorar				
24	Me gustaría ser tan feliz como otros				
25	Pierdo oportunidades por no decidirme pronto				
26	Me siento descansado				
27	Soy una persona tranquila, serena y sosegada				
28	Veó que las dificultades se amontonan y no puedo con ellas				
29	Me siento preocupado demasiado por cosas sin importancia				
30	Soy feliz				
31	Suelo tomar las cosas demasiado seriamente				
32	Me falta confianza en mí mismo				
33	Me siento seguro				
34	No suelo afrontar las crisis o dificultades				
35	Me siento triste (melancólico)				
36	Estoy satisfecho				
37	Me rondan y molestan pensamientos sin importancia				
38	Me afectan tanto los desengaños, que no puedo olvidarlos				
39	Soy una persona estable				
40	Cuando pienso sobre asuntos y preocupaciones actuales, me pongo tenso y agitado				

Fuente: Gualberto y Seisdedos (2011).

Nombre original del instrumento	STAI Cuestionario de Ansiedad Estado-Rasgo
Autor	Spielberger, Gorsuch y Lushene ( 1970)
Objetivo:	Evalúa la ansiedad.
Procedencia	Consulting Psychologists Press, Palo Alto, California.
Administración	Individual / Colectiva
Duración	15 a 20 minutos, el tiempo total no supera los 30 minutos.
Muestra	69 docentes
Dimensiones	D1. Ansiedad estado D2. Ansiedad rasgo
Escala valorativa	- Nada (0) - Algo (1) - Bastante (2) - Mucho (3)

## Anexo 3: Ficha de validación de instrumentos de medición

### Validez y confiabilidad de la escala para evaluar el estrés laboral

#### INFORME DE VALIDACIÓN DEL INSTRUMENTO DE INVESTIGACIÓN

#### I. DATOS GENERALES

Título de la Investigación: Estrés laboral y ansiedad en docentes de la Institución Educativa "Almirante Miguel Grau seminario" de la provincia de Ilo, Moquegua – 2024.

Nombre del Experto: \_Mg. Ps. Pablo G. Tejada Gandarillas

Nombre del instrumento: Escala para evaluar el estrés laboral

#### II. ASPECTOS A VALIDAR EN EL CUESTIONARIO

Aspectos a Evaluar	Descripción:	Evaluación Cumple/ No cumple	Preguntas a corregir
1. Claridad	Las preguntas están elaboradas usando un lenguaje apropiado	CUMPLE	
2. Objetividad	Las preguntas están expresadas en aspectos observables	CUMPLE	
3. Conveniencia	Las preguntas están adecuadas al tema a ser investigado	CUMPLE	
4. Organización	Existe una organización lógica y sintáctica en el cuestionario	CUMPLE	
5. Suficiencia	El cuestionario comprende todos los indicadores en cantidad y calidad	CUMPLE	
6. Intencionalidad	El cuestionario es adecuado para medir los indicadores de la investigación	CUMPLE	
7. Consistencia	Las preguntas están basadas en aspectos teóricos del tema investigado	CUMPLE	
8. Coherencia	Existe relación entre las preguntas e indicadores	CUMPLE	
9. Estructura	La estructura del cuestionario responde a las preguntas de la investigación	CUMPLE	
10. Pertinencia	El cuestionario es útil y oportuno para la investigación	CUMPLE	

#### III. OBSERVACIONES GENERALES



**Pablo G. Tejada Gandarillas**  
Psicólogo  
C. P. N. 7847

Nombre: Mg. Ps. Pablo G. Tejada Gandarillas

No. DNI: 29642334

## INFORME DE VALIDACIÓN DEL INSTRUMENTO DE INVESTIGACIÓN

### I. DATOS GENERALES

Título de la Investigación: Estrés laboral y ansiedad en docentes de la Institución Educativa "Almirante Miguel Grau seminario" de la provincia de Ilo, Moquegua – 2024.

Nombre del Experto: **Dr. RENE LUCIO CHAMBI CUSI**

Nombre del Instrumento: Escala para evaluar el estrés laboral

### II. ASPECTOS A VALIDAR EN EL CUESTIONARIO

Aspectos a Evaluar	Descripción:	Evaluación Cumple/ No cumple	Preguntas a corregir
1. Claridad	Las preguntas están elaboradas usando un lenguaje apropiado	SI CUMPLE	
2. Objetividad	Las preguntas están expresadas en aspectos observables	SI CUMPLE	
3. Conveniencia	Las preguntas están adecuadas al tema a ser investigado	SI CUMPLE	
4. Organización	Existe una organización lógica y sintáctica en el cuestionario	SI CUMPLE	
5. Suficiencia	El cuestionario comprende todos los indicadores en cantidad y calidad	SI CUMPLE	
6. Intencionalidad	El cuestionario es adecuado para medir los indicadores de la investigación	SI CUMPLE	
7. Consistencia	Las preguntas están basadas en aspectos teóricos del tema investigado	SI CUMPLE	
8. Coherencia	Existe relación entre las preguntas e indicadores	SI CUMPLE	
9. Estructura	La estructura del cuestionario responde a las preguntas de la investigación	SI CUMPLE	
10. Pertinencia	El cuestionario es útil y oportuno para la investigación	SI CUMPLE	

### III. OBSERVACIONES GENERALES

--

  
  
**René L. Chambi Cusi**  
Moquegua  
C. de la U. de Moquegua  
Nombre: **Dr. René Lucio Chambi Cusi**  
Grado académico: Doctor  
Nº DNI: 04641870

## INFORME DE VALIDACIÓN DEL INSTRUMENTO DE INVESTIGACIÓN

### I. DATOS GENERALES

Título de la Investigación: Estrés laboral y ansiedad en docentes de la Institución Educativa "Almirante Miguel Grau seminario" de la provincia de Ilo, Moquegua – 2024.

Nombre del Experto: HENRY NILTON MUÑOZ YAÑEZ

Nombre del instrumento: Escala para evaluar el estrés laboral

### II. ASPECTOS A VALIDAR EN EL CUESTIONARIO

Aspectos Evaluar	Descripción:	Evaluación Cumple/ No cumple	Preguntas a corregir
1. Claridad	Las preguntas están elaboradas usando un lenguaje apropiado	CUMPLE	
2. Objetividad	Las preguntas están expresadas en aspectos observables	CUMPLE	
3. Conveniencia	Las preguntas están adecuadas al tema a ser investigado	CUMPLE	
4. Organización	Existe una organización lógica y sintaxica en el cuestionario	CUMPLE	
5. Suficiencia	El cuestionario comprende todos los indicadores en cantidad y calidad	CUMPLE	
6. Intencionalidad	El cuestionario es adecuado para medir los indicadores de la investigación	CUMPLE	
7. Consistencia	Las preguntas están basadas en aspectos teóricos del tema investigado	CUMPLE	
8. Coherencia	Existe relación entre las preguntas e indicadores	CUMPLE	
9. Estructura	La estructura del cuestionario responde a las preguntas de la investigación	CUMPLE	
10. Pertinencia	El cuestionario es útil y oportuno para la investigación	CUMPLE	

### III. OBSERVACIONES GENERALES

  
.....  
14 82112590  
Nombre: Henry Nilton Muñoz Yañez  
No. DNI: PSICÓLOGO CLÍNICO  
C.Ps. P. N° 7140  
23938211

## Confiabilidad

<b>Resumen de procesamiento de casos</b>			
		N	%
Casos	Válido	15	100.0
	Excluido <sup>a</sup>	0	.0
	Total	15	100.0

<b>Estadísticas de fiabilidad</b>	
Alfa de Cronbach	N de elementos
.964	25

**Validación y confiabilidad del test STAI cuestionario de ansiedad estado-rasgo.**

<b>PSY CLOUD CONSULTORES SOCIEDAD ANONIMA CERRADA - PSY CLOUD CONSULTORES S.A.C.</b> CAL. ATAHUALPA 606 URB. SURQUILLO MIRAFLORES - LIMA - LIMA		<b>BOLETA DE VENTA ELECTRONICA</b> RUC: 20602391141 EB01-158				
Fecha de Vencimiento : Fecha de Emisión : <b>09/08/2024</b> Señor(es) : <b>SAYDA TERESA VILCA RAMOS</b> DNI : <b>45603871</b> Tipo de Moneda : <b>SOLES</b> Observación :						
<b>Cantidad</b>	<b>Unidad Medida</b>	<b>Descripción</b>	<b>Valor Unitario(*)</b>	<b>Descuento(*)</b>	<b>Importe de Venta(**)</b>	<b>ICBPER</b>
1.00	UNIDAD	STAI. CUESTIONARIO DE ANSIEDAD ESTADO-RASGO	399.00	0.00	399.00	0.00
Otros Cargos : S/0.00 Otros Tributos : S/0.00 ICBPER : S/ 0.00 Importe Total : S/399.00						
<b>SON: TRESCIENTOS NOVENTA Y NUEVE Y 00/100 SOLES</b>						
(*) Sin impuestos. (**) Incluye impuestos, de ser Op. Gravada.			Op. Gravada :	S/ 0.00		
			Op. Exonerada :	S/ 399.00		
			Op. Inafecta :	S/ 0.00		
			ISC :	S/ 0.00		
			IGV :	S/ 0.00		
			ICBPER :	S/ 0.00		
			Otros Cargos :	S/ 0.00		
			Otros Tributos :	S/ 0.00		
			Monto de Redondeo :	S/ 0.00		
			Importe Total :	S/ 399.00		
Esta es una representación impresa de la Boleta de Venta Electrónica, generada en el Sistema de la SUNAT. El Emisor Electrónico puede verificarla utilizando su clave SOL, el Adquirente o Usuario puede consultar su validez en SUNAT Virtual: <a href="http://www.sunat.gob.pe">www.sunat.gob.pe</a> , en Opciones sin Clave SOL/ Consulta de Validez del CPE.						

### Anexo 4: Data de resultados

#### Variable estrés laboral

Nº	P1	P2	P3	P4	P5	P6	P7	P8	P9	P10	P11	P12	P13	P14	P15	P16	P17	P18	P19	P20	P21	P22	P23	P24	P25
1	4	7	4	3	5	2	2	5	1	4	6	3	2	3	2	7	2	6	5	2	5	2	6	5	2
2	1	3	1	1	1	1	2	2	2	2	1	1	1	1	1	2	2	1	1	1	2	1	1	2	1
3	5	4	4	2	4	2	2	2	1	2	2	1	2	4	1	4	1	2	4	1	2	1	2	4	1
4	1	4	3	2	2	4	3	3	1	3	2	2	2	2	2	3	2	3	3	2	4	1	4	4	2
5	2	2	3	3	4	4	3	4	5	3	3	4	3	4	2	2	3	5	4	4	7	3	6	7	6
6	1	2	2	2	2	1	2	2	1	1	2	1	1	2	1	2	1	2	1	2	2	1	2	1	2
7	2	4	4	3	5	3	2	5	2	4	4	2	3	1	2	2	4	2	3	3	2	2	4	2	3
8	2	4	1	1	3	1	2	3	1	4	4	1	2	1	5	2	1	3	1	1	5	1	1	1	1
9	1	1	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	4	1	7	1	1	1
10	3	1	2	1	2	3	2	2	2	2	2	3	1	2	1	2	1	1	2	1	2	1	1	2	1
11	2	4	2	3	6	4	4	4	4	5	4	4	5	2	2	2	3	3	4	4	3	2	4	5	2
12	1	3	4	3	7	7	7	7	4	6	6	4	6	4	4	5	7	7	7	7	7	2	7	7	2
13	1	4	2	5	5	4	6	5	1	7	5	2	4	2	2	7	2	6	6	7	6	4	6	2	4
14	4	4	4	4	6	4	4	4	3	6	4	2	4	4	4	4	4	4	4	5	5	2	5	4	4
15	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
16	1	1	1	1	1	1	1	1	2	2	2	1	1	1	1	1	1	1	1	2	1	1	1	3	1
17	2	1	1	2	1	1	1	1	2	2	1	1	1	1	1	2	1	2	1	1	2	1	1	1	1
18	1	2	1	3	1	1	1	1	2	2	1	1	1	1	1	2	1	2	1	1	2	1	1	1	1
19	1	2	1	2	1	1	1	1	2	2	1	1	1	1	1	2	1	2	1	1	2	1	1	1	1
20	2	3	2	2	1	3	3	2	3	2	3	3	1	1	3	2	3	2	2	3	1	1	3	3	2

21	1	4	2	2	4	2	3	3	1	3	2	3	3	1	1	3	2	3	2	2	3	1	3	2	3	
22	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	2	1	1	2	2	1	1	2	1	1	2	2	2	2	
23	1	1	1	2	1	1	1	3	2	2	2	1	2	1	1	1	1	4	1	1	2	1	3	3	3	
24	3	3	3	2	3	4	1	1	1	4	4	3	1	1	1	1	4	1	2	1	1	1	4	4	2	
25	1	1	1	2	1	1	1	2	1	1	2	1	2	1	1	1	1	4	1	1	2	1	2	3	3	
26	2	3	4	4	2	4	1	4	1	2	4	1	2	2	2	1	1	4	4	2	2	2	2	2	2	
27	1	2	2	2	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	1	2	2	
28	1	1	1	1	2	2	2	2	2	1	1	2	1	3	1	1	1	3	1	3	1	4	2	2	2	1
29	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	
30	1	1	2	1	2	3	1	3	1	2	3	1	3	1	1	1	1	3	1	1	4	4	4	4	2	
31	2	3	2	2	1	1	1	1	2	2	1	1	1	1	1	2	1	2	1	1	2	1	1	1	1	
32	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	
33	4	4	4	3	5	4	4	4	3	6	4	2	4	4	4	4	4	4	4	4	5	5	2	5	4	4
34	1	4	2	5	5	4	6	5	1	7	5	2	4	2	2	7	2	6	6	7	6	4	6	2	4	
35	1	3	4	3	7	7	7	7	4	7	7	4	6	4	4	5	7	7	7	7	7	3	7	7	2	
36	2	4	2	3	6	4	4	4	4	4	5	4	4	5	2	2	2	3	3	4	4	3	2	4	5	2
37	3	1	2	1	2	3	2	2	2	2	2	2	3	1	2	1	2	1	1	2	1	2	1	2	1	
38	1	1	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	3	1	7	1	1	1	
39	2	4	1	3	2	2	2	3	1	1	4	4	1	2	5	2	1	3	1	1	5	1	1	1	1	
40	2	4	4	3	5	3	3	4	2	4	4	2	3	1	2	2	4	2	3	3	2	2	4	2	3	
41	1	2	2	2	2	1	2	1	1	1	2	1	1	2	1	2	1	2	1	2	2	1	2	1	2	
42	2	2	3	3	4	4	3	4	5	3	3	4	3	4	2	2	3	5	4	4	7	3	6	7	6	
43	1	4	3	2	2	4	3	3	1	3	2	2	2	2	2	3	2	3	3	2	4	1	4	4	2	
44	3	4	4	4	4	5	4	5	4	5	4	4	3	4	5	5	4	5	4	5	4	5	4	6	3	
45	4	3	4	3	2	1	2	1	3	3	3	2	2	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	

46	1	6	1	3	7	1	1	2	1	2	3	2	2	1	1	2	1	3	1	2	2	1	2	2	1
47	5	4	4	2	4	2	2	2	1	2	2	1	2	4	1	4	1	2	4	1	2	1	2	4	1
48	1	3	1	1	1	1	2	2	2	2	1	1	1	1	1	2	2	1	1	1	2	1	1	2	1
49	4	7	4	3	4	2	2	5	1	4	6	3	2	3	2	7	2	6	5	2	5	2	6	5	2
50	5	5	4	4	6	3	5	4	2	2	2	2	4	3	3	5	4	6	6	6	6	6	6	6	6

### Variable ansiedad

N°	P1	P2	P3	P4	P5	P6	P7	P8	P9	P10	P11	P12	P13	P14	P15	P16	P17	P18	P19	P20	P21	P22	P23	P24	P25	P26	P27	P28	P29	P30	P31	P32	P33	P34	P35	P36	P37	P38	P39	P40				
1	2	2	3	3	2	1	3	3	3	2	1	1	2	2	2	2	3	2	2	1	1	2	3	2	1	3	0	2	1	2	2	1	1	1	1	2	2	2	2	1	1	3		
2	1	1	1	2	0	0	0	1	0	1	1	1	0	0	1	1	1	0	0	1	1	0	1	1	1	0	0	0	1	1	2	1	1	1	0	1	0	1	0	1	1	1		
3	2	2	2	2	2	1	2	2	1	2	2	0	0	1	2	2	1	1	2	2	2	1	1	2	1	2	3	2	2	2	2	2	2	2	1	1	2	1	1	2	1	3	2	3
4	1	1	1	1	1	0	1	2	1	2	1	1	1	0	2	2	2	1	2	1	2	1	1	1	1	2	1	1	1	1	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	
5	1	1	1	0	1	0	3	2	2	2	2	1	1	2	2	1	3	1	2	1	2	2	2	3	1	2	1	1	1	1	3	2	1	1	2	1	2	2	2	1	2			
6	1	1	0	0	0	0	0	1	1	1	0	0	0	0	0	0	0	1	0	0	1	0	0	0	0	0	1	0	1	0	1	0	0	1	0	0	0	0	0	0	0	1	0	
7	2	2	2	3	2	1	0	2	1	2	0	1	2	1	2	0	1	1	1	1	0	2	1	0	0	1	3	1	0	0	1	0	1	1	1	1	1	0	1	0	0	1		
8	1	0	0	0	1	0	1	2	0	1	0	0	0	0	1	1	1	0	1	1	1	0	1	3	1	1	0	1	1	1	3	1	1	2	1	1	1	1	0	1	0	1		
9	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	0	0	0	0	3	0	0	1	3	0	0	0	0	3	0	0	3	1	0	0	0	0	0	0	0	1		
10	1	1	0	2	1	1	0	2	2	1	0	1	1	1	2	0	2	1	0	0	0	0	1	1	3	2	0	0	1	2	0	3	1	0	0	2	0	0	2	0	2			
11	1	1	0	1	1	1	0	1	2	1	1	0	0	0	1	1	1	2	1	2	1	0	1	0	2	2	1	1	1	1	1	3	0	0	1	1	0	1	2	0	1			
12	0	0	0	0	0	0	0	2	0	0	0	0	0	0	3	0	0	0	0	0	0	0	1	0	0	0	0	0	0	0	1	0	0	1	0	0	1	1	0	0				
13	1	1	2	3	3	2	0	1	2	1	2	1	1	1	2	2	2	1	0	2	2	1	2	2	1	1	2	2	1	2	2	2	1	2	2	1	2	2	3	2	3			
14	1	1	1	1	2	3	0	1	1	0	1	0	0	0	1	1	0	0	1	0	1	0	1	0	0	3	3	0	1	0	0	0	0	1	0	0	1	0	1	0	0	3	0	
15	1	1	1	0	0	1	0	1	1	0	1	1	0	2	0	1	1	0	0	1	1	0	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0		
16	0	0	0	0	1	0	0	2	0	1	1	0	0	0	1	1	0	0	0	0	0	1	0	0	0	2	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	

17	1	0	0	0	1	0	0	1	0	1	0	0	0	0	1	1	0	0	1	1	1	1	0	0	0	2	1	0	0	1	2	0	0	0	0	1	0	1	0	0	
18	1	0	0	0	1	0	0	1	0	1	0	0	0	0	1	1	0	0	0	0	0	1	0	0	0	2	1	0	0	1	2	0	0	0	0	1	0	0	0	0	
19	1	0	0	0	1	0	0	1	0	1	0	0	0	0	1	1	0	0	1	1	0	1	0	0	0	2	1	0	0	1	2	0	0	0	0	1	0	1	0	0	
20	2	0	0	0	1	0	0	2	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	0	0	0	2	1	0	0	0	0	0	0	0	0	3	3	0	0	0		
21	2	1	0	0	1	0	1	1	0	0	0	0	0	0	0	1	0	0	0	0	1	0	0	1	1	1	0	0	0	3	0	0	0	0	0	1	1	0	1		
22	2	0	0	0	0	0	0	0	0	1	0	0	0	0	1	1	0	0	1	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	2	0	0	3	0	0	0	1	0	0	
23	2	0	0	0	0	0	0	2	0	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	2	0	0	3	0	0	0	1	0	0		
24	2	1	1	1	0	1	0	0	2	0	1	1	0	0	0	1	1	0	0	1	1	1	1	0	0	0	1	1	0	0	1	1	0	1	1	0	1	0	0	1	0
25	2	1	1	0	1	0	0	0	0	0	1	0	0	0	0	1	1	0	0	1	1	0	0	0	0	0	0	0	0	2	0	0	3	0	0	0	1	0	0		
26	2	2	2	1	0	2	0	0	2	0	2	1	0	0	0	2	1	0	0	1	1	1	2	0	0	1	2	2	1	1	1	1	0	2	1	0	2	0	1	1	1
27	2	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	0	0	1	0	0	0	0	0	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
28	2	1	1	0	0	1	0	0	1	0	1	0	0	0	1	0	3	0	0	0	0	1	0	0	0	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
29	2	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	0	0	0	0	0	0	0	0	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
30	3	1	1	0	0	1	0	0	2	0	2	1	0	0	0	2	1	0	0	2	2	2	1	0	0	1	2	2	1	0	2	1	0	2	1	0	2	0	1	1	1
31	3	1	0	0	0	1	0	0	1	0	1	0	0	0	0	1	1	0	0	1	1	0	1	0	0	0	2	1	0	0	1	2	0	0	0	0	1	0	1	0	0

3 2	1	1	0	0	1	0	1	1	0	1	1	0	2	0	1	1	0	0	1	1	0	1	0	0	3	0	3	0	3	0	3	3	0	3	3	0	0	0	0	0	
3 3	1	1	0	0	2	0	0	1	0	1	0	0	0	0	1	1	0	0	1	0	1	1	0	0	3	3	0	0	2	3	0	3	3	1	3	2	0	3	0		
3 4	1	2	2	2	2	0	1	2	1	2	1	1	1	2	2	2	1	0	2	2	1	2	2	1	2	2	2	1	2	2	1	2	2	3	2	3					
3 5	1	1	0	0	0	0	0	2	0	0	0	0	0	0	3	0	0	0	0	0	1	0	0	0	0	0	0	0	1	0	0	1	0	0	1	1	0	0			
3 6	1	0	1	1	1	1	2	1	2	1	0	0	0	1	1	1	2	1	2	1	0	1	0	2	2	1	1	1	1	1	3	0	0	1	1	0	1	2	0	1	
3 7	1	0	2	1	1	0	2	2	1	0	1	2	1	2	0	2	1	0	0	0	0	1	1	3	2	0	0	1	2	0	3	1	0	0	2	0	0	2	0	2	
3 8	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	0	0	0	0	3	0	0	1	3	0	0	0	0	3	0	0	3	1	0	1	1	0	1		
3 9	2	2	2	1	2	1	0	3	1	2	1	1	1	1	3	2	1	1	3	2	2	2	0	0	1	3	2	1	1	2	1	1	1	1	0	2	1	1	1	1	
4 0	2	2	2	3	2	1	0	2	1	2	0	1	2	1	2	0	1	1	1	1	1	2	0	0	0	3	2	1	0	2	1	1	1	2	1	2	1	2	0	1	
4 1	1	0	0	0	0	0	0	1	1	1	0	0	0	0	0	0	0	0	1	0	0	1	0	0	0	0	1	0	1	0	1	0	0	1	0	0	0	0	0	1	
4 2	1	1	1	0	1	0	3	2	2	2	2	1	1	2	2	1	3	1	2	1	2	2	2	3	1	2	1	1	1	1	3	2	1	1	2	1	2	2	1	2	
4 3	1	1	1	1	1	0	1	2	1	1	2	1	1	0	2	2	2	1	2	1	2	1	1	1	1	2	1	2	2	2	2	2	1	1	1	1	1	1	1	0	1
4 4	2	2	2	1	1	1	2	2	2	1	1	1	1	2	1	1	2	2	2	1	1	1	1	2	2	1	2	2	2	1	2	1	1	2	2	1	2	2	2	2	
4 5	0	0	0	1	1	1	1	1	1	1	0	2	3	1	0	0	0	1	0	1	0	2	1	1	1	0	0	2	3	0	3	0	3	0	0	3	1	0	3	0	
4 6	0	0	0	0	0	0	3	2	3	0	3	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0	0	0	1	1	0	0	0	1	0	2	1	0	1	1	0	1	0	0	0	

4 7	2	2	2	2	2	1	2	2	1	2	2	0	0	1	2	2	1	1	2	2	2	1	1	2	1	2	3	2	2	2	2	2	2	1	1	2	1	3	2	3
4 8	2	1	1	2	0	0	0	1	0	1	1	1	0	0	1	1	1	0	1	1	1	0	1	1	1	0	0	0	1	1	2	1	1	1	0	1	0	1	1	1
4 9	2	1	1	3	1	1	1	2	3	2	2	2	2	2	1	2	1	2	2	2	2	3	2	1	3	1	2	1	2	2	1	1	1	2	2	2	2	1	1	3
5 0	1	1	0	0	1	0	0	3	0	1	3	0	0	2	1	3	0	2	1	1	1	0	3	3	2	3	1	1	1	1	2	1	1	2	1	1	1	1	1	1

## Anexo 5: Consentimiento informado

### CONSENTIMIENTO INFORMADO

“ESTRÉS LABORAL Y ANSIEDAD EN DOCENTES DE LA INSTITUCION EDUCATIVA “ALMIRANTE MIGUEL GRAU SEMINARIO” DE LA PROVINCIA DE ILO, MOQUEGUA – 2024.”

**Institución** : Universidad Autónoma de Ica.

**Responsables** : Sayda Teresa Vilca Ramos  
Bachiller del programa académico de Psicología

**Objetivo:** Por la presente se le invita a participar de la investigación que tiene como finalidad Determinar la relación que existe entre el estrés laboral y la ansiedad en docentes de la Institución Educativa “Almirante Miguel Grau Seminario” de la provincia de Ilo, Moquegua – 2024. Al participar del estudio, deberá resolver un instrumento de 25 ítems y otro de 40, los cuales serán respondidos de forma anónima.

**Procedimiento:** Si autoriza participar de este estudio, deberá responder un instrumento denominado “Escala para evaluar el estrés laboral” y “STAI cuestionario de ansiedad estado-rasgo”, los cuales deberán ser resueltos en un tiempo de 30 minutos.

**Confidencialidad de la información:** El manejo de la información es a través de códigos asignados a cada participante, por ello, la responsable de la investigación garantiza que se respetará el derecho de confidencialidad e identidad de cada uno de los participantes, no mostrándose datos que permitan la identificación de las personas que formaron parte de la muestra de estudio.

**Consentimiento:** Yo, en pleno uso de mis facultades mentales y comprensivas, he leído la información suministrada por la Investigadora, y autorizo voluntariamente, participar en el estudio indicado, habiéndome informado sobre el propósito de la investigación, así mismo, autorizo la toma de fotos (evidencia fotográfica), durante la resolución del instrumento de recolección de datos.

....., ..... de 2024

Firma: .....

Apellidos y nombres: .....

DNI: .....

## Anexo 6: Documentos administrativos



"Año del Bicentenario, de la consolidación de nuestra independencia, y de la conmemoración de las heroicas batallas de Junín y Ayacucho"

Chincha Alta, 05 de agosto del 2024

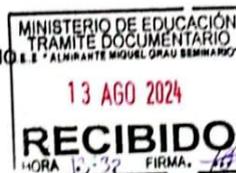
**OFICIO N°705-2024-UAI-FCS**

**Sr. Alfredo Edgardo Cuayla Manchego**

**Director**

**INSTITUCIÓN EDUCATIVA ALMIRANTE MIGUEL GRAU SEMINARIO**

**Presente. -**



De mi especial consideración:

Es grato dirigirme a usted para saludarle cordialmente.

La Facultad de Ciencias de la Salud de la Universidad Autónoma de Ica tiene como principal objetivo formar profesionales con un perfil científico y humanístico, sensibles con los problemas de la sociedad y con vocación de servicio, este compromiso lo interiorizamos a través de nuestros programas académicos, bajo la excelencia en la formación académica, y trabajando transversalmente con nuestros pilares como son la **investigación**, responsabilidad social y bienestar universitario en inserción laboral.

En tal sentido, nuestra estudiante se encuentra en el desarrollo de tesis para la obtención del título profesional, para los programas académicos de Enfermería, Psicología y Obstetricia. La estudiante ha tenido a bien seleccionar temas de estudio de interés con la realidad local y regional, tomando en cuenta a la institución que usted dirige.

Como parte de la exigencia del proceso de investigación, se debe contar con la **autorización** de la Institución elegida, para que la estudiante pueda proceder a realizar el estudio, recabar información y aplicar su instrumento de investigación, misma que a través del presente documento solicitamos.

Adjuntamos la carta de presentación de la estudiante con el tema de investigación propuesto y quedamos a la espera de su aprobación.

Sin otro particular y con la seguridad de merecer su atención, me suscribo, no sin antes reiterarle los sentimientos de mi especial consideración



**Dra. Susana Marteni Atuncar Deza**

**DECANA (E)**  
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD  
UNIVERSIDAD AUTÓNOMA

Av. Abelardo Alva Maúrtua 489 - 499 | Chincha Alta - Chincha - Ica

☎ 056 269176

🌐 www.autonomadeica.edu.pe



UNIVERSIDAD  
**AUTÓNOMA**  
DE ICA

Resolución N° 045-2021-UNAUDEI/CI

## CARTA DE PRESENTACIÓN

La Decana de la Facultad de Ciencias de la Salud de la Universidad Autónoma de Ica, que suscribe

### Hace Constar:

Que, **VILCA RAMOS, Sayda Teresa** identificada con código N° 0045603871, del Programa Académico de Psicología, quien viene desarrollando la tesis denominada "ESTRÉS LABORAL Y ANSIEDAD EN DOCENTES DE LA INSTITUCION EDUCATIVA "ALMIRANTE MIGUEL GRAU SEMINARIO" DE LA PROVINCIA DE ILO, MOQUEGUA - 2024"

Se expide el presente documento, a fin de que el encargado, tenga a bien autorizar a la estudiante en mención, a recoger los datos y aplicar su instrumento para su investigación, comprometiéndose a actuar con respeto y transparencia dentro de ella, así como a entregar una copia de la investigación cuando esté finalmente sustentada y aprobada, para los fines que se estimen necesarios.

Chincha Alta, 05 de agosto del 2024



  
Dra. Susana Marleni Atuncar Deza  
DECANA (E)  
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD  
UNIVERSIDAD AUTÓNOMA

Av. Abelardo Alva Maúrtua 489 - 499 | Chincha Alta - Chincha - Ica

☎ 056 269176

🌐 [www.autonomadeica.edu.pe](http://www.autonomadeica.edu.pe)



"AÑO DEL BICENTENARIO DE LA CONSOLIDACION DE NUESTRA INDEPENDENCIA Y DE LA  
COMMEMORACION DE LAS HEROICAS BATALLAS DE JUNIN Y AYACUCHO"

Ilo, 19 de Agosto del 2024.

**CARTA N° 008-2024-DIR.IEE" AMGS"**

Señor (a) (ta):

**SAYDA TERESA, VILCA RAMOS,**

Presente -

De mi mayor consideración:

Es grato dirigirme a Ud. para hacerle llegar el saludo fraterno a nombre de la Institución Educativa Emblemática "Alm. Miguel Grau Seminario". El motivo del presente es para hacer de su conocimiento que esta Dirección **AUTORIZA**, para que realice la aplicación de trabajo de Investigación (Tesis) titulado: (1. "ESTRÉS LABORAL Y ANSIEDAD EN DOCENTES DE LA INSTITUCION EDUCATIVA "ALMIRANTE MIGUEL GRAU SEMINARIO" DE LA PROVINCIA DE ILO, MOQUEGUA – 2024" asumiendo el compromiso al concluir, alcanzar los resultados de la aplicación a esta Dirección.

Sin otro particular me despido de Ud.

Atentamente,

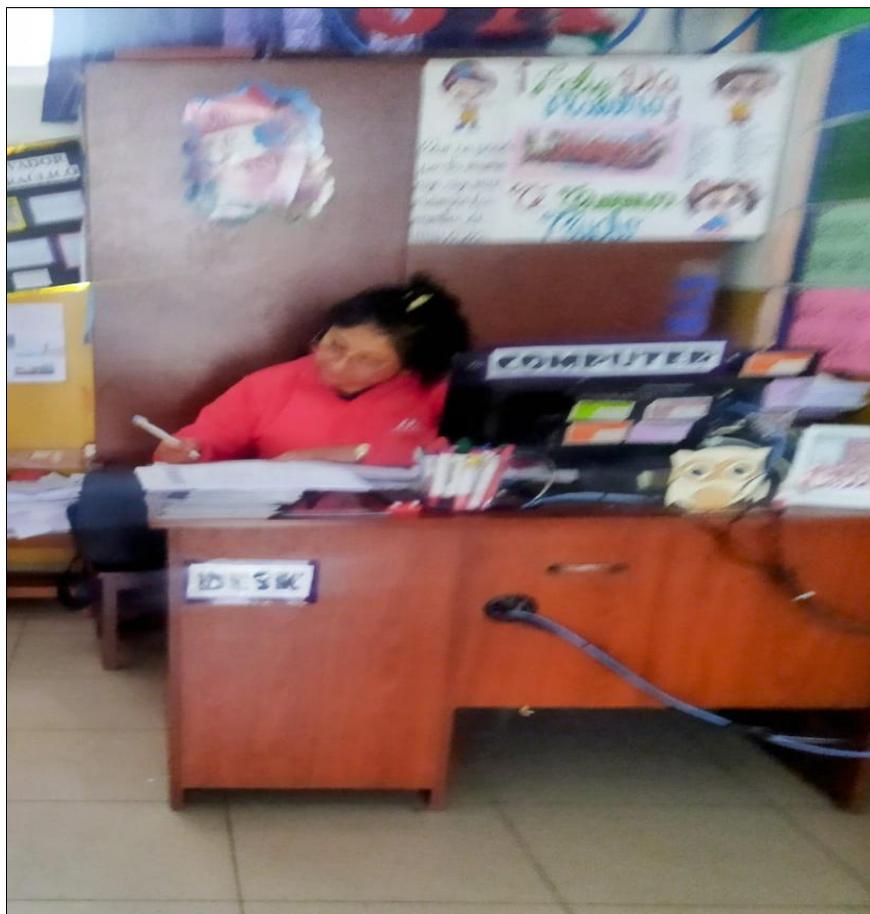
  
I.E. EMBLEMÁTICA  
ALMIRANTE MIGUEL GRAU SEMINARIO  
*[Handwritten Signature]*  
DIRECCION PROVINCIAL DE EDUCACION CURRICULAR Y TECNICO PEDAGOGICO  
ILO, MOQUEGUA  
DIRECTOR

c.c. archivo  
AECM/DIR.  
jta/sec

## Anexo 7: Evidencias fotográficas/otras evidencias



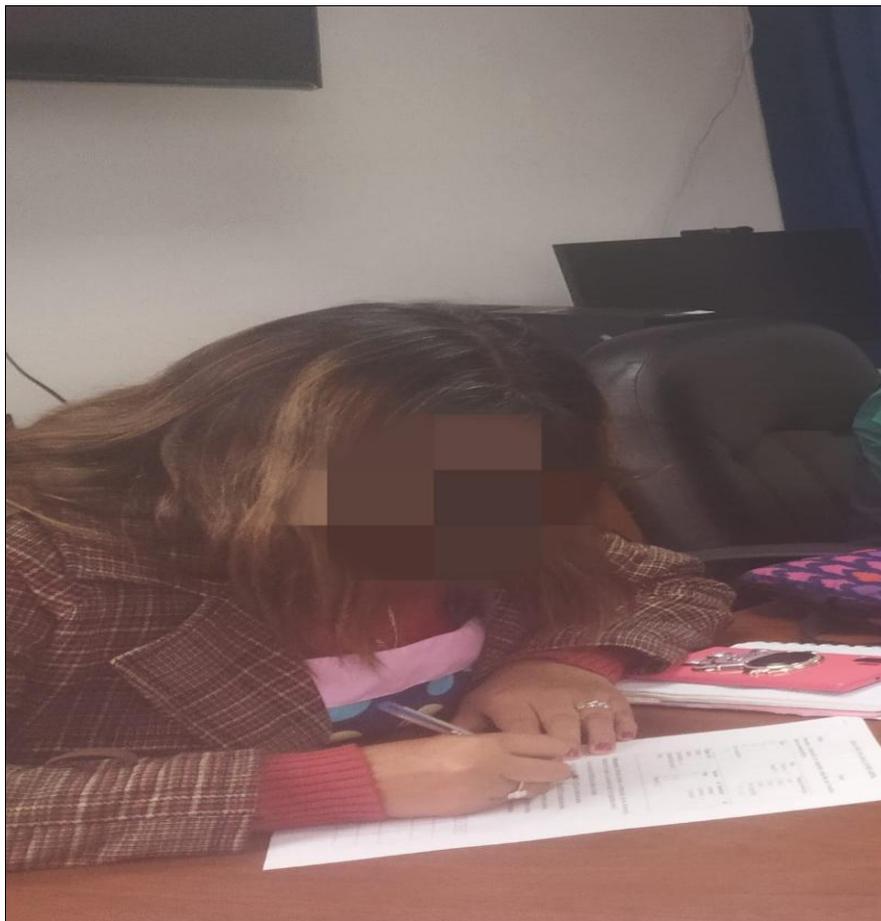
Nota: Aplicación del instrumento



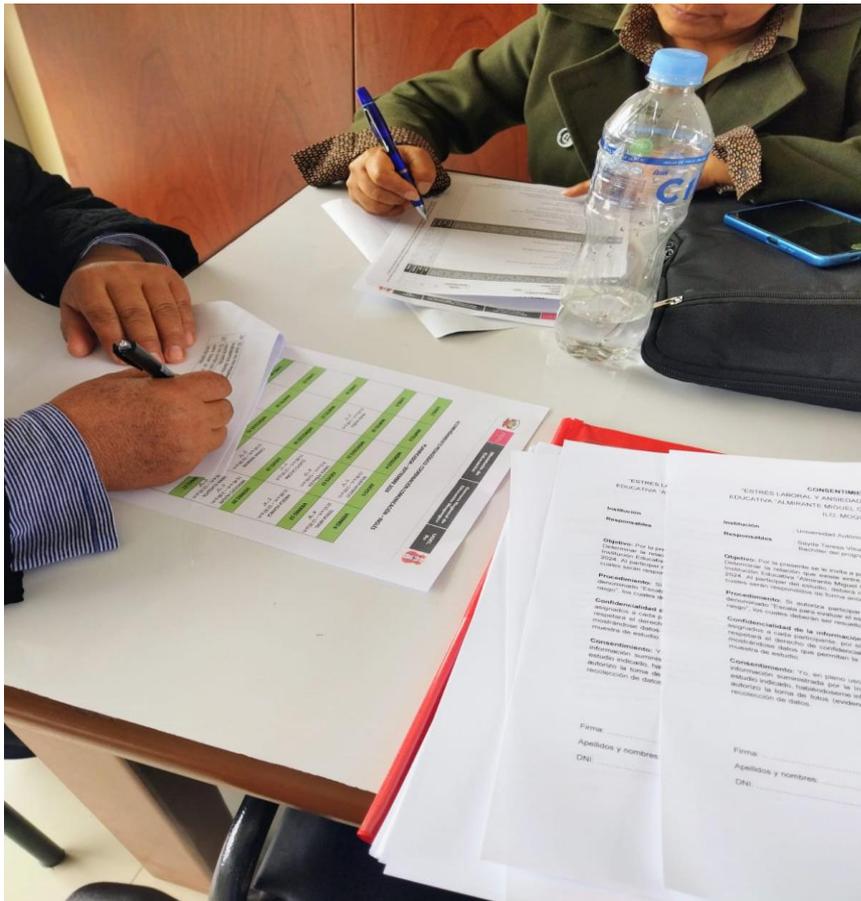
Nota: Aplicación del instrumento



Nota: Aplicación del instrumento



Nota: Aplicación del instrumento



Nota: Aplicación del instrumento



Nota: Portada de la Institución Educativa Almirante Miguel Grau Seminario

## Anexo 8: Informe de turnitin al 28% de similitud

NOMBRE DEL TRABAJO	AUTOR
<b>ESTRÉS LABORAL Y ANSIEDAD EN DOCE NTES DE LA INSTITUCION EDUCATIVA " ALMIRANTE MIGUEL GRAU SEMINARIO"</b>	<b>SAYDA TERESA VILCA RAMOS</b>
<hr/>	
RECUENTO DE PALABRAS	RECUENTO DE CARACTERES
<b>17913 Words</b>	<b>84524 Characters</b>
RECUENTO DE PÁGINAS	TAMAÑO DEL ARCHIVO
<b>105 Pages</b>	<b>1.8MB</b>
FECHA DE ENTREGA	FECHA DEL INFORME
<b>Oct 2, 2024 8:14 PM GMT-5</b>	<b>Oct 2, 2024 8:16 PM GMT-5</b>
<hr/>	

### ● 19% de similitud general

El total combinado de todas las coincidencias, incluidas las fuentes superpuestas, para cada base de datos.

- 18% Base de datos de Internet
- 2% Base de datos de publicaciones
- Base de datos de Crossref
- Base de datos de contenido publicado de Crossref
- 9% Base de datos de trabajos entregados

### ● Excluir del Reporte de Similitud

- Material bibliográfico
- Coincidencia baja (menos de 15 palabras)

---

● **19% de similitud general**

Principales fuentes encontradas en las siguientes bases de datos:

- 18% Base de datos de Internet
- Base de datos de Crossref
- 9% Base de datos de trabajos entregados
- 2% Base de datos de publicaciones
- Base de datos de contenido publicado de Crossref

---

FUENTES PRINCIPALES

Las fuentes con el mayor número de coincidencias dentro de la entrega. Las fuentes superpuestas no se mostrarán.

1	<b>repositorio.autonmadeica.edu.pe</b> Internet	10%
2	<b>repositorio.autonmadeica.edu.pe</b> Internet	4%
3	<b>hdl.handle.net</b> Internet	2%
4	<b>Universidad Peruana Los Andes on 2020-12-03</b> Submitted works	<1%
5	<b>repositorio.ucv.edu.pe</b> Internet	<1%
6	<b>repositorio.unap.edu.pe</b> Internet	<1%
7	<b>Universidad del Norte, Colombia on 2022-11-19</b> Submitted works	<1%
8	<b>Chipoco Rodriguez, Jesus Eduardo Flores Ascencion, Angel Martin Tor...</b> Publication	<1%